

LJUNGSKILE MAGASIN

www.ljungskilenyheter.se

Fredag 18 november 2022



OLIKA LÅNGT OLIKA RESOR

Ett temamagasin gjort av Journalistlinjen vid Ljungskile folkhögskola

LN

LJUNGSKILE MAGASIN

Ljungskile Nyheter
samtidsmagasin
november 2022

Redaktion

Gabriel Ohlsson

Tillförordnad nyhetschef

Sanna Brobjer

Nyhetschef

Max Lejon Konnman

Reporter

Marina Eriksson Fyhr

Reporter

Hanna Olsson Drammeh

Reporter

Nikolaj Jalamaa

Reporter

Sanna Sundberg

Reporter

Pernilla Lönnngren

Reporter

Rebecka Block

Reporter

Elin Gustafsson

Handledare

Stefan Johansson

Ansvarig utgivare

Kontakt

Adress

Ljungskile Nyheter
Ljungskile folkhögskola
459 80 Ljungskile

Telefon

0522-68 69 48

E-post

stefan.johansson@ljungskile.org

Hemsida

ljungskilenyheter.se

Intro

En avslutande resa

Ljungskile Magasin är tillbaka. Höst blir snart vinter, dagarna blir både kallare och kortare, vad passar då bättre än att läsa ett magasin där vi tar med er på en resa.

TEMAT I ÅRETS upplaga är alltså resa. Allt ifrån resor i olika länder, fotbollsklubbars resor genom seriesystemet, hur man får sitt distansförhållande att hålla ihop till pilgrimsvandringar i Ljungskile och kvinnohistoria. Dessutom bjuds det på en hel del tips. Konserttips, resmål nära Ljungskile, vad man bör ha med sig på vandring samt ett quiz.

Jag har även listat lite olika resmål för den som vill se på fotboll. Allt ifrån större arenor utomlands till läktarna som finns i närområdet. Vi åker till både Hamburg och Berlin, sedan tar vi oss hemåt till Bravida Arena och Skarsjövallen.

SOM TILLFÖRORDNAD NYHETSCHEF kan jag inte påstå att jag haft koll på precis vad alla gjort. Men jag är helt övertygad om att

mina kollegor har skrivit intressanta reportage. Jag kan lova att vi har haft kul, om än att vi har stött på patrull längs vägen.

SJÄLV VALDE JAG att skriva om Ljungskile SK:s osannolika resa genom fotbollens seriesystem på 1990-talet. Laget som tog sig från division fem till allsvenskan på sju år. Bosse Wålemark som var med på resan berättade många intressanta saker som ni får läsa om i magasinet.

Detta blir det sista numret för denna årskurs. Därav vill vi tacka alla som följt oss under redaktionsveckorna.

Trevlig läsning!

GABRIEL OHLSSON

gabriel.ohlsson@edu.ljungskile.org

Innehåll

3 Deras livsmål är att se världen

8 Från Kiev till Resteröd – Sofiia tvingades fly kriget

10 Uddevallaparet övervann distansen

13 En konsert, en turné = en livsstil

14 Fotbollsklubben som ska hävda sig i eliten

17 ”Welcome to my paradise”

20 Räddad av reiki healing

24 En vandring till fots – för e resa i sitt inre

28 Så minns Bosse Wålemark LSK:s framgångssaga

Gabriel Ohlsson t.f nyhetschef.

Foto: Sanna Sundberg



Enkät: Packningstips

I samband med resandet så finns det saker som vi helst inte vill glömma av att packa med oss. Vi tog oss ut till Torp köpcentrum i Uddevalla för att få packningstips.



Elin Karlsson, 42 år, Orust:

Har du några packningstips?

– Packa schampo i täta förpackningar så att du inte får det utspilt över hela din packning. Köpa tygpåsar så att du inte får allt huller om buller, och ta inte med sådant som du inte behöver.

Har du några tips på kläder som kan vara bra att ha med sig?

– Det beror på vart du ska åka. Om det är ett varmt eller kallt land. Det är bra med kläder som inte drar åt sig en massa fukt, som polyester till exempel.

Har du något drömrese mål?

– Nej, jag trivs hemma. Jag har sett världen och är nöjd.



Øyvind Dalaker, 40 år, Oslo:

Har du några packningstips?

– Allt som gör att man har ett liv. Mobil och laddare till den och så plånbok.

Har du några tips på kläder som kan vara bra att ha med sig?

– Det är alltid viktigt att ha med sig underkläder och toalettartiklar. Det är det som jag packar ner först. Allt annat kan i värsta fall köpas.

Har du något drömrese mål?

– Jag har alltid haft en dröm om att resa till Asien. Främst till Thailand och Maldiverna, något lyxigt och exotiskt land.



Nicolas Arenas, 38 år, Uddevalla:

Har du några packningstips?

– Man får tänka igenom hur långt man ska resa i första hand. Jag är född i Chile så jag har rest dit varje år, innan pandemin bröt ut, och brukar då vara där i tre månader. Så då packar jag presenter och julklappar.

Har du några tips på kläder som kan vara bra att ha med sig?

– När jag är i Chile så är det sommarvärme där. Då använder jag kortbyxor och kortärmad. Jag brukar även få kläder av släktingar när jag väl är på plats. Det brukar vara olika fotbollströjor.

Har du något drömrese mål?

– Spanien. Jag känner en närhet till Spanien i samband med mitt ursprung. Även Sydkorea har jag och min tjej pratat om att besöka. Hon har anknytning dit.



Stranden i Ljungskile kan man promenera till om man vill drömma sig bort till varma länder.

Foto: Rebecka Block

TEXT OCH FOTO: REBECCA BLOCK
rebecka.block@edu.ljungskile.org



Lina Gustafsson på ett tulpanfält i Nederländerna.

Foto: Arielle Frioza

Deras livsmål är att se världen



Människan har sedan länge velat se nya platser och i Egypten finns det bevarat klotter från gamla tider som visar att det fanns människor som var där av fri vilja och inte på grund av handel eller krig. Idag har turismen utvecklats och under 50-talet blev det bland annat populärt med charter. Harriet Williams och Lina Gustafsson har båda varit i över femtio länder och berättar vad som ligger bakom deras många resor.

– Vart kommer du ifrån?, frågar Harriet Williams.

– Ljungkile, svarar jag.
– Och du har tagit dig ända hit till Göteborg. Det är imponerande.

Är det något som är imponerande är det kanske snarare Harriet Williams själv. Hon är 80 år och har nästan varit i lika många länder som hon är år fyllda. Hon är aspirant i en klubb som kallas Club100 som är för medlemmar som har besökt 100 eller fler länder. Själv har hon varit i 71 stycken, men säger att hon är för gammal för att komma upp till det antal som skulle göra henne till en fullvärdig medlem. Klubben

fick hon höra talas om genom en god vän som hon bodde granne med i Stockholm, och som frågade om hon ville gå med.

– Det som jag tycker är trevligt med klubben är att man träffas en gång i månaden och ger varandra tips om vart man ska bo på resan och alla berättar om sina reseupplevelser, och det är ju kul, berättar hon.

Intresset för resande kom tidigt för Harriet. Mamman tog med familjen och bilade ner genom Europa, tio år efter att andra världskriget tog slut, när Harriet Williams var tretton år. Hon berättar att det har varit en tradition i familjen att se världen. Mormodern och hennes familj var ute och reste, redan på 1800-talet. Morfadern var jude och i samband med andra världskriget flydde de i från Europa.

– Så jag har släkt i Sydamerika och Nordamerika och över hela världen.

MÅNGA AV HARRIET Williams släktingar talar flera språk. Själv talar hon förutom svenskan både engelska och tyska och hon kan läsa och förstå franska texter. Språken har hon haft användning för under sina resor. Bland annat arbetade hon med att starta upp Hjälpmedelscentralen i Slovakien, där många av de äldre invånarna talade tyska efter andra världskriget. När hon har varit en längre period på en plats, som i Slovakien, har hon fått en särskild kärlek till landet. Hennes dåvarande man arbetade för FN och då bodde de i Västindien och även där trivdes hon.

Numera är Europa den kontinent som Harriet Williams föredrar. Hon säger att det är den kulturen som hon känner sig mest hemma i. Hon tyckte att Guatemala var underbart, men säger att hon kände sig färdig med det landet efter att ha sett det en gång.

Likadant har hon känt med Fiji och säger att en faktor också är avståndet till länderna.

– Jag känner att jag har kartlagt jorden. Det som lockar är att besöka goda vänner i Frankrike. Att upprätthålla kontakten med de jag tycker om.

Har du rest något under pandemin?

– Så mycket jag har kunnat. Det har varit lite svackor i pandemin då man har känt sig lite tryggare. Då har jag varit i Finland, Italien och Norge och lite runt om.

Kan ekonomi vara ett hinder för resande?

– Allting handlar ju om prioriteringar. Vill du åka till Kanarieöarna och sola, då är det en resa som jag tycker är dö-tråkig. Då köper jag hellre ett tågfluffkort och sover på tåget och besöker nya städer under dagen. Det kostar en bråkdel av vad Kanarieöarna kostar.

På senare tid har det debatterats mycket om klimat och bland annat flygplanens påverkan på miljön. Enligt Naturvårdsverkets studie 2017 har antalet utrikesresor med flyg mer än fördubblats sedan början på 1990. För Harriet är klimatfrågan viktig.



Harriet Williams samlar inte på souvenirer utan köper med sig "kläder, smycken och mat" från sina resor.

Foto: Rebecca Block

– Ja jag försöker åka med tåg. Jag tycker att det är fruktansvärt att inte vara lojal.

Vad tycker du personligen ska räknas som ett besök i ett land?

– Jag tycker inte att du har varit i Paris om du har varit där på förmiddagen och sedan är i Berlin på eftermiddagen. Jag tycker att man ska vara där ett par dagar eller en vecka och lära känna landet. Det bästa är att arbeta där och bo där. Har man släkt på ett ställe eller känner någon bofast - då blir det en högre kvalitet på besöket.

ENLIGT THOMAS BLOM som är professor i kulturgeografi vid Karlstads universitet så finns det en längtan inom

människan att undersöka det annorlunda och att byta miljöer. Klotter har visat att när pyramiderna i Egypten var färdigbyggda så fanns det människor som var där av fri vilja och inte på grund av handel eller krig.

– Det är faktiskt så att när man pratar om vissa typer av resor så har de kommit tillbaka. De olympiska spelen i det antika Grekland som människor reste till, kan liknas med att man i nutid besöker idrottsarrangemang som till exempel VM, säger han.

Olika typer av resor har haft sin genomslagskraft vid olika tider. Under mitten av 1950-talet hade charterresorna sin era. Under 80-talet började weekendresorna komma.

– Jag var själv iväg på en weekendresa till

New York 1983. Det var ganska ovanligt då, säger Thomas Blom.

Orsaker till att det har blivit så vanligt med resande är enligt Thomas Blom bland annat att semesterlagstiftningen har byggts ut, flygen har ökat och språkutbildningen i skolan gör att fler känner sig säkrare i att kunna göra sig förstådda när de reser.

– Förr kanske man var mer nervös över att ge sig ut. Idag har många genom skolan lärt sig engelska och det gör att världen vidgats, säger Thomas Blom.

LIKT HARRIET ÄR Lina Gustafsson, 27 år från Mölnlycke, en av de som reser mycket. Hon har varit i 60 länder och är också aspirant i Club100. Till skillnad från Harriet Williams beskriver hon sig inte vara född med resandet, utan utvecklade intresset på egen hand.

– Vi brukade inte resa när jag var liten. Utan jag kunde tycka det var lite jobbigt när läraren frågade vad alla hade gjort på lovet och vi inte hade rest. Jag hade en plansch på en världskarta i mitt rum och där kunde jag titta på kartan och se alla länder och önska att jag skulle resa hit och dit, säger hon och fortsätter:

– Min första resa gjorde jag som 14-åring. Det var bara till Danmark, men det var stort för mig då.

HON HAR IBLAND fått reaktioner på att hon är en ensam tjej som reser. Men säger att hon inte är rädd. Hon har ett visst säkerhets tänk



Lina Gustafsson i Uzbekistan.

Foto: Xudoyor Bakhodirov



Thomas Blom är professor i kulturgeografi vid Karlstads universitet. Foto: Andreas Reichenberg

genom att bland annat inte gå ut ensam i mörker. Hon har varit relativt skonad från negativa upplevelser och har aldrig blivit rånad eller hotad.

Hon har inte så mycket packning med sig när hon reser. Oftast bara ett handbagage. Hon köper inte heller med sig så mycket från sina resor, något hon säger att hon gjorde mer förr när hon precis hade

börjat resa. Hon har en resväska med klistermärken på flaggor, men samlar annars inte på souvenirer.

– Jag har några grytor från Marocko, och en trälama från Peru, men jag köper ingenting bara för sakens skull.

Påverkade pandemin ditt resande?

– Det blev väldigt mycket svårare. Jag bodde i England, där det var striktare regler och man fick inte ens lämna staden. Så de enda resorna som jag gjorde under de två åren var till min familj.

Kan ekonomi vara ett hinder för resandet?

– De flesta tror nog det. Men det beror på vad man har för syn på resor. Många reser på charter och då är det dyrt. Men du kan bo på vandrarhem och couchsurfa. Jag har volontärarbetat i Italien och då bodde jag gratis där.

Vad tycker du personligen ska räknas som att man har besökt ett land?

– Det är väldigt olika vad folk räknar. Även inom klubben. Jag personligen räknar absolut inte att bara ha varit på flygplatsen utan tycker att man i alla fall ska ha varit i landets territorium och tillbringat några timmar, ätit någon lunch. De flesta länder som jag har varit i har jag varit där i några dagar.

Har du varit påverkad av klimatdebatten i samband med ditt resande?

– Jag flyger ofta, ska jag erkänna. Men det är klart att jag tänker på det. Samtidigt

när man ser det utifrån klimatperspektivet, så ligger det inte bara på den enskilda individen, utan det handlar även om ett större perspektiv.

Hur ser då resandet ut idag? Enligt kulturgeografiska professorn Thomas Blom har de nischade resorna blivit en trend som går att se bland resenärerna under de senaste 20 åren.

Vin-resor och spa-resor är exempel på resor som är populära just nu.

– Idag är det även fler som hyr bil på plats. De vill inte åka till de typiska turistfärderna. Desto större vana hos resenärerna, desto mer vill de se, säger han.

Att se mer av världen är något som resenären Lina Gustasson planerar.

– 100 länder är ett delmål. Helst vill jag se alla världens länder.

TEXT OCH ILLUSTRATIONER: REBECCA BLOCK

rebecka.block@edu.ljungskile.org



En flaska som Harriet Williams köpt i Barbados.

Foto: Rebecca Block

FAKTA:

Club100

• Grundades av Gunnar Mattsson och Arnold Wernesson i en wadi i Oman år 1996.

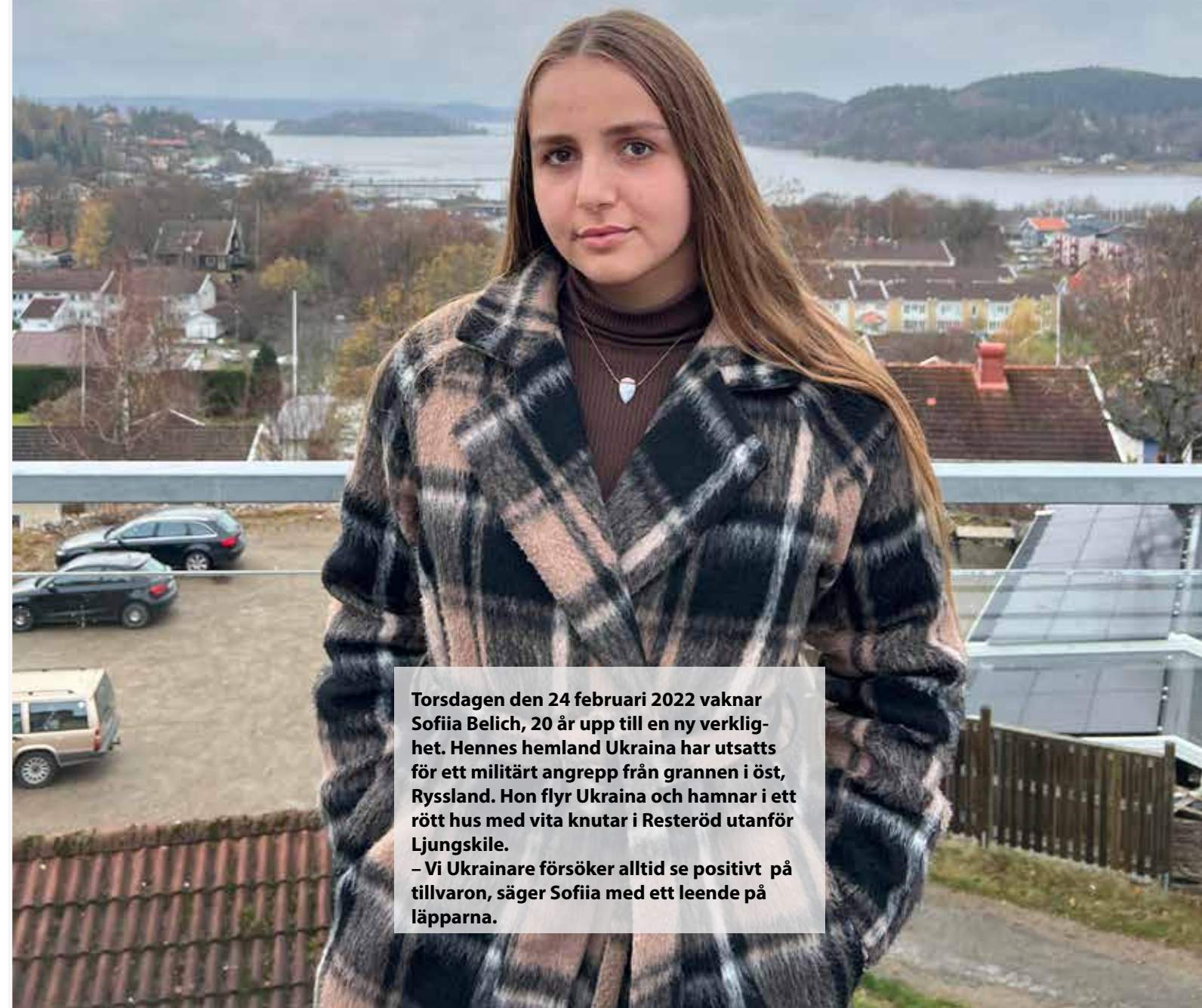
• För att bli invald ska man ha besökt minst 100 länder, vara aspirant, närvara vid ett årsmöte och betala inträdesavgiften på 100 USD.

• Räknar alla 193 FN-länder plus Vatikanstaten och Taiwan.

• Flygplatstransit räknas inte som besök i ett land.

Källa: Club100.eu

Från Kiev till Resteröd - Sofiia tvingades fly från kriget



Torsdagen den 24 februari 2022 vaknar Sofiia Belich, 20 år upp till en ny verklighet. Hennes hemland Ukraina har utsatts för ett militärt angrepp från grannen i öst, Ryssland. Hon flyr Ukraina och hamnar i ett rött hus med vita knutar i Resteröd utanför Ljungskile.
– Vi ukrainare försöker alltid se positivt på tillvaron, säger Sofiia med ett leende på läpparna.



Det är molnigt i Ljungkile under den här tisdagseftermiddagen i november, det är ett riktig höstväder med duggregn och vind från alla håll och kanter. Ljudet från motorvägen dånar som vanligt i bakgrunden. Men inne i Ljungkile folkhögskolas bibliotek är det varmt och stilla. Det är eftermiddag. Många på folkhögskolan har gått hem för dagen. Men i biblioteket är det fortfarande aktivitet. Längre bort hörs röster från de elever som är kvar och pluggar. Sofia Belich sitter bakåtlutad i den gröna fåtöljen. Några månader tidigare trodde dock Sofia inte att hon skulle sitta här i biblioteket. Hon trodde att hon skulle vara i sitt hemland och allt skulle vara som vanligt.

– Jag trodde ända fram till den 24:e februari att det här inte skulle ske. Så när jag vaknar upp den dagen trodde jag först inte på det, säger Sofia och tittar vemodigt ut genom fönstret mot Ljungkileviken.

SOFIA BELICH VAR bosatt i Kiev när invasionen av hennes hemland startade. Hon studerade då svenska språket på Taras Shevchenko universitetet i Kiev.

– Det var efter att Måns Zelmerlöv vann Eurovision Song Contest 2015 som jag började intressera mig för det svenska språket, säger Sofia och skrattar.

HON BÖRJADE STUDERA där 2019, men hon fick bara ett halvår med riktigt studentliv eftersom covid-19 pandemin bröt ut. Under pandemin studerade hon på distans från sin hemstad Tjernihiv, nära gränsen till Ryssland och Belarus. Sofia läser fortfarande svenska språket på distans från Ljungkile parallellt som hon läser livskursen på Ljungkile folkhögskola.

– Det var inte det studentliv som jag väntade mig när jag började studera, säger Sofia och småskrattar.

UNDER 2021 GENOMFÖRDE Ryssland stora militärövningar nära gränsen till



Bergen i Rumänien.

Foto: Sofia Belich

Ukraina. Det var omkring 100 000 ryska soldater placerade vid gränsen. Ukraina och många andra länder kände stor oro vad Ryssland skulle göra. Sofias föräldrar som bor i Tjernihiv märkte av det tydligt då många ukrainska soldater kom till byarna nära gränsen.

IFALL DET SKULLE blir krig skickade myndigheterna i Ukraina ut broschyrer om att man skulle ha en väska så man kan fly snabbt. Men eftersom Sofia inte trodde att kriget skulle komma, hade hon inte packat någon väska. Så när kriget bröt ut fick hon tillsammans med sin rumskamrat packa snabbt.

– Min största räds-la då var att flyglar-men skulle låta, men som tur är lät det inte när jag var i Kiev, säger Sofia.

DEN 24:E FEBRUARI vaknade Sofia och hennes rumskamrat upp till den nyheten hon först inte trodde skulle komma. Hon och rumskamraten lämnar lägenheten och sätter sig på ett tåg och lämnar Kiev så fort de kan. De tar sig till Ivano Frankivsk som ligger i västra delen av landet. Rumskamraten hade sin familj i Ivano Frankivsk.

– Det brukar vara svårt att ta sig till västra Ukraina även fast det inte är krig. Många bokar tåg långt i förväg, så det är svårt att få tag på biljetter.

Vid starten av invasionen var alla tågen överfulla, en kupé hade plats för fyra personer men vi var över åtta stycken i varje. Det var riktigt trångt, berättar Sofia.

RYSSLAND HADE OCKUPERAT hennes hemstad Tjernihiv - så hon hade svårt att få kontakt med sina föräldrar. Vilket hon kände en stor oro över.

HON BESLÖT SIG då för att fly till sina släktingar som bor i Neapel i södra Italien. Efter några veckor fick hon tag i sina föräldrar. De hade lyckats ta sig till Rumänien.

– Jag och mina föräldrar pratade i telefon, vi visste inte vilket land vi skulle välja att fly till. Till slut åkte jag till dem i Rumänien, där hittade vi en buss som först tog oss till Polen. Sedan från Polen tog vi färjan till Ystad i Skåne. Och sen från Ystad tog vi oss till det röda torpet med vita knutar i Resteröd. Som vi fått tag i via en kontakt, säger Sofia.

NÄR INVASIONEN STARTADE beordrades alla män mellan 18 och 65 år att stanna kvar i landet och kriga.

MÅNGA AV HENNES kompisar är stridbar ålder, men hon känner ingen som har blivit inkallad än.

”Det var efter att Måns Zelmerlöv vann Eurovision Song Contest 2015 som jag började intressera mig för det svenska språket”



På vägen till Sverige åkte Sofia igenom Warszawa.

Foto: Sofia Belich

– För mig är alla pojkar och män som krigar i Ukraina hjältar. Många av mina kompisar kommer kanske bli mobiliserade. Och då är det jobbigt att behöva få det smset som säger ”nu ska jag till armén”, säger Sofia

MAN KAN SÄGA att kriget började redan vid Majdanprotesterna i Kiev 2014. Demonstrationerna handlade om att Ukrainas rysslandsvänliga presidenten Viktor Janukovyč inte skrev på samarbetsavtal med EU. Och strider utbröt i östra Ukraina nära Ryssland. Sedan dess har det varit ett spänt läge, och i februari 2022 invaderade Ryssland Ukraina. Efter den 24:e februari har kriget fått stor uppmärksamhet i nyhetsmedier runt om i världen - vilket Sofia tycker är viktigt.

– Efter 250 dagar av krig är det förståeligt att man börjar tröttna på rapporteringen om kriget. Men jag tycker det är viktigt att man inte slutar prata om det. Man får inte glömma bort det, säger Sofia.

SOFIA SÄGER ATT hon har det bra i det röda torpet med vita knutar i Resteröd. Hennes pappa har fått jobb som lastbilschaufför precis som i Ukraina, och hennes mamma har fått jobb på Bohusgården i Uddevalla. Så livet rullar på här i Sverige. Sofia har tillfälligt uppehållstillstånd fram till april 2023. Hon känner sig optimistisk, Sofia är övertygad att kriget kommer ta slut. Hon är säker på att hon kommer få åka hem. Men hon tror dock att det kommer ta tid.

– Många ukrainare känner som jag, säger Sofia med en stolt röst och ett brett leende på läpparna.

Detta hände innan den 24:e februari

2013
Nu inleds det som efteråt kommer kallas Majdanprotesterna, som en rekation på den ryssvänliga presidenten Viktor Janukovyč.

2014
Nu inleds strider mellan pro-ryska separatister och Ukrainsk militär i regionerna Donbass och Luhansk.

2014
Soldater utan nationsbeteckning tar över flera viktiga myndighetsbyggnader och avsätter det lokala styret på Krimhalvön i svarta havet. Det nya lokalstyret utlyser folkomröstning om anslutning till Ryssland. Vilket väst fördömer.



Krimhalvön som Ryssland annekterade 2014.

Den stora världsatlasen, Atlas & Lexikon

April 2021
Vladimir Putin meddelar att Ryssland kommer genomföra stora militärövningar nära gränsen till Ukraina. Den ukrainska staten säger att det rör sig omkring 100 000 ryska soldater.

December 2021
Ryssland kommer med krav till USA och NATO. Kraven handlar bland annat om att NATO inte ska få utöka sitt territorium. De vill också att NATO drar tillbaka sina trupper från östra Europa.

21 februari 2022
Putin erkänner regionerna Donetsk och Luhansk som självständiga stater. Några timmar senare lovar EU, Storbritannien och USA sanktioner mot Ryssland. Senare beordrar Putin rysk militär till Luhansk och Donetsk.

24 februari 2022
Putin meddelar i ett tal till nationen att Ryssland har inlett en militär specialoperation i Ukraina. Han säger även att om andra länder blandar sig i konflikten kommer det ”få konsekvenser som världen aldrig tidigare skådat”. I praktiken är det ett kärnvapenhot. Kraftiga explosioner hördes i flera städer, bland annat i Kiev, Odessa och Charkiv.

Så många ukrainska flyktingar har kommit till Sverige sedan krigets start	
MÅNAD FÖR MÅNAD	
Februari -	423
Mars -	27 064
April -	7 542
Maj -	3878
Juni -	2385
Juli -	2102
Augusti -	2070
September -	1671
Oktober -	1645
Källa: Migrationsverket.se	



Uddevallaparet övertann distansen

– Experten avslöjar de avgörande faktorerna

Katarina Hiding och Jacob Hylander trotsar distansen. Foto: Privat

Katarina Hiding och Jacob Hylander lever sedan ett år tillbaka i ett distansförhållande. Det gångna året ihop har präglats av både upp- och nedgångar. Hur gör man egentligen för att hålla ihop trots att man bor på olika platser? Enligt samtalsterapeuten finns det avgörande faktorer som gör det möjligt.

– Acceptans är något man hela tiden måste jobba med för att det ska hålla i längden, säger Lisa Mallki.

Katarina Hiding, 26, tränade på Nordic Wellness i Uddevalla när hon fick syn på sin nuvarande partner Jacob Hylander, 27. Redan då fick hon upp ett intresse, men valde att hålla det för sig själv.

Tiden gick och några månader senare fick hon återigen syn på honom, men den här gången på dejtingappen Tinder.

– Det är ju han snygga från gymmet tänkte jag, berättar Katarina Hiding.

Från hennes håll blev det en given högerswipe (alltså ett ja) och med facit i hand blev utfallet samma för Jacob. Han skrev först.

– Jag kommer till och med ihåg exakt vad han skrev: “Varför dejtar vi inte redan?” och då svarade jag “Nej, här blir det inga barn gjorda”, säger hon och skrattar till.

Men i början av relationen existerade inte distansen. Katarina som bor i Uppsala var nämligen på semester i Uddevalla över sommaren, där Jacob bor.

Vad gjorde ni första gången ni träffades?

– Första gången jag träffade på honom var på utställningen Kerstins på torget, jag var ute med en kompis. Första gången vi sågs själva var samma helg, på söndagen. Han bjöd in till vinkväll hos honom, men han själv var för bakfull för att dricka vin så det var bara jag som drack.

Hon minns tillbaka och beskriver det som en magisk första dejt.

– Vi satt hemma i hans soffor och bara pratade fram tills klockan var fyra på morgonen. Vi babblade om allt verkligen, det var en jättebra dejt.

Men det dröjde inte länge tills verkligheten kom ikapp. Semestern tog slut och Katarina var tvungen att flytta tillbaka till Uppsala, där hon bor och jobbar. Över 400 kilometer bort från Jacob.

– Vi hann bara ses fyra gånger innan det var dags för mig att åka tillbaka, säger hon och fortsätter:

– Men den sista, fjärde dejen i Uddevalla tog han upp något som gjorde mig jätteglad. Han undrade om vi skulle försöka hålla kontakten och ses trots distansen.

Där och då vågade hon inte tro att det skulle bli så bra som det med facit i hand är i dag. Tankar som “tänk om det bara var en sommarflört” och “hur ska vi kunna hålla ihop intresset utan att träffas?” hade etsat sig fast i huvudet.

Men oron blev kortvarig. Hon tänker en

kort stund och upptäcker ett samband mellan första dejen och den faktor som förenkade distansen från start.

– Vi har alltid haft så mycket att prata om, precis som första gången vi sågs när vi pratade hela natten. Det är vår styrka, säger hon.

I dag har paret varit tillsammans i över ett år. Distansten har varit tuff, men i det stora hela delar båda känslan av att det varit positivt för deras gemensamma utveckling.

– Vi har diskuterat det mycket och frågan är om det hade blivit så här bra om vi hade bott i samma stad.

Risken att tröttna på varandra hade varit större och tack vare distansen har vi fått möjlighet att sakna varandra från start, till skillnad från andra par som hänger ihop dygnet runt i början.

Inför sommaren ställdes paret inför en utmaning. Med en hård höst-, vinter och vårperiod var en helg den

längsta tiden de hade tillbringat ihop. Under sommaren väntade semester och flera veckor tillsammans, vilket väckte nervositet och oro över om känslorna skulle avta.

– Men det blev tvärtom, känslorna blev bara starkare, säger hon.

Men det ledde till att distansen blev tuffare och ännu mer påtaglig efter sommaren.

– När jag satt på tåget hem till Uppsala ställde jag mig själv frågan vad jag håller på med, då kändes det helt fruktansvärt, säger hon.

Det förändrade tonläget i hennes röst är talande för hur tufft det var. Hon berättar att den första veckan var värst och att det är ett mönster som brukar upprepa sig. Efter en vecka på varsitt håll har hon kommit in i “vardagslunket” och upplever känslorna som mer kontrollerade.

Nu har paret till och med spikat ett “slutdatum” för distansen.

– Vi har inte haft någon plan innan, vilket har känts jobbigt. Men den senaste gången han var i Uppsala pratade vi om det och bestämde att slutdatumet på distansen måste vara innan hösten 2023. Det passar oss båda bra i tiden.

Men hur gör man då för att hålla ihop, trots att man inte bor tillsammans? Lisa Mallki arbetar som samtalsterapeut i Göteborg och träffar dagligen par som upplever problem i sina distansförhållanden. Ett gemensamt framtids tänk, som Katarina och Jacob nyligen diskuterat,

menar hon är nyckeln till en hållbar distansrelation.

– Det är jätteviktigt att båda parter har samma framtids tänk, det underlättar för att acceptera situationen. Just ordet framtidsplan brukar jag vara försiktig med att använda – om framtidsplanen ändras kan det bli pressat om man uttalat det som en bestämd plan, säger samtalsterapeuten Lisa Mallki. Hon upplever att paren som söker hjälp hos henne har liknande problem. Och det är inte sällan som problematiken innefattar närhet.

– Min upplevelse är att det spontana



Lisa Mallki arbetar som samtalsterapeut i Göteborg. Foto: Privat

förstörs. Man kan inte spontant sitta nära varandra i soffan eller kramas. Närhet är ett väldigt stort behov hos oss människor - både närhet till familj och vänner, men framför allt den intima och mentala närheten till en partner, säger Lisa Mallki och fortsätter:

– I en distansrelation kan behovet av närhet bli skavande, det går inte att tillgodose på samma sätt. Det mentala behovet av närhet kan vi i dag få via Facetime och andra digitala verktyg, men det fysiska och intima behovet av närhet går inte att uppleva på distans.

“Närhet är ett väldigt stort behov hos oss människor”
Lisa mallki

För att förhållandet ska må bra måste båda parter acceptera situationen.

– Eftersom behovet inte går att uppfylla måste man i stället jobba med att acceptera att det är som det är. Acceptans är något man hela tiden måste jobba med för att det ska hålla i längden, jag brukar säga att det finns några olika alternativ.

Hon räknar upp de fyra alternativen:

– Antingen stannar man kvar och gör



Jacob Hylander och Katarina Hiding i somras. Foto: Privat

ingenting - det är egentligen aldrig ett alternativ eftersom det inte är hållbart enligt mig. Det andra är att man stannar kvar och accepterar läget. Det tredje är att man stannar kvar och gör en förändring. Det sista alternativet är att man lämnar relationen.

Om man inte hittar acceptans så kvarstår problemen och det är vanligt att tillitsproblem skapas, menar hon.

– Man kanske börjar ifrågasätta sin partner, vad personen gör på kvällarna eller varför det dröjer att svara på sms. Det är vanligt att man utvecklar negativa banor och målar upp orealistiska tankar om sin partner.

Katarina Hiding kan relatera till att det är lätt att fastna i övertänkande och medger att det senaste året med distansförhållande inte har varit en dans på rosor.

– Man har inget annat val än att bara lita på varandra. Om man känner konstiga vibbar måste man prata om det direkt, det har i alla fall fungerat för oss.

Kommunikation är nyckeln för att få det att fungera. Jacob är lite bättre på det än mig, han är alltid tydlig med vad han tänker och känner, säger hon.

Men hon vill även lyfta några fördelar med att leva i distansförhållande.

– Jag tror man anstränger sig mer för varandra, säger hon och pausar en stund innan hon fortsätter:

– När man väl ses har man samlat sina krafter och man är sitt bästa jag. Man hittar på roliga saker och båda är lediga. Det blir som en förälskelse varje gång.

”Kommunikation är nyckeln för att få det att fungera”

KATARINA HIDING

I samma sekund som hon säger det inser hon att de positiva aspekterna på långa vägar inte väger upp det man går miste om.

– En relation fördjupas ju genom att man får se fler sidor av personen. I ett distansförhållande känns det inte som att man ser hela den andra personen, eftersom man missar vardagen.

Samtalsterapeuten Lisa Mallki är inne

på samma bana och rekommenderar inte distansförhållande i längden.

– Vissa klarar det bättre än andra, men jag har svårt att se att distansförhållande är bra i längden. Men om det inte handlar om världens ände och man ses relativt ofta är det lättare att hålla relationen vid liv.

SANNA SUNDBERG

sanna.sundberg@edu.ljungskile.org

Krönika

”En konsert, en turné = en livsstil”

Tänk dig att du står i ett publikhav av människor och du väntar på att huvudpersonen för kvällen ska komma ut på scenen. En del av upplevelsen för många är kanske att titta på det som händer runt omkring, vissa är där för att se artisten för första gången men för någon annan kan det vara för tjugonde gången.

Fenomenet med hängivna fans som åker land och rike runt för att se en specifik artist har funnits i alla tider. Min egen erfarenhet av detta är att jag under sommaren 2019 åkte till Färö från Göteborg För att se Miriam Bryant eftersom hon inte hade någon spelning i Göteborg den sommaren.

KONserterna var lika bra som de konserter jag har varit på tidigare, det känns alltid som hamnar i en bubbla och att tiden bara stannar. Det var också en upplevelse i sig att vara på konsert så långt ifrån sin hemort, men det var jag inte ensam om då jag även träffade några som jag har träffat under tidigare konserter.

Jag har själv dock aldrig förstått vitsen med att följa en artist på en hel turné. Som mest har jag varit på fem spelningar under samma turné, även de gånger var det Miriam Bryant Alla ställen var i närheten av min bostadsort. Jag förstår att det finns människor som gör detta men jag tänker spontant att man isåfall behöver lägga alla sina besparingar på resor och boende samt upplevelsen i sig.

En artist som har en stor följarskara är Håkan Hellström som de senaste åren har genomfört konserter på Ullevi. Människor

har åkt från hela Sverige, till och med campat utanför arenan i flera dagar för att få de bästa platserna. Nästa sommar genomför han sin första turné på fem år där han kommer att besöka Helsingborg i söder till Piteå i norr. Han kommer säkert ha personer som följer med vart han än åker.

PERSONLIGEN TYCKER JAG att en del av nöjet med att gå på konsert är att inte veta hur konserten kommer att bli. Något som kan förstöra en del av överraskningen är att många delar med sig av mycket på sociala medier.

Men att åka längre för en konsert är något jag skulle tänka mig att göra igen speciellt om man gör det som en del av sin semester.

MARINA ERIKSSON FYHR

marina.eriksson.fyhr@edu.ljungskile.org



4 tips på konserter

En stilla jul - Anders Ekborg

När: 9 december

Var: Östraboteatern, Uddevalla

Vad: Publiksuccén En stilla jul är tillbaka 2022, med sig har han sitt band och musikalstjärnan Gunilla Backman. En stilla jul kommer att bjuda på magiska decemberkvällar med ett stopp i Uddevalla.

Det Brinner

När: 10 december

Var: Stationshuset, Svenshögen

Vad: Det Brinner är solo projektet av Matilda Sjöström. Tidigare har hon släppt två album tillsammans med Nils Dahl under namnet steget.

Jack Vreeswijk & ångmaskinen

När: 15 december

Var: Folkets hus, Uddevalla

Vad: Traditionenligt ger Jack & ångmaskinen en magisk konsert i juletider.

Jack gör personliga tolkningar av sin far Cornelis vreeswijk låtar som han också blandar med låtar från sina egna album.

Rocky horror show

När: 5 januari 2023

Var: Hebetatern, Trollhättan

Vad: Teatergruppen endorfin från Trollhättan. Gör dig redo för en blandning av skratt, skräck, sång och dans med Richards Ob'riens originalmanus.



Foto: Pressbild

Enkät: Vilken är din bästa konsertupplevelse?



Eric Royson, 26 år:

– Jag brukar inte gå på konserter så ofta, men ett minne jag har är när Madonna var på Ullevi senast Jag stod längst bak. Det känns ändå kul att ha varit där.



Camilla Johansson, 55 år:

– En konsert jag minns speciellt är Michael Jackson, han spelade i Eriksbergshallen, någon gång på 90-talet.



Henrik Eriksson, 30 år:

– Emmabodafestivalen för åtta år sedan.

IK Rössö

Fotbollsklubben som ska hävda sig bland eliten

Ett halvt sekel tog det – sedan var avancemanget till elitettan ett faktum. Men vägen dit har varit snårig. Det här är berättelsen om hur IK Rössö till slut lyckades – med hjälp av en handfull trotjänare och en styrelse utan målsättning.

Anna Holmqvist lyfter blicken och betraktar Fridhemsvallens konstgräsplan. Dagen till ära har höstrusket letat sig in på anläggningen. Konstant regn varvas med kraftiga vindar som vägrar ge vika från ståplatsläktaren.

– Jag har inte varit här sedan vi vann. Den här platsen väcker goda minnen, säger hon.

22 oktober 2022, dagen då IK Rössö besegrade Stockholmslaget Boo FF över två kvalmatcher och avancerade till elitettan, är ett datum Anna kommer att bära med sig i resten av livet.

För innermittfältaren och hennes medspelare innebar vinsten en stor revansch. Efter tidigare års kvalförluster mot Brommapojkarna och IFK Norrköping tog klubben slutligen det sista steget till Sveriges näst högsta serie – för första gången någonsin.

– Jag kände faktiskt att det skulle gå vägen den här gången. Det var en helt annan känsla i år. Första året mot Brommapojkarna mötte vi en stor förening samtidigt som vi saknade erfarenheten. Mot Norrköping hade vi en väldigt tunn trupp och det kändes inte riktigt som att vi hade förutsättningarna vi förtjänade.

Sagt och gjort – tredje gången gillt blev det.

Men för Anna Holmqvist är bedriften så mycket mer än bara ett avancemang till elitettan.

TILLSAMMANS MED EN handfull andra spelare har hon utgjort en stomme i det Rössö som efter många års slit slutligen fullbordade succén.

– Det blir så abstrakt och är egentligen för stort för att beskriva. Vi har spelat ihop så länge och hela tiden strävat mot samma mål. När du sedan är framme och når det målet ... man gläds så oerhört med varandra eftersom man vet hur mycket tid vi har offrat. Det blir som en saga.

Sedan 2013 har IK Rössö spelat i division 1. Bortsett från de två första åren har klubben varit konstanten i seriens toppskikt, mycket tack vare lagets många trotjänare. Anna Holmqvist nämner föreningens familjära tillvaro som anledningen till att den höga prestationsnivån pågått under flera års tid.

Hon skiner upp när hon pratar om det.

– Gemenskapen inom klubben har varit allt. Alla inom föreningen har på något sätt ett hjärta för varandra och det har blivit ganska självklart genom åren, i alla fall oss emellan, att det är i Rössö man ska spela fotboll.

FAKTA:

Trotjänare IK Rössö

Malin Skoglund (165 matcher).

Anna Holmqvist (146 matcher).

Rebecka Christensson (143 matcher).

Emma Karnström (129 matcher).

Linnéa Kogsta (94 matcher).

Sofia Olsson (82 matcher).

I stunderna som motivationen sviktat har vänskapen varit avgörande.

– Det har funnits dagar när man inte har orkat komma till träningen, men att då ha varandra är så oerhört viktigt. Vi har alla blivit nära vänner i dag, och det mynnar ut i att träningarna alltid blir roliga, så länge man tar sig dit.

I början av november skedde dock en omställning i mittfältarens vardag. Tillsammans med sambon tillika lagkamraten Linnéa Kogsta blev hon mamma för första gången. Linnéa har endast kommit till spel i en match under säsongen på grund av graviditeten.

Hur framtiden ser ut för duon är i dagsläget oklart.

– Det får bli en familjediskussion. Vi älskar att spela fotboll helt klart, men det gäller att få ihop det hela och sedan får vi se. Jag vet dock att Linnéa är väldigt sugen på att spela igen.

Vill du spela i elitettan?

– Verkligen. Det är på något sätt det jag har strävat efter hela tiden och givetvis vill man ha en del av den kakan.

Inne på Rössös klubbkansli är det bråda dagar. På utsidan fortsätter regndropparna att dugga tätt. Omgiven av fotbollströjor, shorts och pumpade fotbollar sitter föreningens ordförande Karl Fors i ett telefonsamtal med sin laptop i högsta hugg.

– Ja, tack för detta. Hejdå, säger han i en avslutande fras, stänger igen sin skärm och tittar upp.

Han ursäktar omgående röran:

– Vi håller på att tömma förråd just nu. Det är en hel del kläder.

Att lokalen på Mariebergsvägen snarare efterliknar ett klubb förråd än ett kontor är inget som förvånar. Miljön genomsyrar till fullo Rössö som förening – avslappnad och familjär.

– Hit kommer man inte om man bara vill jobba. Man gör det för att umgås, ha ett sammanhang och göra saker som man brinner för tillsammans, fortsätter ordföranden.

KARL FORS RESA inom IK Rössö startade för tio år sedan. Genom dottern Ebbas deltagande i föreningen började han bekanta sig med klubben. Där och då fanns det ingen tanke på att verka i föreningens styrelse.

– Jag var bara en helt vanlig förälder som körde till och från träningarna. Då förstod jag nog inte vad Rössö är för förening och vilket engagemang som krävs från samtliga inblandade.

Situationen skulle dock komma att förändras. På ett årsmöte insåg Karl Fors vikten av ett stort engagemang – och anmälde sig således till valberedningen. Han blev sedermera invald till styrelseledamot, innan han tog över posten som ordförande ett år senare.

Den första uppgiften som stod på agendan inför säsongen 2019 var tydlig: det behövdes en större sammanhållning och röd tråd inom klubben.

– Vi ville få till ett bättre samarbete. Dels genom att länka ihop styrelsen med fotbollslagen, men framför allt att lagen skulle hänga ihop med varandra.

Han konkretiserar resonemanget:

– Det har varit, och är fortfarande en stor utmaning. Som tränare vill man att sitt lag och sina spelare ska nå så stor framgång som möjligt. Där är det viktigt för mig att det finns en relation mellan alla våra lag, samt att man hela tiden lär av varandra.

”Jag kände faktiskt att det skulle gå vägen i år. Jag hade en helt annan känsla.”

Anna Holmqvist

Någon gång kommer du behöva låna en spelare sinsemellan och då är det viktigt att kemin finns.

44-åringen har varit med och upplevt Rössös emotionella berg- och dalbana, från kvalförlust till kvalseger.

Han beskriver känslorna efter avance-manget mot Boo FF som blandade. Dels för att han blivit van att falla på målsnöret. Dels för att uppflyttningen varit på gång under några år.

Men att klubben till slut skulle nå eliten har inte alltid varit givet ur ett styrelseperspektiv.

– Vissa år har vi i styrelsen haft ett uttalat mål att vi ska vinna division 1 – men där har det tydligt märkts att en slags press vuxit fram. Diskussionen huruvida vi som styrelse över huvud taget ska ha ett årligt mål har kommit upp på tapeten flera gånger, säger Karl Fors.

Efter att ha reviderat om synen på målsättningar bestämde sig Rössös styrelse för att helt enkelt låta det uttalade målet upphöra. Istället har seniortruppen själva fått stå för den biten.

Karl Fors refererar till den ekonomiska krisen som tidigare rådde för att stärka sin tes.

– För fem år sedan var det ekonomiskt tufft för oss. Vi hade minus på kontot och har nu sagt att vi aldrig ska hamna där igen. Vi vill ha en ekonomi i balans och inte på bekostnad av klubbens överlevnad för att vi måste ha en målsättning som pekar uppåt. Det tror jag är en del i vår framgång. Det är okej att vi gör så gott vi kan.

FAKTA:

IK Rössös historia

1970: Klubben grundas med ett herrlag.

1973: Damlaget startas.

1990: Klubbens herrlag läggs ner.

1990: Uppflyttning till damernas division 3 för andra gången.

1992: Uppflyttning till division 2.

2012: Uppflyttning till division 1.

2018: Förlorar kvalet till elitettan mot Brommapojkarna.

2020: Förlorar kvalet till elitettan mot IFK Norrköping.

2022: Vinner kvaliet till elitettan mot Boo FF.

EN SOM KÄNNER till succéklubben från Uddevalla väl är Bohuslänningens Karin Carlsson. Den tidigare sportchefen har följt resan från gårdsgårdserierna till elitettan och beskriver Rössö som en "fritidsklubb" i början på 2000-talet.

– Det fanns inget elittänk över huvud taget på den tiden och det är en identitet som Rössö har lyckats behålla. Jag beundrar sättet de har arbetat med sin policy och jag tror att det har spelat en betydande roll för deras framgångar.

Rössö tillbringade 14 långa år i division 2 innan de inför säsongen 2013 tog ett kliv upp i seriesystemet. Det efterföljande året byttes dessutom den dåvarande spelplatsen



Karl Fors och kassörskan Anna Samuelsson förbereder Rössö inför elitettan.

Foto: Nikolaj Jalamaa



Bohuslänningens Karin Carlsson ser fram emot att följa Rössös historiska säsong.

Foto: Erik Weiefors

Ängevi ut mot anrika Rimnersvallen.

Karin Carlsson ser åren 2013-2014 som en brytpunkt och en viktig tid i klubbens historia.

– De har arbetat hårt under väldigt många år, vilket till slut har lönat sig. De har rekryterat talanger från närområdet i största möjliga mån och därmed byggt en grund som de sedan kunnat stå stabilt på i division 1.

Förutom klubbens gedigna arbete finns det enligt Karin Carlsson ytterligare en faktor som varit vital i framgångssagan: tränaren Niklas Christensson.

Succémannen har varit klubben trogen i sju år och har bortsett från ett avhopp under säsongen 2020 personifierat resan till elitettan.

– Han har verkligen varit avgörande. Dels har han lyckats skapa en stor trygghet inom laget och dels har han fått nyckelspelarna att stanna i kombination med inskolandet av nya talanger som exempelvis

Saga Fredgren och Sofia Olsson. Sedan är han framför allt en riktig vinnarskalle som hatar att förlora, säger Karin Carlsson.

INFÖR FOTBOLLSÅRET 2023 står IK Rössö inför stora provningar. Niklas Christensson behöver prioritera familjen och har vemodigt tackat för sig. Klubben är i behov av att värva nytt – och framför allt rätt för att befästa sin position i Sveriges näst högsta serie.

Samtidigt finns det en handfull trotjänare som ska bevisa att de håller på elitnivå.

Karin Carlsson menar att klubbens värviner bör göras med tillförsikt.

– Rössö står inför en utmaning i att inte förhastat sina rekryteringar så att kontinuiteten försvinner. Det är en fingertoppskänsla som krävs och det ska bli intressant att se hur de löser den uppgiften.

NIKOLAJ JALAMAA SALINAS

nikolaj.jalamaa.salinas@edu.ljungskile.org

"Welcome to my paradise"

– En tidsresa till sekelskiftets kvinnocenter i Rodebo och Ranneberg

I början av förra seklet var trakten kring Uddevalla ett nav i kampen för kvinnlig rösträtt. På kusten mitt emellan Uddevalla och Ljungskile, i Ranneberg, startade lärarinnan Adota Nymann ett kvinnocenter i sitt hem, tillsammans med sin syster Maya Nymann och hennes livskamrat Eva Rodhe. Där samlades kvinnosakskvinnor för att diskutera strategi, röka cigarrer - och lära sig att jaga.

Jag har tagit buss 822 mot Uddevalla, från Ljungskile station till hållplatsen som heter just Ranneberg – fast alla som jag intervjuar för mitt reportage säger "Raneberg", med långt a. Så hette stället förut, innan Uddevalla kommun bestämde sig för att gå tillbaka till en ännu äldre benämning, med kort a.

Med hjälp av en digital karta på telefonen traskar jag nu upp mot Ranneberg 222, den adress som Adota Nymanns gamla hus har fått i modern tid. Snart står jag utanför en vitmålad metallgrind där en liten höstfyllad bäck porlar förbi i dikesrenen. Innanför grinden finns flera byggnader. De flesta är precis som den stora huvudbyggnaden vita med gröna knutar. I denna skara in-

går till exempel det mysiga lilla lusthuset på höjden uppmot skogen.

Där bodde hon, Adota Nymann. Och där, på andra sidan vägen, står det bruna huset med de vita knutarna som systemen Maya Nymann och hennes livskamrat Eva Rodhe lät bygga runt 1905. Rodebo. Där bodde de två om somrarna, efter att de gått i pension och lämnat över Praktiska arbetsskolan, den skola i Göteborg som Eva Rodhe grundat och varit rektor för (och där både Maya och Adota Nymann undervisat) i nya händer.

Tanken är att jag ska göra en resa i tiden här, kliva bakåt genom decennierna till tiden kring förra sekelskiftet. Just nu är jag inte ens säker på att jag vågar kliva in genom grinden.

JAG RINGER ANDERS BESKOW igen, han som numera äger och förvaltar Adotas gamla hus. Sist vi talades vid berättade han att Adota Nymann var en avlägsen släkting till hans mormor, och att det inte bara var kvinnosakskvinnor som samlades runt Adota i Ranneberg. Det gjorde även hela hennes stora släkt, och än idag ägs flera av husen i området av släktingar till Anders.

Vid vårt förra samtal berättade Anders Beskow även om sina egna tidsresor i områ-

det. På äldre dar har han i minnet rest tillbaka till sin barndoms somrar, när familjen åkte hit från Stockholm och han och hans syskon och kusiner fick uppleva lantlivet.

– Bonden som bodde där var så snäll, han lät oss barn vara med och berättade vad han gjorde.

ANDERS OCH DE andra fick vara med vid den dagliga mjölkningen av korna och hjälpa till med höskörden, och när det var dags att köra hem höet lyfte bonden upp dem högst upp på hölaset. Där satt sen lilla Anders och kände sig stolt, duktig och mäktig.

Men Anders Beskow har även rest längre bakåt i tiden än så, med hjälp av de gamla dagböcker, kyrkböcker och kartor som han hittade i olika arkiv – dels släktens egna, dels andra, både fysiska och digitaliserade. Under flera års tid forskade han sig hela vägen tillbaka till Rannebergs 1500-tal, vilket resulterat i två böcker.

– Det finns en sådan fantastisk rikedom i den svenska byråkratiska tradition som grundades av Gustav II Adolf och Axel Oxenstierna.

Nu ringer jag alltså upp Anders igen, den här gången för att fråga om det är okej att jag öppnar grinden och smyger in på deras tomt.

Foto: Sanna Brobjer

– Givetvis, gå in du! Det är bara tråkigt att vi inte kunde vara där och släppa in dig så att du fick se insidan av huset också, svarar Anders på sin charmanta stockholmska. Så jag öppnar grinden och kliver in på grusplanen mellan husen. Där sluter jag ögonen och försöker lystra efter historiens vingslag. Tyvärr hörs de inte över billjuden från vägen, smattret från flaggstången där linan slår i vinden och några enstaka ord från ett gäng snickare som håller på att renovera ett av de andra husen på den gamla gården. Jag har inte lyckats resa i tiden. Inte än.

Havet, tänker jag och öppnar ögonen igen. Utsikten över havet ut mot Orust är samma som Adota Nymann såg från sitt fönster för över hundra år sedan. Skogen, tänker jag sen och snor runt ett halvt varv. Kanske var det stigen där borta som hon följde när hon gick med sina väninnor för att se timmer eller lära någon att jaga – och fågelkvittret som jag just nu hör är väl samma som det hon hörde, fast från andra näbbar?

DET HJÄLPER INTE. Jag trampar runt bland motvilligt visnande sommarblommor och nyligen uppoppade svampar, hjälplöst fast i november 2022. Jag önskar att jag hade med mig en guide på min tidsresa, någon som kunde peka och visa, berätta och förklara.

Egentligen skulle jag ha haft det. Jenny Gillerstedt, som är utställnings- och programansvarig på Bohusläns museum i Uddevalla, erbjöd sig generöst att följa med ut hit fastän hon egentligen är mammaledig. Men hon har blivit sjuk, så även vår intervju får bli över telefon. Och jag är ensam här.

Selma Lagerlöf har varit här, tänker jag, och Ellen Key. Det vet jag från att jag redan har läst på om vad Jenny Gillerstedt har skrivit om kvinnocentret på Ranneberg. Kvinnor kom hit från hela Sverige, och för de kvinnosakskvinnor som bodde i området kring Uddevalla fanns här en självklar mötesplats för både socialt umgänge och



Kerstin Larsson förälskade sig i Rodebo första gången hon såg huset. Foto: Sanna Brobjer

politisk planering. Anders Beskow tror att kvinnorna sökte stöd hos varandra i en omtumlande tid.

– Det var en dynamisk tid när det låg mycket i stöpsleven. Det var många stora förändringar på gång, till exempel kring kvinnors rättigheter och möjligheter. Men jag kan tänka mig att det var en jobbig tid också, att de kanske kände som vi kan känna idag när man ser på nyheterna och undrar ”vad är det som händer i världen egentligen?”.

DET HAR BÖRJAT skymma när jag stänger grinden till Ranneberg 222 bakom mig och än en gång blickar upp mot Rodebo. Där uppe bor numera en kvinna som heter Kerstin Larsson, har Anders Beskow berättat.

– Om hon är hemma tar hon säkert emot dig. Hon är jättetrevlig.

Anders har helt rätt, visar det sig. När Kerstin får syn på mig – en främling som

efter att ha snokat runt på hennes tomt i skymningen nu står och bligar in genom glasrutan i köksdörren – skiner hon upp som en sol. Hon reser sig ur fåtöljen där hon suttit och rensat körsbärstomater och gestikulerar mot huvudingången. Jag hin- ner knappt förklara vem jag är innan hon bjuder in mig i huset.

– Kom in, kom in. Welcome to my pa- radise!

SNART SITTER VI mitt emot varandra vid ett köksbord där Kerstin Larsson har brett ut foton, böcker och bilder över den vall- momönstrade duken. På flera av de gamla svartvita små bilderna kan Kerstin peka ut Eva Rodhe, i egen hög person.

– Ett manhaftigt fruntimmer, som jag brukar säga, skrattar Kerstin Larsson.

Sedan tar hon med mig på en rundtur i huset, och vart vi än går pekar och gestiku- lerar Kerstin för att förklara hur det såg ut

här förr i tiden. Jag har äntligen fått min tidsreseguide.

– Här i taket har vi satt in bjälkar. Den här bjälken visar var huset slutade förut.

Kerstins man Lars Larsson var snickare, och när de köpte huset var det mycket arbete som behövde göras för att det skulle gå att bo där året runt – och för att ge plats åt en växande familj. De såg dock till att bevara några av rummen nästan helt i originalskick.

VARDAGSRUMMET I MARKPLAN är ett av de bevarade rummen, och det är här det händer. Kerstin Larsson räcker över ännu ett gammalt fotografi, och för ett ögonblick re-

ser jag faktiskt i tiden! På bilden sitter Eva Rodhe i ett hörn av just exakt det rum som jag just exakt nu står i. Där, i det hörnet, med trappan i bakgrunden, dörröppning- en, den öppna spisen till vänster – och en plastspindel som kryper på väggen, ditsatt av Kerstin för att dölja ett litet hål.

– Vad lustigt, de hade också ställt en byrå där i det lilla utrymmet bredvid trappan, säger Kerstin, med blicken fäst på ett annat fotografi.

Där satt hon, tänker jag. Precis där. Jag sträcker ut min hand i tomma luften och rör vid Eva Rodhes spöke för en sekund.

Hon hade humor, Eva Rodhe, berättar Jenny Gillerstedt för mig senare samma

kväll. Visst kunde hon vara kärv när hon skrev sina politiska texter, men i texterna finns också många exempel på satir och göteborghumor.

– Hon och Maya kan säkert ha haft skoj med ett glas konjak och en cigarr när de satt där och skrev på Rodebo, säger Jenny Gillerstedt.

Och jag tänker att Eva säkert skulle ha kunnat skrocka gott åt Kerstins plastspindel på väggen, om hon hade råkat snegla upp till höger när hon satt där på fotot och fått syn på den, precis bredvid hennes huvud.

SANNA BROBJER
sanna.brobjer@edu.ljungskile.org



Rodebo, där Maya Nymann och Eva Rodhe bodde. Foto: Sanna Brobjer



Anders Beskows böcker ingår i Kerstin Larssons samling. Foto: Sanna Brobjer



Eva Rodhe i vardagsrummet på Rodebo. Foto: Bohusläns museums arkiv Källa: Privat



Samma vardagsrum cirka hundra år senare. Foto: Sanna Brobjer

ADOTA NYMANN

Adota Nymann var en lärarin- na från Götlanda i Västmanlands län som undervisade i naturvetenskap- liga ämnen. Adota startade ett kvinno- centrum i sitt hem i Ranneberg i Ljungski- le som samlade rösträttskvinnor inte bara från Uddevallatrakten utan hela Sverige.

– Adota förstod vikten av det sociala sam- manhanget och var som spindeln i nätet som såg till att alla träffades, säger Jenny Gillerstedt från Bohusläns museum.

– Rösträttskvinnan Frigga Carlberg be- skrev Eva Rodhe som en översval- lande bägare av inspiration, säger Jenny Gillerstedt.

EVA RODHE

Eva Rodhe (1836-1919) var en framstående reformpedagog, känd inte bara i Sverige utan även internatio- nell. Vid 26 års ålder blev hon rektor för en flickskola i Uddevalla, och 1881 grundade hon Praktiska arbetsskolan i Göteborg. Eva Rodhe var aktiv i många olika klubbar och förening- ar, till exempel var hon den första kvinnliga ledamoten i Göteborgs folkskolestyrelse.

MAYA NYMANN

Maya Nymann (1849-1939) var Adota Nymanns syster. Även hon var lärare, i slöjd. Hon var den första kvinnan att studera vid Nääs Slöjdlärarsemi- narium och träffade sin livskamrat Eva Rodhe när hon tog anställning på den flickskola i Uddevalla där Eva var rektor. I bevarade brev beskrivs hon som en ”sprudlande” kvinna.

– När barnen på skolan behöv- de en paus brukade Maya ta på sig ett huckle och leka häxa, berättar Jenny Gillerstedt.



Eva, Maya och Adota med elever

PEDAGOGIK

Eva och Maya utvecklade en pedagogisk metod som lade stör- re vikt vid praktiskt lärande än man tidigare gjort i svenska skolor, i enlig- het med mottot ”Läs allt, pröfva tusenfalt!.”

Inspirationen till metoden kom delvis från en ge- mensam, flerårig studieresa runt om i Europa . Väl hemma i Sverige tillämpade de metoden på Gö- teborgs Praktiska arbetsskola, den skola som Eva Rodhe startade i Göteborg. Det var en samskola, där flickor och pojkar undervisas tillsammans.

– Eva och Maya trodde på att en jäm- lik skola skulle leda till ett jämlikt samhälle, säger Jenny Gillerstedt.

VÄNINNOR ELLER ”VÄNINNOR”?



Jenny Gillerstedt kallar Maya och Eva för ”livskamrater” men hon beto- nar att vi inte kan veta om de var ett kärlekspar eller inte. Homosexualitet var olagligt under deras livstid, så det är inte konstigt om de i så fall höll det hem- ligt. Däremot stack det inte ut om en kvin- na flyttade ihop med en väninna, eller en ”väninna”. Det sågs bara som ett smart knep för att hantera sin ekonomi. Bland andra rösträttskvinnor kunde däremot samkönade par vara mer öppna med sin kärlek.

– Kvinnorörelsen under den här tiden har kallats för ett tryggt rum för HBTQI- personer säger Jenny Gillerstedt.

Räddad av Reiki healing

Efter en livsresa kantad av stort bekräftelsebehov och en längtan efter att bli accepterad, har Leone Strandberg genom reiki healing börjat trivas med sig själv. Hon brinner nu även för att hjälpa andra.

– Jag började först för att kunna förstå mig själv. Att sedan också få se andra utvecklas ger jättemycket, säger hon.

Skylden "Loppis - en trappa ner" möter en vid parkeringen hemma hos Leone Strandberg i Dals Rostock.

– Det är skönt att få rensa ut lite, säger hon medan hon gör i ordning två koppar kaffe.

Med loppisen menar hon förstås en fysisk utrensning av faktiska prylar. Men Leone hjälper även människor med psykisk rensning på den resa vi alla genomför som kallas livet. Detta genom reiki healing.

Reiki är en tusenårig healingmetod som härstammar från Japan. Behandlingen innebär mycket och mycket att man arbetar med kroppens naturliga läkningsprocesser. Likt yoga eller massage ska det göra att ens kropp mår bättre. Reiki har funnits i Sverige i många år, men börjar nu bli allt mer utbredd.

VI SLÅR OSS ner vid köksbordet i lägenheten där Leone bor tillsammans med sin man och deras åttaåriga dotter.

Doften av kaffet sprider sig snabbt i rummet. Tillsammans med den mjuka pepparkakan som ligger på fatet framför oss, och med de levande ljusen i lyktan bredvid, blir höstmyset extra påtagligt. Novembersolens strålar letar sig in genom fönstret och utför dansande rörelser på köksbordet.

– Jag tänker att jag inte har bestigit något berg, mer än det berg som man har haft med sig hela livet, säger hon och fortsätter:

– Vilket jag i och för sig tycker är det viktigaste berget att bestiga. Nämligen acceptansen för den man är.

LEONE FICK TIDIGT börja ta stort ansvar och var mycket ensam hemma efter skolan. Hon hjälpte även till en hel del med sina två yngre syskon.

– Jag tog ofta hand om dem, och det har

nog lett till att jag sedan tog ansvar i både kompisrelationer och kärleksrelationer, säger hon.

Hon vill ändå förtydliga att hon inte har haft en dålig barndom, men att hon kanske inte fick den bekräftelse som ibland hade behövts, och att nog mycket i hennes liv bottnar i det.

– I högstadiet kallades jag för skolans kurator. Jag drogs ofta till människor som till exempel hade problem hemma, folk med missbruksproblematik eller som var utsatta på olika sätt. Jag tänkte att om jag tar hand om någon, är jag duktig då? Får jag bekräftelse då? säger hon och kugar händerna kring kaffekoppen.

ATT KÄNNA AV energier från andra människor är något som funnits med sedan hon var liten. Hon minns att hon såg saker som andra inte såg, som att hon hade förstärkta sinnen. Hon hade tidigt känslorna utanpå och var högkänslig, även kallat HSP (Highly Sensitive Persons). Det innebär bland annat att man är extra mottaglig för känslosamma situationer och miljöer, lägger märke till mer än andra samt bearbetar saker på en djupare nivå.

Leone kände då att det var svårt att förklara och hon visste själv inte var känslorna kom ifrån. Det är först i vuxen ålder som allt har klarnat, efter att hon tagit sig igenom flera motiga perioder i livet.

– Man kan säga att jag inte blev vuxen förrän vid 40 års ålder när jag fick stilla mitt inre barn, säger hon lite skämtsamt.

LEONES VUXENLIV BÖRJADE när hon som 17-åring träffade en man och flyttade hemifrån. Vid 18 års ålder blev hon sedan gravid.

– Vi bildade då familj. Men det var ingen sund relation, bland annat för att jag var så ung. Det var också under den här perioden min ångest började komma, säger hon.

Tiden löpte på och under åren som gick led Leone av både panikångest och hälso-

ångest, tidigare kallat hypokondri. Hon berättar att hon gick till vårdcentralen ungefär en gång i veckan med olika symptom. Trots att det inte var något fel på henne kunde hon känna fysisk smärta. En läkare fängade tillslut upp henne.

– Hon sa att jag inte var sjuk, men tyckte att jag skulle gå och prata med kuratorn på vårdcentralen. Då tänkte jag "vadå, sitter detta uppe i huvudet?" För själv hade jag inte en tanke på det, ingen hade ju pratat med mig om psykisk ohälsa förut.

ÄVEN OM SAKER och ting började klarna för Leone väntade en tid av svårigheter. Bland annat gick hon igenom ännu en graviditet, men denna gång med en hel del komplikationer.

Då förlossningen skedde sju veckor för tidigt och höll på att kosta både hennes och barnets liv, blev det en mycket traumatisk upplevelse.

– Då var det riktigt illa, säger Leone med tårarna brännandes bakom ögonlocken:

– Jag minns så tydligt när jag blev hämtad av ambulansen, trots att det är 26 år sedan. Hur jag ligger på båren i den där bitande, kalla septemberluften. Himlen är helt blå och solen börjar gå upp. Egentligen skulle det bli en väldigt vacker dag, men jag kände bara ångest.

Leone och barnet klarade sig, men det var en tuff tid som följde. Hon och hennes man separerade och hon började sakta på-börja en tid av läkning.

HON BEFANN SIG snart på en tryggare plats i livet. Men trots det fanns ångesten fortfarande i bakgrunden och hon kände att hon hela tiden sökte efter någonting mer.

– Bekräftelse från andra var väldigt viktigt. Att se det här barnet i mig som jag aldrig fått lov att vara. Det blev nästan lite fjantigt när jag då var upp i 30-årsåldern, säger hon och skrattar till, men ändå med allvar i blicken.

Den stora förändringen kom till slut 2012 då hon var långtidssjukskriven på grund av utmattningssyndrom.

– Jag gick ett rehabprogram för att komma tillbaka. Jag var så himla anti, men vi som träffades blev tillslut ett sammansvet

Leone Strandberg trivs i naturen och ser det som en plats där hon kan hämta ny energi.

Foto: Pernilla Lönngren



Rummet hemma hos Leone där hon utför healing och andra behandlingar. Foto: Pernilla Lönngren

sat gång som kunde skratta och gråta tillsammans, säger hon och tar en bit av den mjuka pepparkakan.

Under åren hade dessutom Leones intresse för andlighet vuxit, och 2016 besökte hon en spirituell mässa.

– Jag gick flera gånger förbi ett medium som satt där. När jag väl vågade sätta mig hos henne sa hon: ”Så du kom till slut”.

Ett medium är en person som säger sig kunna få kontakt med exempelvis andevärlden.

MEDIUMET PÅ MÄSSAN sa till henne att det är detta hon har sökt efter hela livet, men att hon inte har varit redo innan. Hon sa även att det var hennes framtid att utföra healing.

Leone kände då för första gången att hon äntligen var på väg in i sitt rätta element. Detta ledde till att hon redan veckan därpå var inbokad på en kurs inom reiki healing. Kursen hade bara en enda plats kvar, så hon visste att det var menat för henne.

– Såklart att jag skulle ha den platsen. Det är ju det här jag ska göra, säger hon med ett leende.

Hon har nu gått ett flertal utbildningar inom reiki och ger både sig själv och andra healing.

– Jag går in i din energi och jobbar i den. Jag gör handpåläggning om man vill, men det går även bra utan. Men oftast vill man ha det för att det känns lite skönt med beröring, berättar hon.

Enligt Leone känner hon även av ifall personen som tar emot healingen behöver extra förstärkning av kristaller eller andra hjälpmedel.

– Precis som en läkare använder sina instrument finns även instrument inom den andliga och spirituella världen. Man kan använda en pendel, kristaller, kort, rökelse. Ja den här världen är oändlig.

MED HJÄLP AV healingen har Leone börjat förstå sig själv. Hon säger att den främsta inre resan för egen del är att inte längre be-

höva få bekräftelse från andra för att förstå att hon duger som hon är.

– Och hade jag fått bestämma skulle jag se att det här fick vara en del av vården. Jag menar inte att man ska utesluta läkemedel, men man skulle kunna vara öppen för någonting annat. Det har ju hjälpt mig. Kropp och själ hör ihop, säger Leone.

NÅGON SOM KÄMPAR för just det som Leone nämner är Sonja Radisavljevic. Hon är verksam inom reiki och arbetar även inom den traditionella sjukvården på Huddinge sjukhus.

– Reiki är numera godkänd av skatteverket att använda som friskvård. Att ta det vidare till sjukvården och då kombinera alternativ och medicinsk medicin vore det mest ultimata, säger hon.

Hon berättar att man i flera andra länder använder sig av alternativa behandlingar inom vården.

– I Italien har de nyligen infört det på tre sjukhus och i USA används det på 67 olika sjukhus.

I Sverige är det enligt lag förbjudet att använda alternativa behandlingsmetoder inom sjukvården. Trots att reiki är godkänt som friskvård är fortfarande många kritiska till om det är en fungerande behandlingsmetod som bör införas till sjukhusen.

LEONE TAR EN sista slurk av sitt kaffe. Hon säger att hon trots allt inte är bitter över saker som hon har varit med om i livet, för det är tack vare det som hon nu vet vad hon vill.

– Jag har kommit så pass långt med mig själv nu att jag vill hjälpa andra mer, för jag ser att det verkligen finns ett behov.

PERNILLA LÖNNGREN
pernilla.lonnngren@edu.ljungkile.org



Foto: Pernilla Lönngren

FAKTARUTA

Namn: Leone Strandberg

Ålder: 45 år

Bor: I Dals Rostock tillsammans med sin man och åttaåriga dotter

Sysselsättning: Jobbar deltid i sin egen verksamhet inom reiki, med bland annat healing och vägledning

Drömmer om: Att gå över till att arbeta ännu mer med reiki

Ledord: Ta hand om dig själv och ge dig det du behöver. Du ska leva med dig själv i resten av ditt liv.

Fem kristaller

med olika användningsområden



Rosenkvarts

En av de mest kärleksfulla stenarna att äga och en bra nybörjarkristall.

Egenskaper:

Den sägs öka kärleken, tilliten och kontakten med ens inre barn.

Bärs för att förstärka kärleken till sig själv och andra, eller att lägga i barnrummet för att sprida extra kärlek till barnet.

Ametist

En av de mest populära kristallerna.

Egenskaper:

Sägs ha en djup, lugnande effekt för tankar inom oro och stress. Ska hjälpa till att släppa taget om negativa känslor.

Den sägs även ha en läkande effekt och kunna lindra huvudvärk och sömnproblem.

Används med fördel i vardagen som exempelvis smycke när du är i en nedåtgående period, eller i sovrummet för en bättre sömn.



Selenit

En ren meditationssten som används inom healing eller meditation.

Egenskaper:

Den ska öppna upp sinnet, ge ett inre lugn och verkar läkande.

Inom meditationen sägs den ha en renande effekt som ger en mental klarhet.

Den sägs även jobba ihop med änglarna och sprider ljus till ditt hem om du har den i din ägo.



Svart rå obsidian “appachetår”

En mycket kraftfull sten som inte är för nybörjare. Man bör veta hur man handskas stenar som tar hand om negativa energier innan man börjar använda denna typ av sten.



Bergkristall

En kraftfull kristall som sägs vara en vara en direkt länk mellan den energi vi får från “andra sidan”, till vår själ.

Egenskaper:

Används mycket i andra länder i samband med olika behandlingar. Detta då den påstås vara starkt läkande och kan öppna upp medvetandet så att man läker inifrån.



Egenskaper:

Sägs ta hand om negativa energier och omvandla dem till positiv energi, samt ge beskydd. Passar bra om man är omgiven av mörk och jobbig energi som gör en trött och påverkad.

Foto: Leone Strandberg

En vandring till fots – för en resa i sitt inre



Stillsamma och fridfulla platser är att föredra när man stannar till under en pilgrimsvandring.

Sedan medeltiden har pilgrimsvandringar lockat ut folk på okända stigar. Många tänker kanske på Jerusalem, och att det är där vandringarna äger rum, men de går även att göra här i Sverige – till och med i Ljungskile.

Det är med ett stort leende Inger Nilsson öppnar den genomskinliga glasdörren. För två år sedan lämnade hon livet i Skåne, packade väskorna och flyttade till Ljungskile. Efter att ha frivilligarbetet inom Svenska kyrkan i Ystad under flera år, fick hon nys om att de sökte en diakon i Ljungskile församling. Hon sökte tjänsten, och fick den.

– Målet är att bli diakon, men för att få utbildning till det måste man först göra ett antal steg, till exempel som att jobba inom kyrkan. Jag gjorde de stegen i Ystad, men hade inte gått utbildningen än. Jag får därför inte kalla mig diakon nu, utan vi säger diakonansvarig.

– Men nu är det dags, nästa år tar jag tjänstledigt och åker iväg ett år till Uppsala för att läsa utbildningen. Men sedan kommer jag tillbaka till Ljungskile, fortsätter hon.

Redan sedan tiden i Skåne har hon älskat att pilgrimsvandrade, så när hon fick chansen att leda grupper här föll det sig naturligt.

PILGRIMSVANDRINGAR ÄR INTE speci-

fika för just kristendomen. De finns i nästan alla religioner och kulturer. I Sverige har man pilgrimsvandrat sedan 1990-talet, men runt om i världen har man gjort pilgrimsresor sedan medeltiden.

Idag behöver det inte enbart vara av religiösa skäl. För många är det ett sätt att koppla av i sinnet eller att komma ut och röra på sig. Men från början var det en resa till religiösa platser för att komma närmare Gud.

Några av de populäraste platserna för religionerna världen över är att pilgrimsvandrade i Mekka i Saudiarabien, Jerusalem i Israel och Bodh Gaya i Indien, som alla har en speciell anknytning till sin troslära.

UNDER PANDEMIN har pilgrimsvandringarna i Ljungskile inte ägt rum lika ofta och i mindre grupper. Bara två-tre gånger per år med grupper på 10-15 personer. Men de flesta av deltagarna är återkommande. En av dem är Ann Marberg från Uddevalla.

Hon följde med på en av vandringarna för första gången år 2020, ungefär samtidigt som Inger Nilsson började sin tjänst som vandringsledare, och har sedan dess gått de olika vandringarna flera gånger. Även på egen hand.

Hon berättar att tro och religion alltid har funnits i hennes liv, men att det också var sökandet och den inre resan som fick henne att börja med vandringarna.

– När jag gick i pension var jag ute efter en förändring, både att få vara ute och röra på mig mer, men även att se var jag stod i min religiösa tro, säger hon.

”Det är underbart att vandra för det fysiska mående, men på pilgrimsvandringar är det något mer”

ANN MARBERG

att pulsen sjunker när du är ute i naturen och stresshormonet kolesterol minskar i blodet.

Sedan 80-talet har Ann Marberg studerat och arbetat som bibliotekarie, ett mestadels stillasittande jobb. Hon levde småbarnslivet och under en period var yoga den enda aktiviteten som hanns med.

Men innerst inne har hon alltid varit rastlös. Sökande är ett ord som hon beskriver sig själv med flera gånger. Idag är hon inte bara med på pilgrimsvandringarna, utan sitter också i styrelsen för Friluftsförbundet. Där har hon barngrupper och leder egna vandringar, utan religiösa inslag.

INGER NILSSON, som planerar och arrangerar pilgrimsvandringarna, berättar på sitt kontor i församlingshemmet i Ljungskile hur hon brukar gå till väga när hon förbereder

sina vandringar.

– Förutom att åka runt och planera vilka samlingspunkter vi ska ha måste man själv först gå vandringarna för att se hur lång tid det tar, och även komma på olika teman.

Hon reser sig från fätöljen, går fram till sitt skrivbord och letar runt lite bland papprena. Sedan sätter hon sig igen och räcker fram fyra stycken utskrivna papper med dubbelsidig text. På papprena står ett slags manus och några psalmer.

– Det här är Maria- och Ruts vandringar. De är två av de viktigaste kvinnorna i bibeln, men jag tycker inte de får tillräckligt med utrymme, så jag vill gärna framhäva dem, säger hon.

Ruts vandring går från Forshälla till Resteröd. Marias vandring är en av de kortare, på fyra kilometer. Den börjar vid Åh stiftsgård, ett statligt vitt hus som tornar upp sig på berget framför havet, och slutar vid Resteröd.

Inger Nilsson börjar vandringen med att berätta om Maria och hur livet var för henne på den tiden, sedan får deltagarna reflektera över detta under vandringen.

Men det är inte på alla vandringar som man pratar. Det finns även så kallade tysta vandringar. Några pratar man inte alls på, och vid vissa får man till exempel ett ord att meditera till och är sedan tyst under delar av vandringen.

DET FINNS INGA krav på att man måste vara medlem i Svenska kyrkan, eller ens kristen, för att få följa med på vandringarna. För deltagaren Ann Marberg betyder de mycket för



Ann Marberg har även vandrat på Orust.

sinnet.

– Det är underbart att vandra för det psykiska måendet. Och på pilgrimsvandringarna är det något mer. Det är något väldigt fridfullt med att få gå in i sig själv och nästan meditera, säger hon.

Under vandringarna stannar man till då och då, och delar med sig av det man reflekterat över. Platserna är noga utvalda, och har alla gemensamt att de är stillsamma. Det kan till exempel vara där två stigar möts i en skog. Eller någonstans med en rofylld utsikt, som vid havet.

PILGRIMSVANDRINGAR HAR ALLTID fascinerat Inger Nilsson. Men att hon faktiskt började med dem var egentligen en slump.

Hon har tidigare bott i Skåne, och i Simrishamn fanns någonting som kallades för frukostföreläsningar, som Ingrid deltog i. Där åt man frukost och lyssnade på olika föreläsningar. En sommarmorgon var det pilgrimsprästen i Lunds stift som föreläste. Hon var, precis som Inger, uppvuxen på Österlen.

– När jag hörde hennes berättelse kände jag direkt igen mig. Hon beskrev Gud i en miljö jag känner igen väldigt väl, och jag såg mig själv i hennes berättelse, säger hon.

DEN ANDRA DELEN av Marias vandring slutar vid Resteröds kyrka. Det är lätt att förstå varför. Det är Ljungskiles äldsta kyrka, med anor från 1100-talet, med hästhagar och skog som grannar. Där tackar Inger för vad dagen har gett dem, och alla får dela med sig av sina tankar och känslor.



I Resteröds kyrka har man haft gudstjänster sedan 1100-talet.

FAKTARUTA:

Fakta pilgrimsleder

Antal pilgrimsleder i Sverige: ca: 40

Sydligaste pilgrimsleden i Sverige: Lund - Simrishamn

Nordligaste pilgrimsleden i Sverige: Dag Hammarskjöldsleden, väster om Kiruna

Längsta pilgrimsleden i Sverige: St. Olavsleden, Selånger (Sverige) - Trondheim (Norge)

Källa: Svenska kyrkan

För Ann Marberg, som fick upp ögonen för vandring när hon gick i pension, finns det olika sätt att vandra på.

– När jag vandrar med bland annat friluftsförbundet stannar vi också och pratar, men det är på ett annat sätt. Då är det mer kulturellt och historiskt. Men någonstans kommer ju alltid religionen in ändå. Religion, politik, kultur och historia går ju ihop, säger hon och fortsätter.

– Men det bästa är att få vara ute i naturen med andra personer och även den andliga kicken. Har jag haft en bra diskussion med någon så känns det ju som att man går på moln. Då får man så mycket mer än bara den fysiska biten, säger Ann Marberg.

TEXT OCH FOTO: HANNA OLSSON DRAMMEH

hanna.olsson.drammeh@edu.ljungskile.org

9 saker att ha med på vandringen

Låt inte skoskav, lågt blodsocker, starkt solsken eller regn hindra dig. Här är 9 tips på saker att ha med sig när du ger dig ut på vandringen.

1 Vattenflaska: Det är viktigt att fylla på med vatten för att orka.



2 Plåster: Får du skoskav blir det svårt att fortsätta vandringen. Ett extra tips är att ha på sig dubbla strumpor för att förebygga skoskavet.



3 Sittunderlag: När det är kallt och blött ute är det skönt att sitta på något.

4 Spf: Det är inte alltid man märker av det, men solens UV-strålar når fram i alla väder.

5 Hatt/keps: Bra att ha för att undvika att få solen i ögonen, och för att inte bli för varm när solen är för stark.

6 Frukt: Om blodsockret dippar är det ett bra sätt att få upp det med till exempel en banan.



7 Ficklampa: För de mörkare timmarna på dygnet.



9 Extra strumpor: Det är inte roligt att gå runt med blöta strumpor om man trampar i en vattenpöl.

8 Plastpåse för skräp: Det är viktigt att tänka på att de ska vara en trevlig miljö för alla andra som vandrar.

Tips: Utflykter nära Ljungskile

Stenungsbaden Yacht Club



Foto: Stenungsbaden Yacht Club

Precis som namnet avslöjar ligger denna pärla vid havet i Stenungsund. Här kan man själv välja vilket koncept som tilltalar en mest: allt ifrån övernattnig med spa och middag till enklare alternativ som dagsspa eller frukost. På helgen omvandlas dessutom det lugna spahotellet till en festlig stämning för dig som är sugen på fartfylld stämning.

Zipline Hafsten



Foto: Hafsten Resort

Du som söker efter adrenalinkickar kan åka till Hafsten resort och camping, strax utanför Uddevalla. Där finns nämligen Sveriges längsta zipline på 900 meter med 90 meters fallhöjd och med en topphastighet på 90 km/h. På samma plats kan du dessutom passa på att uppleva den natursköna miljön. Med två slingor på 1,6 eller 1,8 kilometer väljer du själv om du vill ta den branta eller mindre branta vägen. Målet är nämligen 119 meter upp, där man möts av utsikt över havet.

Bredfjället



Foto: Västverige

För dig som gillar att vara i naturen är Bredfjället i Ljungskile ett bra alternativ, oavsett årstid. Här finns det ett stort antal vandringsleder att välja mellan. Du kan dessutom fiska i sjön eller plocka svamp eller bär i skogen. Under vintertid kan du åka skridskor på någon av sjöarna eller skidor i spåren.

Musselbaren



Foto: Musselbaren

Här, på restaurangen precis intill vattnet i Ljungskile, serveras det färska musslor i mängder. För dig som inte är förtjust i musslor erbjuds även andra alternativ. Ett plus i kanten är utsikten.

Smögen



Foto: Åsa Dahlgren

Om du vill uppleva Bohuslän på riktigt är det till Smögen du ska åka. Hav, sjöbodar och den klassiska bryggan är även mysigt vintertid. Då slipper du dessutom trängas med alla andra turister som gör det trångt sommartid. Tipset ovan, Musselbaren, finns även på Smögen.

SANNA SUNDBERG

sanna.sundberg@edu.ljungskile.org

Bosse Wålemark minns LSK:s framgångssaga – men tror inte på någon ny ”Åshöjden”



2011: Bosse Wålemark som tränare i Ljungskile. Här under en match i Landskrona.

Foto: Privat

Ljungskile SK klättrade från division fem till allsvenskan på sju år. Bo ”Bosse” Wålemark var med om Åshöjden-sagan med Ljungskile – går den att göra om i dagens fotbollsindustri? Numera har han lämnat fotbollen men minns framgångssagan.

– Den resan vi gjorde var nästan helt utan pengar. Utan ekonomi är det väldigt svårt att lyckas i dag, säger Bosse Wålemark.

Realiteten överträffade dikten. För 26 år sedan gjorde Ljungskile en ”Åshöjden”.

Författaren Max Lundgrens romanserie om det fiktiva laget Åshöjdens BK skildrar hur en före detta landslagsman i fotboll flyttar till en liten ort och börjar träna det lokala fotbollslaget som lyfter till oanade höjder, samtidigt som det lilla samhället får ett lyft när en ny stor väg ska dras genom Åshöjden.

1969 BYGGDE BROR och Inga-Lill Wålemark ett hus i Ljungskile på Rosenvägen 17. Det skulle visa sig få oanade konsekvenser för fotbollsklubben. Pappa Bror smällde upp ett fotbollsmål på tomten. Där började de tre sönerna Bosse, Jörgen och Jens sparka boll.

Äldsta brorsan Bosse Wålemark minns tillbaka.

– Det var ett område där det byggdes många hus och bodde många barnfamiljer. Det var alltid någon aktivitet med kompisar, det var idylliskt. Det var många sportaktiviteter. Mamma och pappa hade ont om pengar men de lade alltid all fokus på oss och kämpade för att vi skulle ha det bra.

Direkt efter att han svarat, påpekar han min skånska dialekt. Jag förklarar att jag är från Landskrona, något vi återkommer till senare under samtalet.

Den numera 58-åriga Bosse Wålemark bor fortfarande kvar i Ljungskile. Vid det här laget är familjen Wålemark en känd fotbollssläkt. Bosse har representerat

Ljungskile SK både som tränare och spelare. Han benämner sig själv som en talang under ungdomsåren.

– Jag var lite oseriös i början av karriären. Jag vägde runt 100 kilo när jag var sexton - sjutton år. Sedan gick jag ner till runt 85 kilo för att orka springa mer. Jag kämpade för att se hur bra jag kunde bli. Sedan skadade jag knät och var borta i lite mer än två år.

NÄR MOTORVÄGEN DROGS genom Åshöjden förändrades samhället. Och precis som i romanen var det likaså i Ljungskile. I mitten av 1980-talet aviserade Volvo sin intention att börja bygga bilar där det gamla Uddevallavarvet låg. Volvo krävde då att en motorväg skulle byggas från Uddevalla till Göteborg, och däremellan låg Ljungskile. Motståndet lokalt var dock stort. Aktivisterna nöjde sig inte med ord, istället var det riktade handlingar. Begreppet trädskramare fick plats i ordlistan tack vare protesterna.

Men trots det byggdes motorvägen och

världen kom närmare det lilla Västkustsamhället. Lagets nuvarande hemmaarena Skarsjövallen byggdes till mycket stor del på grund av vägbygget. Eftersom den gamla planen låg nere vid en campingplats i Ljungskile behövde den flyttas för att ge plats åt vägen. Vägverket köpte marken och istället tilldelades Ljungskile SK en ny plats för att bedriva sin verksamhet. Bosse Wålemark var själv med och krattade ut den nya planen. Han gjorde dessutom det första målet på Skarsjövallen.

SEDAN BÖRJADE RESAN genom seriesystemet. 1996 slutade laget på andraplats i landets näst högsta serie. Det innebar allsvenskt kval mot Umeå. Några få dagar innan den första kvalmatchen var det en föreläsning om litteraturpolitik på folkhögskolan i Ljungskile. Hela Ljungskiles lag befann sig i lokalen. Författaren Max Lundgren hade också blivit inbjuden. Det snackades mest om Åshöjden, 14 av 15 spelare hade läst historien – som de nu själva höll på att göra.

FAKTA:

Bo Wålemark

Ålder: 58, född den 18 augusti 1964.

Från: Ljungskile.

Arbete: Brevbärare.

Klubbar som spelare: Ljungskile SK –1984, IK Oddevold 1985–1987, Ljungskile SK 1990–1997.

Klubbar som tränare: Ljungskile SK 1990–1994 och 1998, Vallens IF 1999–2002, IK Oddevold 2003–2006, Ljungskile SK 2009–2011, IK Brage 2011–2013 och 2014–2015.

Den första kvalmatchen spelades på Skarsjövallen mitt på dagen eftersom det

inte fanns några elljus och och intresset från Ljungskileborna var stort. Alla skulle vara på plats på Skarsjövallen. Publikciffran var högre än befolkningmängden i Ljungskile, men det slutade dock med förlust.

– Vi hade tur hemma. Vi fick bara stryk med 1–0, vi var inte bra och vi var glada att det bara blev 1–0. Vi ändrade taktik lite inför den andra matchen... Hallå hallå!, säger Bosse när han avbryter sig själv och

”Jag var lite oseriös i början av karriären. Jag vägde runt 100 kilo när jag var sexton - sjutton år.”

BOSSE WÅLEMARK

levererar ett paket innan han fortsätter:

– Det var bara ut och köra egentligen!

Returmatchen började bra, efter 21 minuter hade bröderna Jörgen och Bosse gjort varsitt mål innan Umeå kvitterade. Ljungskile utökade ledningen på nytt innan nästa reducering kom. På stopptid kvitterade Umeå till 3–3. Trodde alla. Offside var vinkat, målet var bortdömt. Ljungskile var klart för allsvenskan.

– Vi gjorde en bra match och vann med 3–2, ibland går det som man vill, säger Bosse Wålemark.

Ljungskile SK var klart för allsvenskan. Hur var det möjligt?

– Det var väl att vi hade talangfulla spelare. Och sen att vi var ett extremt tight lag. Vi var nästan samma gäng i alla år. Från femman till ettan hade vi en stomme som kände varandra. Vi hade ett driv och alla hade förståelse för spelsätt och alla visste

vad man skulle göra. Vi var inte extremt bra individuellt, men som ett lag var vi väldigt bra. Alla underkastade sig lagets bästa. Vi tog inga risker, vi spelade enkelt och rejält.

Stannade ni någon gång upp och reflekterade över vad ni höll på att göra?

– Nej, i alla fall inte jag. Det var fokus på nästa år. När vi kom upp en serie och kände på alla lag tänkte jag: ”Vi har chans mot alla lag, det var inget lag som var så bra”. Respekten försvann ganska snabbt, berättar Bosse Wålemark och fortsätter:

– Jag tänker inte så mycket på det. Det var många andra Göteborgslag som var bättre än oss som tyckte att vi gjorde en enorm insats. När vi var mitt inne i det – körde vi egentligen bara. Det var match för match. Det är skoj att ha gjort det, det är roligt att träffa folk som var med och sitta och snacka om det. Men det är inget som påverkar mig nu.

Har du någon kontakt med någon från laget idag?

– Man träffar vissa gubbar då och då men det är få som bor kvar i Ljungskile.

SEDAN 1990-TALET HAR Sverige förändrats och fotbollen med den. Numera är sportwashing ett vedertaget begrepp, det vill säga att länder använder idrott för att förbättra ett ogynnsamt rykte eller där demokratin kan ifrågasättas. Genom åren har ett antal OS och VM tilldelats sådana länder, besluten att ge fotbolls-VM 2022 till Qatar och OS 2022 till Kina har exempelvis fått skarp kritik.

Numera ägs många klubbar som – Manchester City, Barcelona och Paris Saint-Germain – av större företag som ger klubbarna en ekonomisk trygghet att falla tillbaka på. Att en förening från ett litet samhälle ska göra en ny ”Åshöjden” ser Bosse Wålemark som osannolikt.



Här, på Rosenvägen 17 byggde Bror och Inga-Lill Wålemark ett hus 1969. Det var här Bosse Wålemark växte upp.



Foto: Gabriel Ohlsson



Motorvägen som går genom Ljungskile. När vägen byggdes förändrade den samhället. Precis som i Max Lundgrens berättelse om Åshöjdens BK.

Foto: Gabriel Ohlsson

– Den resan vi gjorde var nästan helt utan pengar. Utan ekonomi är det väldigt svårt att lyckas i dag. Folk är mycket mer ombytliga än vad vi var förr också. Förr var det hedersamt att vara kvar i sin förening, det har försvunnit nästan helt. Jag spelade några år i grannklubbar och då blev folk griniga på mig. Så är det inte alls längre, det går knappt att jämföra.

Efter flera år i Ljungskile SK är han inte involverad längre.

”Förr var det hedersamt att vara kvar i sin förening, det har försvunnit nästan helt. Jag spelade några år i grannklubbar och då blev folk griniga på mig. Så är det inte alls längre, det går knappt att jämföra.”

BOSSE WÅLEMARK

– Jag är inte med direkt. Erik Lund (Ljungskiles nuvarande tränare) ringer mig ibland så snackar vi lite om idéer och tan-

kar men mer än så är det inte. Jag har inte samma driv som förr. Det är antingen eller för mig.

Bosse Wålemark har istället bytt ut fotbollsskorna mot golfklubbor och hittat ett nytt intresse.

– Jag spelar mycket golf. Det är skoj med kompisarna och att bara tjöta lite grann. Jag har blivit mer samhällsintresserad. Jag läser mycket om historia och vad som hänt innan.

BOSSE WÅLEMARK JOBBAR parallellt under vårt samtal. Som brevbärare – vilket han har gjort i många år. Han ursäktar sig mitt i samtalet:

– Jag ska bara lämna ett paket här. Han småpratar med mottagaren som känner igenom honom.

– Det var ett perfekt jobb när man spelade fotboll. Jag jobbade från klockan sex till elva på morgonen och sen var det träning på eftermiddagen, säger han.

Precis när vi avslutat vårt samtal om fotbollsresan, avbryter Bosse mig och frågar mig plötsligt om Landskrona BoIS.

– De gjorde en hyfsad säsong, påstår han. Jag hinner knappt svara innan han hittar en koppling mellan Landskrona och Ljungskile.

– Vår gubbe, vad heter han... Murbeck (Andreas) var väl med i BoIS? Han var helt makalös, det var bara fotboll i huvu-

det på honom, säger han och skrattar.

EFTER LJUNGSKILES OSANNOLIKA resa från division fem till allsvenskan strömmade gratulationer in, och bland andra från ingen mindre än författaren Max Lundgren:

”Så bra att verkligheten förverkligade dikten”, skickade han till föreningen.



FAKTA:

Åshöjdens BK

Förlag: Apart Förlag AB.
Vad: Roman.
Första framträdande: Åshöjdens Bollklubb (1967).
Sista framträdande: Åshöjden i kvalet (1971).
Typ: Fotbollsklubb.
Aktiv period: 1900-talet.
Skapare: Max Lundgren.

GABRIEL OHLSSON
gabriel.ohlsson@edu.ljungskile.org

Fotbollsarenor att besöka – både lokalt och utomlands

Som den fotbollsfantast jag är, har flertalet arenor besökts genom åren. Allt från Old Trafford i Manchester till mindre som Olympia i Helsingborg. Här kommer tips på några andra.

Volksparkstadion Hamburg: En av Tysklands mest klassiska fotbollsklubbar spelar sina hemmamatcher här. Här har jag varit vid ett tiotal tillfällen. Sett derbyt mot St Pauli och mötet mot Dortmund när den klubben upplevde sina största glansdagar. Oftast fullsatt och alltid bra tryck. Återvänder när tillfälle ges, Hamburg som stad är också otroligt trevlig med många sevärdheter.

Byggnadsår: 1951.

Kapacitet: 57 000.

Hemmalag: Hamburg Sport-Verein.

Underlag: Gräs.



Mitt senaste besök på Volksparstadion när Hamburg ställdes mot stadsrivalen St Pauli.

Foto: Gabriel Ohlsson



Landskrona BoIS gästade Bravida Arena i våras när laget mötte Utsiktens BK i superettan.

Foto: Gabriel Ohlsson

Bravida Arena: Namnet är det stora minuset, arenor ska inte döpas efter företag i mitt tycke. Men visst, pengarna ska in. Lagom är ordet som beskriver arenan bäst. Hyresgästen BK Häcken vann precis SM-guld här och slog nytt publikrekord på med 6 408 personer på plats. Liten och kompakt, perfekt för laget från Hisningen. Hellre en mindre arena som är välfylld än en stor där man ser hur många stolar som står tomma.

Byggnadsår: 2014.

Kapacitet: 6 200.

Hemmalag: BK Häcken.

Underlag: Konstgräs.

Olympiastadion Berlin: En stor och mäktig arena i västra Berlin som rymmer mycket mer än fotboll. Kultur och tradition finns så det räcker och blir över. Här har jag varit vid två tillfällen. 2019 såg jag finalen i tyska cupen mellan Bayern München och Leipzig. När mina vänner fått nog av segerfirandet och var på väg ut i Berlinnatten satt jag ensam kvar. Jag sög in det sista och bestämde mig för att återvända hit en dag. Det gjorde jag i våras, tyvärr spelade Hertha Berlin inte hemma. Det fick bli en guidad tur, två av fem fick den.

Byggnadsår: 1934.

Kapacitet: 74 000.

Hemmalag: Hertha Berlin.

Underlag: Gräs.

Bubblare: Parken Köpenhamn, Brøndby Stadion, Gamla Ullevi och Skarsjövällen.

Byggnadsår: 1957.

Kapacitet: 75 000 vid konserter och 40 000 vid idrottsevenemang.

Hemmalag: Inget för tillfället.

Underlag: Gräs.

GABRIEL OHLSSON
gabriel.ohlsson@edu.ljungskile.org



LJUNGSKILE QUIZ



FRÅGA 1

**Vem har gjort flest matcher
för Ljungskile SK?**

- 1. Aleksandar Kitic
- ☒ X. Bo Wålemark
- 2. Jörgen Wålemark

FRÅGA 2

**Hur många personer dömdes
under trädkramarrörelsen i
Ljungskile?**

- 1. Cirka 250
- ☒ X. Cirka 400
- 2. Cirka 500

FRÅGA 3

**Vilket år blev Ljungskile en
del av Uddevalla kommun?**

- 1. 1969
- ☒ X. 1971
- 2. 1973

FRÅGA 4

**Hur många personer bor det i
Ljungskile? (uppmätt 2020)**

- 1. 3278
- ☒ X. 3624
- 2. 4039

FRÅGA 5

**Vilken av följande journalister
har studerat på Ljungskile
folkhögskola?**

- 1. Ina Lundström
- ☒ X. Robert Aschberg
- 2. Robert Laul

LN