

Fontänenbladet

Lunds Fontänhus medlemstidning

Nr 3, 2022

50 kr

DEN INRE KOMPASSEN

sid.8

Träsig
kompass

sid.12

Vad är
Gudsetik?

sid.14

Alkoholkonsumtionen
ur ett folkhälso-
perspektiv

sid.22

Fritt fall eller
fritt val?





sid. 6



sid. 10

Redaktionen har ordet

”Den inre kompassen”, vad är det? Har jag en inre kompass? Har du en inre kompass?. Är en inre kompass användbar? En inre kompass är en form av moraliska regler eller en etik som man följer. En inre kompass kan leda dig rätt eller så kan den leda dig fel, men den leder dig alltid någonstans. Ett typiskt exempel är FN-medlaren Folke Bernadotte, som följde sin inre kompass vilket ledde honom i döden för den extremistiska Sternligans bakhåll. Samtidigt så följde den judiska Sternligans lönnmördare sin egen inre kompass.

I det här numret av Fontänbladet som du nu håller i, så tar vi oss en titt på vår inre kompass. Det var inte helt lätt att reda ut ens för oss själva vad en inre kompass är för var och en av oss. Somliga av oss saknar en inre kompass. Kanske inte här på redaktionen, men bland våra medmänniskor i Lund, och i Sverige i stort, ja i hela världen. Andra medmänniskor följer konsekvent sin inre kompass. Det är denna inre kompass som vi ska avhandla närmare i det här numret av Fontänbladet.

Håll till godo!
/Redaktionen



Kalibrerad kompass.....	4	Holografiska universum.....	23
Den inre kompassens makt.....	5	Den magiska materian.....	24-25
Inre kompass.....	6-7	Vägvisaren.....	25
Trasig kompass.....	8	Batman: Year One.....	26
Vaken mardröm.....	9	Mersault.....	27
Den inre kompassen.....	10-11	Min inre kompass.....	28
Vad är Gudsetik?.....	12	Ögonblicket.....	29
Vardagsnära natur - bra för folkhälsan.....	13	Besök ett Fontänhus.....	30
Alkoholkonsumtion.....	14-15	Våra sponsorer.....	31
Sommarkompassen.....	16-17		
Åsikt.....	18-19		
Oönskad kompass.....	20		
Förbannad.....	21		
Fritt fall eller fritt val.....	22-23		

DETTA ÄR LUNDS FONTÄNHUS

Lunds Fontänhus verksamhet är inriktad på att stödja personer med psykisk ohälsa, där fokus ligger på det friska hos individen. Fontänhusmodellen utgår från ett helhetsperspektiv som bygger på delaktighet, medbestämmande och deltagande i ett sammanhang som täcker in hela livssituationen. Målet är att i största möjliga utsträckning möta människor från ett självhjälpsperspektiv.

Verksamheten inrymmer flera olika arbetsenheter: kontors-, köks- och serviceenheten, trädgårdsgruppen Gröna Fingrar, redaktionen, studentenheten "En väg framåt" och EXAK(T). handledare och medlemmar arbetar sida vid sida.

Lunds Fontänhus verksamhet är möjlig tack vare det samlade engagemanget hos Fontänhusets sponsorer, stödmedlemmar, medlemmar, handledare och volontärer.

De åsikter som uttrycks i tidningen är inte nödvändigtvis Fontänbladets.

Mer information om verksamheten finns på vår hemsida, www.lundsfontanhus.se. Du kan även gilla oss på Facebook www.facebook.com/lundsfontanhus

UTGIVNING

Fontänbladet ges ut av Lunds Fontänhus. Den som är medlem, alternativt skänker minst 200 kronor eller mer under ett år, får Fontänbladet. Tidningen ges ut med minst 5-6 nummer per år plus eventuella specialnummer. Tidningen trycks på Lunds Fontänhus med stöd av medel från Pia Ståhls stiftelse.



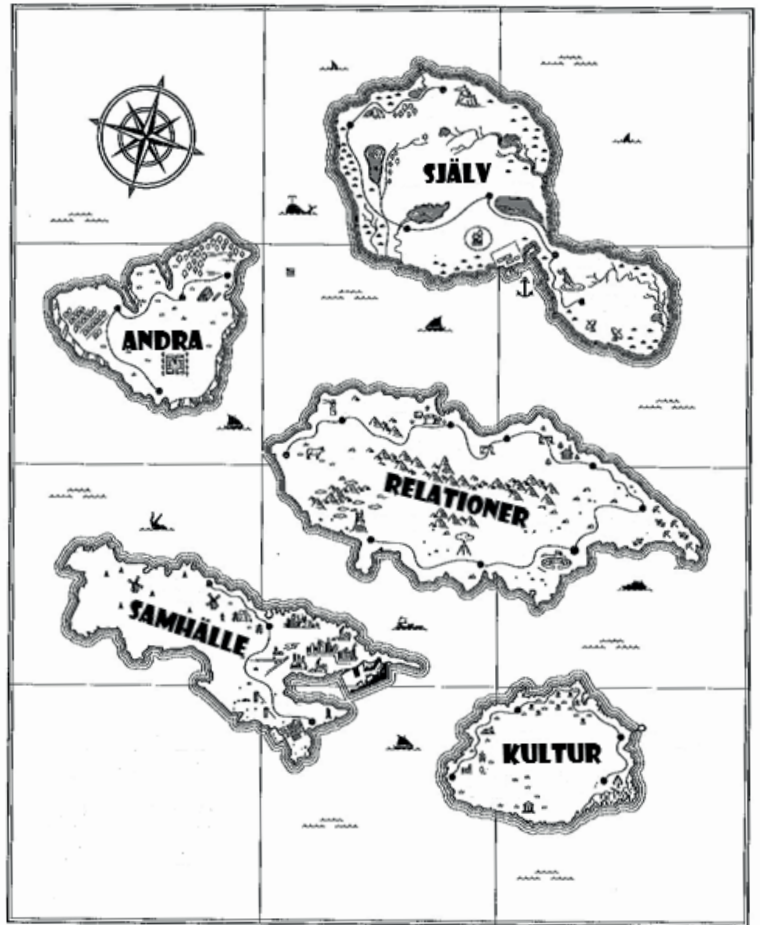
Baksida:
BÖRJE

Kalibrerad kompass

En inre kompass är egentligen inget bra begrepp eftersom bilden av detta instrument förmedlar något som tvingas förhålla sig till enbart två poler. Dualismen avtvingar mig till ett kontinuerligt ställningstagande för eller emot något eller någon.

Att skilja mellan sak och person skulle kunna vara ett sätt att plocka ut den inre kompassen och hålla den i handen för att enbart värdera saken/ideologin istället för personen. Kan det vara så att just för att vi vill se varandra som vandrande kompasser, att vi inte heller kan separera personen från hens ideologiska uttryck? Men det skulle också kunna vara så pass enkelt att vi kan överlämna våra kompasser till andra för kalibrering och ju fler som vi låter oss kalibreras av, ju mer korrekt blir kompassen, allt enligt idén om massans vishet. För majoriteten har ju alltid rätt, eller?

Kompassens funktion är att ange riktning och vi tar för givet att en inre kompass ska ge en yttre riktning. Men vad om den inre kompassen bara berättar om själens riktning i kroppen och en kalibrering kräver något utanför och bortom den av mig kända världen?



Många mänskliga fenomen skapar en slags interferens som kan liknas vid när solstormar tränger igenom jordens magnetiska, skyddande fält; de tillfällen då kompassnålen snurrar lika snabbt som ett gyroskop på en plan yta.

Så den yttre kompassen som jag håller i handen är laddad med historia, idéer, texter och ideologier. Påtvingade och internaliserade eller inbjudna och konkretiserade.

Och här håller du din kompass i handen, osynlig för mig, samtidigt som jag ser en närhetstörstande människa med blicken fäst mot himlen.



Text & bild: JAN SEBASTIAN EKBOM

Den inre kompassens makt: en förändringsfilosofi – en recension av Ingrid Klink

Erfaren förhandlingsledare

Morgan Borg har arbetat som förändringsledare i över tjugo år. Syftet med boken "Den inre kompassens makt" är att vägleda personer till att utforska den inre kompassen så att den kan vägleda dem rätt i sina beslut. Den syftar också till att ge möjligheten att värdera situationer, fatta beslut, definiera mål och ta första steget mot målet samt att stärka självkänslan. Boken berör människor som tillhör en familj, som lever ensamma, lever i någon form av relation eller arbetar i en organisation.

Om Morgan Borgs inre kompass

Morgan Borgs inre kompass har hjälpt honom i många pressade situationer och stärkt hans egen självkänsla. Han har hjälpt många personer att utveckla sin egen inre kompass som ledde till personliga förändringar. De har tagit makten över sina liv genom att de har gjort medvetna positiva val.

Styrkor

Styrkorna med boken är att författaren har gedigen erfarenhet av förändringsprocesser och om den inre kompassens makt. Morgan Borg vägleder, förklarar och beskriver situationer som människor kan hamna i. Han menar att en fungerande inre kompass förutsätter att det finns självmedveten insikt och att personer är medvetna om sina värderingar som kan styra personer beteenden.

Svagheter

Svagheterna med boken är att det kräver att läsaren är intresserad av personlig utveckling för att ens vilja läsa den. Morgan Borg förväntar sig att de som läser hans bok vill göra förändringar i sina liv.



Text: INGRID KLINK
Bild: KUNGLIGA BIBLIOTEKET

Inre kompass



Tillägnad Kristina Glad på DBT-mottagningen i Lund. När jag tänker på Kristina och vårt första möte så börjar jag nästan gråta, men jag får samla mig när jag skriver detta i andras närvaro.

Jag satt en dag 2019 hos min dåvarande första samtalskontakt på DBT-mottagningen. Kristina Glad, ett namn som jag aldrig glömmer. Hennes efternamn var något jag ofta tänkte på, för mig var det så ironiskt att hennes namn var något som många förknippar med glädje. Hur kunde det vara ett sådant sammanträffande att någon som jobbar på en mottagning för de som lider av psykisk ohälsa kunde heta något som innebar glädje? När det var allt utom det jag kände. Jag kunde till och med bli provocerad när jag tänkte på det, rentav arg.

Det jag inte visste då, var att min första dag på resan mot min värderade riktning precis hade börjat. Jag kommer aldrig glömma kära Kristina, hon som räddade mitt liv och fick mig att lära mig saker jag aldrig kunnat drömma om. Hon gav mitt liv en ärlig chans. Jag tror ärligt talat inte heller hon kommer glömma den första dagen vi sågs.

Jag sa: "funkar inte detta så är det kört" och med det menade jag att mitt liv skulle vara slut och jag skulle inte längre bara funderade på att jag inte ville leva, jag skulle inte finnas mer. Jag skulle kunna skriva en hel bok om mina känslor och tacksamhet för att jag träffade

Kristina som ledde mig mot en hoppfullare framtid. Ni ska få ett smakprov på det jag lärt mig och en del av det som förändrade mitt liv. Jag hoppas att jag rättvist kan förklara och beskriva det som egentligen är som en helig bibel för mig. Trots att jag kan få känslan av att vilja spy på de som är så positiva eller hoppfulla angående något sådant, men jag tänker att det är just därför det är viktigt att just jag skriver det här, för jag hade önskat att jag fick ta del av det när jag mådde som sämst.

Medveten närvaro

I dagens samhälle så pratas det väldigt mycket om medveten närvaro, att man ska känna in och vara ett i nuet. Jag tror som mycket annat som blir trendigt och samtalas mycket om - att det lätt kan bli en stress och kännas som att man måste vara på ett visst sätt eller att man endast har lyckats om man uppnår en viss sak eller på ett visst vis. Det är som

träningshets, man "bör" träna för att det är bra för en och man får cred och är duktig om man gör det mycket och ofta eller om man lyfter så tungt som möjligt eller springer så långt som möjligt. Det kan landa fel. Oftast är det en bra utgångspunkt att träna. Det är bra för din hälsa och välmående, både fysiskt och psykiskt, men om man lägger all vikt vid att det ska vara på ett visst vis för att det ska vara bra eller dåligt, då faller det lätt och kan kännas outhärligt. Om man istället vänder på det och ser det som riktlinjer eller tips så kan man kanske få de goda effekterna av det istället för att det ska bli så gravallvarligt och eventuellt missgynnsamt.

Inre kompassen och värderad riktning

Den inre kompassen kan man se på samma sätt, att den kan finnas med en, men den behöver nödvändigtvis inte betyda så mycket, eller så gör den det, det kan man få avgöra själv. Den inre kompassen var något jag hörde talas om när jag gick DBT (Dialektisk beteendeterapi). Där pratade man om ens värderade riktning och hur man kan följa den inre kompassen med hjälp av ens inre värderingar, men det viktigaste jag tog med mig där var att det

TEMA: Den inre kompassen

inte handlar om att uppnå något mål så snabbt som möjligt eller att "checka av". Man kan ha flera delmål och de förklarade att man kan se det som att det är små byar med små hyddor som ligger på lite små krokiga stigar längs vägen och ibland mer tätt och ibland mer utspjrrt.

**"Det kommer ta tid
Det ska ta tid
Det får ta tid"**

Delmål

Så låt säga att man har ett mål i sin inre kompass som pekar mot att man vill vara en människa som njuter av livet. Då kanske man har ett delmål som är att man ska stanna upp mer och observera och beskriva saker man upplever som t.ex. kanske känna smaken av kanelbullen man äter och beskriva hur det känns när man känner värmen och pärlsockret när man tar en tugga. Då är detta ett mål som tar en mot ens värderade riktning i sin inre kompass och det är då alltså inget man blir "färdig" med utan något man utgår från i hela ens liv eller om man kanske ändrar sina värderingar.

Många gånger gör man redan saker i ens värderade riktning för att följa sin inre kompass utan att ens veta om det. Ibland kan man behöva klargöra för sig själv vad man har för värderingar för att kunna följa den inre kompassen. När man får lite klarhet och perspektiv så kan det kännas lite mer meningsfullt och givande med det man kanske nu kommer påbörja eller som man redan gör.

Självmedkänsla

Många dagar känns det tungt och jag ser suddigt, det känns som min inre kompass pekar åt alla håll och slutar

aldrig snurra, om det är höger eller vänster, rakt fram eller ett steg tillbaka. Det är såhär det kan kännas och det är okej. Medkänsla var och är något jag fortfarande har väldigt svårt för, men det är det som kan hjälpa mig att fortsätta följa min inre kompass, Compassion och kompass.

Hur gör man då mer specifikt för att hitta sin inre kompass och följa den? Man kan börja med att fråga sig själv vad man tycker är roligt eller intressant att göra, Spela spel, prata med människor, göra förändring för en större sak eller är det kanske sport?

Låt säga att man kommer fram till att man gillar att samtala om djur för att man gärna vill umgås med och ta hand om dem. Då har man där kanske en värderad riktning att gå efter (att få spendera mycket av sin tid med djur). Att man tar en promenad och tittar på djur eller att man kanske volontärarbetar med djur kan vara två exempel på hur man går mot sin värderade riktning och därmed följer sin inre kompass.

Om man vill börja agera direkt kan man börja med att sätta upp ett delmål som man kan göra redan här och nu. Man kan skriva ner tre olika mål för att sedan välja ett av dem som känns som mest lockande eller genomförbart. När man skrivit ner vilket man valt kan man sedan beskriva olika sätt man kan göra på för att uppnå det på olika sätt och sedan även där välja ett kortsiktigt sätt att nå det på och ett långsiktigt. Sen kan man stämma av med sig själv hur det gick efter låt säga en vecka och utvärdera för att se vad som kanske var svårt eller vad som var enkelt. Eftersom man skrev ner både ett långsiktigt och kortsiktigt sätt att nå målet på så kan man uppleva det som enklare och tydligare och kanske även mer intressant och givande när man har en plan och kan få känslan av att det inte alltid är så mycket som krävs för att ta sig mot sitt

mål när man använder sig av små steg och ser hur det kan leda till det långsiktiga målet.

**"Det är resan som
är målet, målet är
resan"**

Kreativitet och glädje

Avslutningsvis vill jag ge ett varmt tips: "brodera ut texten" som man kan hitta på Facebook och Instagram. Där lägger skaparen ut kortare texter som hon broderat på ett tyg eller tavla. Hon själv har varit utbränd och har funnit glädjen och återhämtningen i att få använda sin kreativitet genom att brodera många igenkännande och roliga texter. För mig kan jag hitta lite glädje i något som hon skapat tack vare hennes komiska inslag och igenkänningen är stor. Då känner man sig inte lika ensam och man kan få se något jobbigt som även något roligt eller kanske bara lite lättsammare.

Text: JULIA A.
Bilder: PIXABAY



Trasig Kompass

Ibland blir inte livet som man tänkt sig. Ibland känns vägen som utstakad. Och ibland kan det snurra till ordentligt.

Mitt intresse för livets molekylära mekanismer började tidigt. Men det var när jag öppnade och läste boken Molekylärbiologi av Henrik Brändén som gnistan för DNA, RNA, och proteiner utvecklades till en flammande eld. Jag kunde inte slita mig ifrån den heliga skriften och slukade den. Det föll därför naturligt för mig att specialisera i molekylärbiologi och sedan molekylärgenetik vid Lunds Universitet, för att få en djupare förståelse för den värld vi lever i.

Jag var besatt och kunde läsa och ta anteckningar dagarna i ända. Mitt skrivbord var en oas av välstrukturerade anteckningar, min vägg på studentboendet en stor "mind map" av ritningar av histoner, transkriptionsfaktorer, och teorier om hur allt hängde ihop.

Min nyfikenhet ledde mig till en forskargrupp i USA där jag fick möjligheten att involvera mig i ett projekt om DNA-reparation. I samband med detta uppdrag sökte jag mig till ett forskarlag i England där jag fick forska om DNA-replikation. Jag var i mina bästa år, självsäker och odödlig. Min inre kompass var inställd och hade en tydlig riktning mot en professur inom molekylärgenetik. Lite visste jag att mitt liv och min karriär skulle komma till ett stillestånd.

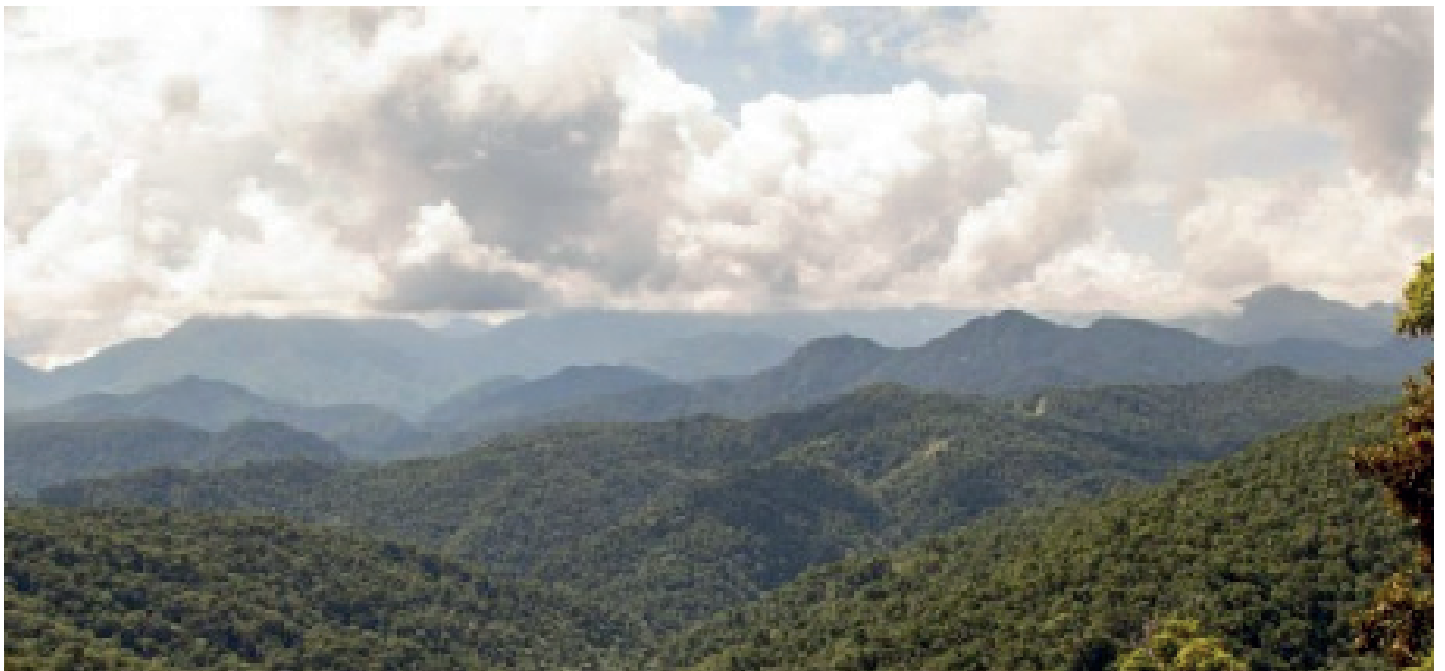
Jag vaknade upp på psyket efter många sömlösa nätter, omtumlad, med avsaknad av verklighetsförankring, ny kurs – att överleva. Jag gick ifrån att vara samlad och sammanhängande till livrädd med tankarna spretandes åt alla håll. Luften och maten var förgiftad. Jag var förföljd. Min dator och mobil var hackade. De var ute efter att döda mig.

”Jag var frisk, och det var andra som var blinda för verkligheten”

Läkare, psykolog, och socionom skulle bli mina nya vägvisare eftersom att jag var inkapabel att navigera mig själv. Läkaren, hjälpte mig att landa i verkligheten. Psykologen, hjälpte mig att bearbeta trauma. Socionomen, hjälpte mig tillbaka till en sysselsättning. Men min inre kompass var fortfarande trasig.

Efter att ha trevat i den okända djungeln i fyra år utan kompass, började jag att skapa mig en skiss av djungelns stigar och vattendrag. Man skulle kunna tycka att jag borde ha hittat ut ur djungeln efter så lång tid. Men så lätt skulle det inte bli. Kanske skulle jag aldrig kunna laga kompassen.

Att göra banbrytande framsteg är svårt för att det okända är förknippat med starka känslor av rädsla. Jag vill inte tappa verklighetsförankringen igen. Jag önskar att någon kunde lyfta mig ovanför trädkronorna.



Vaken mardröm

Nu hade de placerat spanare utanför mitt hem. Motorcykelgänget skådespelade för att smälta in i omgivningen så att ingen skulle förstå att det var mig de ville droga och föra bort. Tidigare hade de hållit sig till att förfölja mig på tunnelbanan - de hade kommunicerat om mig i vita hörlurar - nu skulle de bli aggressivare. Nu hade de ändrat strategi.

Flygplatsen var infekterad av dessa onda människor. De började puffa droger i ansiktet på mig, det luktade sötsliskt och fränt. Och de hade apparater i sina resväskor som slog ut min mobilsignal så att jag inte skulle kunna ringa efter hjälp. Flygplatsens toalett var en säker plats, för där kom de inte åt mig med sina luftburna droger - jag kippade efter andan, jag kunde inte andas fritt. Dessutom kunde de inte peka ut mig genom att trycka sina armbågar i mig.

Ansikten förvreds, de blev snea, de ändrade form. Jag såg människor jag kände igen, en tjej jag hade dejtat var på flygplatsen, men hon hade uppenbart sminkat sig för att jag inte skulle känna igen henne. Och mina lägenhetskompisar var också där, och personer jag hade träffat på gymmet. Jag var förföljd. Jag bröt ihop i dödsångest. De ville döda mig.

Ambulanspersonal mötte mig. What is your name? Harry Potter, is my name. Det var mitt svar - jag ville inte avslöja min identitet. Läkaren var med på konspirationen, för han hade smutsiga skor. Jag visste att så snart de släppte ut mig ur akutens sjukrum så skulle de fortsätta med att förfölja och att droga mig.

Jag sov inget den natten. En kvinna hade en väska som såg ut som en kamera, hon filmade mig. Nu spelade de in en film om mitt liv. Jag lyckades att ta mig till flygplatsen från hotellet och de som förföljde mig var fortfarande där. Jag satte mig på flyget. Flygplanet skulle inte tillbaka till Sverige, utan till Cypern där jag skulle sättas i ett läger för kidnappade och människohandlade människor.

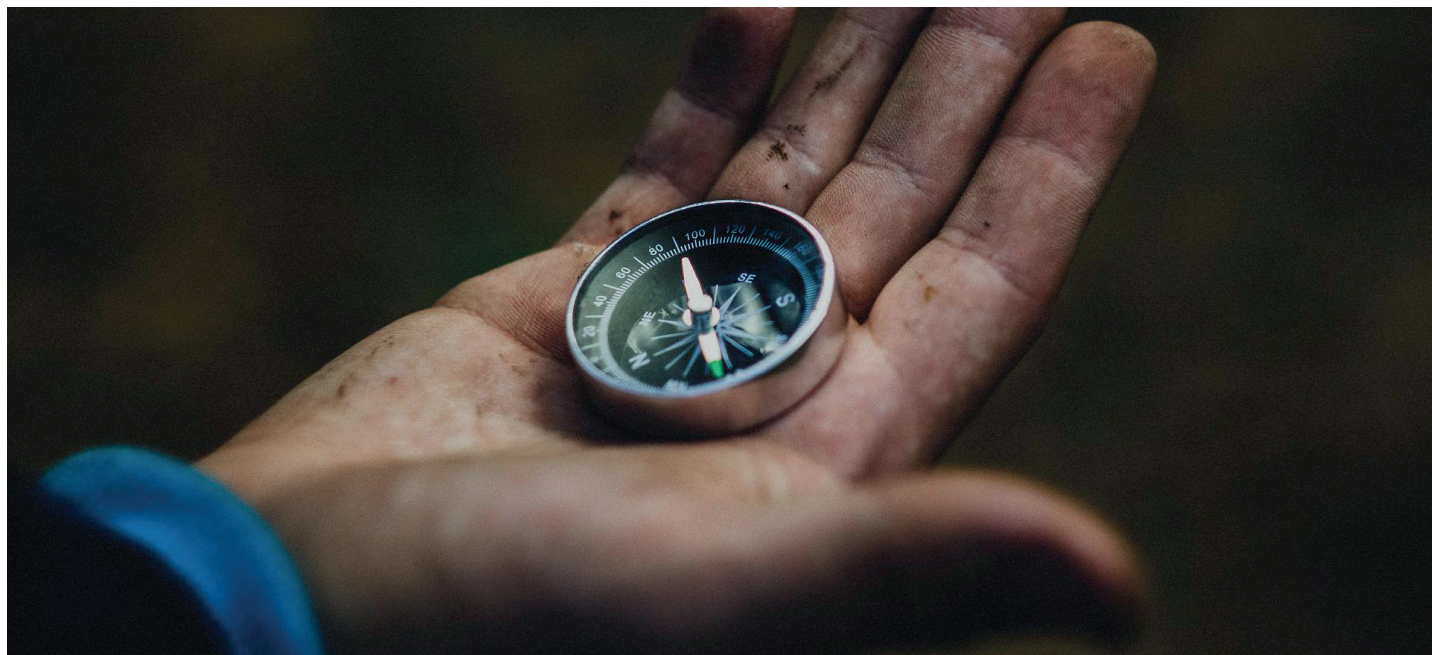
Vi landade på Köpenhamns flygplats där jag möttes av min mor. Nu filmade jag förföljarna för att kunna bevisa för polisen att jag var förföljd. Min mobil och dator var hackade, de avlyssnade alla mina samtal och kunde läsa alla mina email.

Jag var frisk, och det var andra som var blinda för verkligheten.



Text & bild: RIKARD O

Den inre kompassen – min riktning i livet



Den inre kompassen - ett brett, men intressant ämne som kan innehålla mycket.

För mig innebär den inre kompassen vilken riktning man vill ta i livet/mot framtiden - mål, värderingar, tankar, känslor, önskemål, etc. - hur vill jag leva? hur vill jag dö? Detta tror jag kommer av arv, miljö och sådant som man varit med om för allt en människa upplevt formar denne och utifrån det bygger man sina värderingar och sin inre kompass mer eller mindre omedvetet. Även om man inte minns en händelse, så gör kroppen det, den glömmar aldrig. Därför kan man ha oförklarlig smärta, men ju ärligare man är mot sig själv och tydligare inre kompass man har, desto mindre smärta lär man ha, tror jag helt klart. Nu menar jag inte skador som t.ex. när man trillat och brutit ett ben utan saker man inte tagit itu med i sitt liv kan sätta sig som smärta i kroppen, från barndomen och uppåt, exempelvis trauma.

Det som formar oss allra mest är arv, miljö, uppväxt och anknytning. Vi utvecklas genomgripande mest som

människor mellan 0-3 år och näst mest mellan 13-16 år, t.ex. lär vi oss gå, prata, socialisera, m.m., m.m. Det blir vårt grundfundament som vi har med oss genom livet. Givetvis förändras vi av våra upplevelser genom hela livet, men en grund finns alltid kvar är min fasta övertygelse.

Olika grader av inre kompass

Jag tror helt klart att en del människor har starkare inre kompass än andra. Vissa verkar mer ha en låt gå attityd, andra verkar ha en extremt tydlig kompass och de flesta verkar ligga någonstans mittemellan. Många tror på en religion/Gud och då blir det en slags inre kompass eller annat man tror på. Somliga har en bucketlist (saker man ska hinna göra/uppleva innan man dör) och det blir på sitt sätt en inre kompass; detta vill jag ha upplevt innan jag dör, så man känner att man har levt ett innehållsrikt liv. Jag blir stressad av bucketlists. Om jag skulle ha det skulle det kännas kravfyllt istället för lustfyllt.

Jag tycker det är viktigt att ha en inre kompass, en slags riktning i livet kall-

ar jag det. Fast inte alltför uppstyrt för min erfarenhet är att det ibland är bra att göra spontana saker och som bekant blir saker inte alltid som man tänkt sig, men det kan bli bra ändå och om det inte blir det så kan det vara hjälpsamt att tänka att det är i motvind en drake lyfter. Ett synsätt är att se misslyckande som erfarenheter eller rentav som gåvor jag har fått till mig. Dock tror jag att har man en inre kompass, kärnvärden och värderingar klart för sig, så blir det lättare att ta reda på vad man vill i livet och lättare att fatta rätt beslut och chansen att nå dit man vill lär öka och risken att ångra sina beslut lär minska.

Jag är en av dem som formar min kompass väldigt tydligt. Jag vill uppnå något med mitt liv, leva inte bara överleva, men det är en annan sak att ta sig dit. Tycker ändå att jag fått lite styr på det, men tyvärr sätter rädslan stopp ganska ofta. Jag behöver våga mer/bli modigare. Annars kommer jag inte vidare med det jag vill med min inre kompass och därmed får jag inte ut det jag önskar av mitt liv och riskerar att ångra mig. Ibland funderar jag på existentiella frågor.

Ett intressant TV-program som jag

såg för ett tag sedan är *Gina lever och dör*. Där tar hon upp just dessa frågor ur olika perspektiv, vilket ger mig nya tankegångar. Det enda jag vet säkert är att jag är ateist. För övrigt finns det mycket för mig att fundera kring både

vad gäller det existentiella och annat här i livet, upplever jag. Fast i någon mån är allt existentiellt. Ibland tycker jag det är svårt att fokusera på rätt saker d.v.s. det som är viktigt på riktigt, men efterhand som åren går och jag

får mer erfarenhet tycker jag det blir lättare och några livsavgörande beslut har jag fattat.

Text: CAROLINE

Bild: PIXABAY

Min inre kompass

Min inre kompass pekar ofta till skogen och allt grönt där. Ett och annat djur dyker upp på min väg. Mest är det olika fåglar. Jag stannar och står tyst länge för att inte skrämma bort dem. För någon vecka sedan såg jag ett par grävlingar. På avstånd har jag hört vildsvin. Jag trivs i skogen för det är nästan tomt på människor. En och annan människa fläsar förbi, men det är inget att bry sig om. De är måna om att se bra ut. Jag månar om att stärka min själ. Det händer att min kompass pekar mot Lund och allt som rör sig där. Det konstiga hos mig är att jag känner mig mer ensam bland folk än vad jag gör ute i skogen.



Text & bild: CICKY 23 juni 2022

Extrovert och Introvert

Det verkar till synes finnas två personlighetstyper; kända som extrovert och introverta (inre kompassen). En extrovert söker mer kontakt med omvärlden medan en introvert fokuserar mer på intern reflektion (inre kompassen). Enligt psykologen Carl Jung så är ingen 100 % extrovert eller 100 % introvert. I stället bär vi på båda karaktärsdragen. Det ska sägas att introverta nödvändigtvis inte är blyga. Jag i denna text, fokuserar lite mer på den introverta personlighetstypen i form av inre kompass. Carl Jung beskriver introverta som mer fokuserade på den interna världen av reflektion, mer eftertänksamma och insiktsfulla! Men vad avgör egentligen om en person är extrovert eller introvert? Trivs du med att vara i centrum och bli uppmärksammas – eller drar du dig undan på en fest till exempel? Den inre kompassen! Den extroverta söker stimuli mer genom att socialisera – den introverta vänder

sig mer inåt och får stimuli där ifrån och trivs relativt bra med sitt eget sällskap. Faktum kvarstår: den yttre och den inre världen samspelar - den inre kompassen. Alla besitter de båda mekanismerna, introversion men likväl också extroversion.

Text: MATHIAS TEGEDAL

Vad är Gudsetik?

Vad är rätt och vad är fel? Vad bestämmer det? Det gör ju etiken och moralen, där moralen är det man gör och etiken är det man tänker. Alla tänker med olika etik som utgångspunkt lär man sig i skolan. Det finns tre olika etiker nämligen pliktetik ”det som är rätt är vad jag känner jag borde göra”, sinnelaget ”det som är rätt utifrån vad jag tänkte i stunden” och så sistnämnda konsekvensetik ”det som är rätt är det som ger de bästa konsekvenserna”. Men kan man verkligen tänka konsekvensetiskt? Det är frågan i denna artikel ska handla om.

Finns konsekvensetik? Ta till exempel ett barn med cancer, barnet mår horribelt och både föräldrarna och barnet vill avsluta behandlingen. Behandlingen tar hårt på det lilla barnet och det finns ingen garanti att det överlever om man fortsätter behandlingen. Men om man

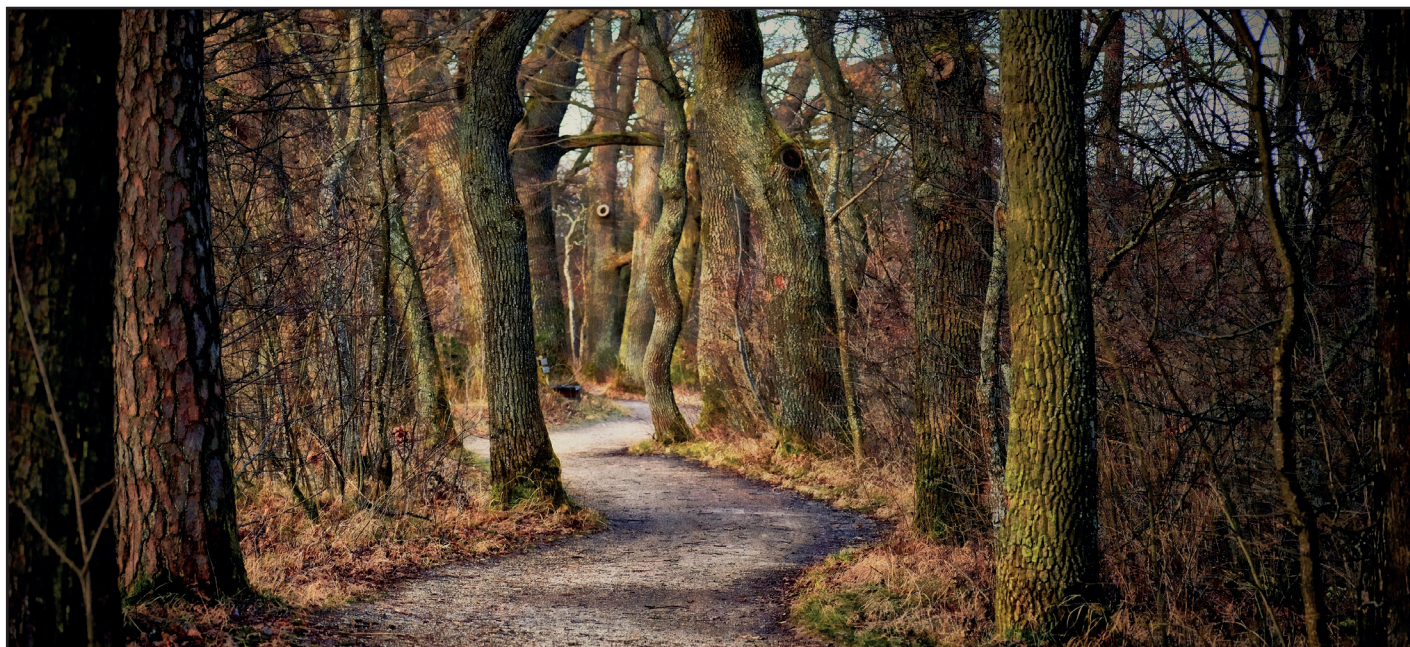
avslutar behandlingen dör barnet i sin sjukdom men slipper en plågsam död om nu behandlingen skulle misslyckas. Läkaren använder sina befogenheter och tvingar föräldrarna och barnet att genomgå behandlingen och behandlingen lyckas, barnet blev bättre. Var läkarens agerande etiskt försvarbart? De flesta skulle ju säga att konsekvensetiskt så var det rätt beslut eftersom barnet överlevde. Men är det verkligen konsekvensetiskt, läkaren visste ju inte i stunden om behandlingen skulle lyckas eller inte? Det enda läkaren visste var att barnet skulle dö utan behandling och med behandling skulle barnet antingen få en plågsam död eller överleva och bli frisk. Situationen är snarare sinnelagsetiskt eftersom att läkaren gjorde i stunden vad hen trodde skulle bli bäst för barnet och agerade utifrån sina tankar.

Ingen kan handla konsekvensetiskt eftersom ingen kan veta vilka konsekvenser ett agerande kan ha. Man kan spekulera och göra det man tror kommer att ge bästa utgång men eftersom man aldrig kan veta utgången säkert kan en individ inte agera konsekvensetiskt. Konsekvensetik skulle kunna betraktas som Gudsetik då det är endast Gud som kan förutspå ett resultat från ett agerande.

Gudsetik är sammanfattningsvis Gudsetik då det endast är Gud som kan förutse konsekvenserna av sitt agerande. Människor kan inte handla konsekvensetiskt eftersom vi inte kan förutse vad vårt handlande kan leda till utan vi kan endast handla sinnelagsetiskt eller pliktetiskt.

Text: MICHAELA B
Bild: PIXABAY





Reflektion från webinariet “Vardagsnära natur - bra för folkhälsan”

Webbinariet Vardagsnära natur - bra för folkhälsan riktade sig till tjänstepersoner som arbetar med tillgång och tillgänglighet till vardagsnära natur för att föra fram budskapet till kommunala beslutsfattare. Huvudmän för webinariet var Folkhälsomyndigheten. Det var kommunikationen mellan tjänstepersoner och kommunen som var det centrala i webinariet. Syftet var att motivera kommuner att arbeta för den vardagsnära naturen genom “långsiktig fysisk planering, markinnehav, skydd och skötsel av natur, aktiviteter inom skola och omsorg, stöd till friluftsförbund, dialog och näringslivsutveckling.” Det behövs en bred samverkan med flera aktörer i samhället för att möjliggöra tillgång och tillgänglighet till vardagsnära natur.

Vardagsnära natur

Vardagsnära natur är den natur som ligger nära både bebyggda och obebyggda områden. En översikt av internationell forskning visar att ett naturområde behöver vara minst 1 hektar (cirka två fotbollsplaner) för att ha en effekt på återhämtning. Området behöver ligga som mest 300 m från bostaden för att

det ska besökas regelbundet i vardagen. För barn och personer med funktionsnedsättning behöver avståndet vara som mest 200 m. Världshälsoorganisationen (WHO) skriver i en rapport att en ökad exponering för stadsgrönka leder till förbättrad psykisk hälsa, ökad fysisk aktivitet och minskad dödlighet.

Samhällsplaneringen

För att säkerställa att vardagsnära natur finns till för medborgarna så behöver samhället planeras. Samhällsplaneringsprocessen bör innehålla en säkerställan så att det finns tillgång till natur för olika grupper i befolkningen. Det kostar mycket att återställa ett naturområde och det är onödigt att bygga bort natur.

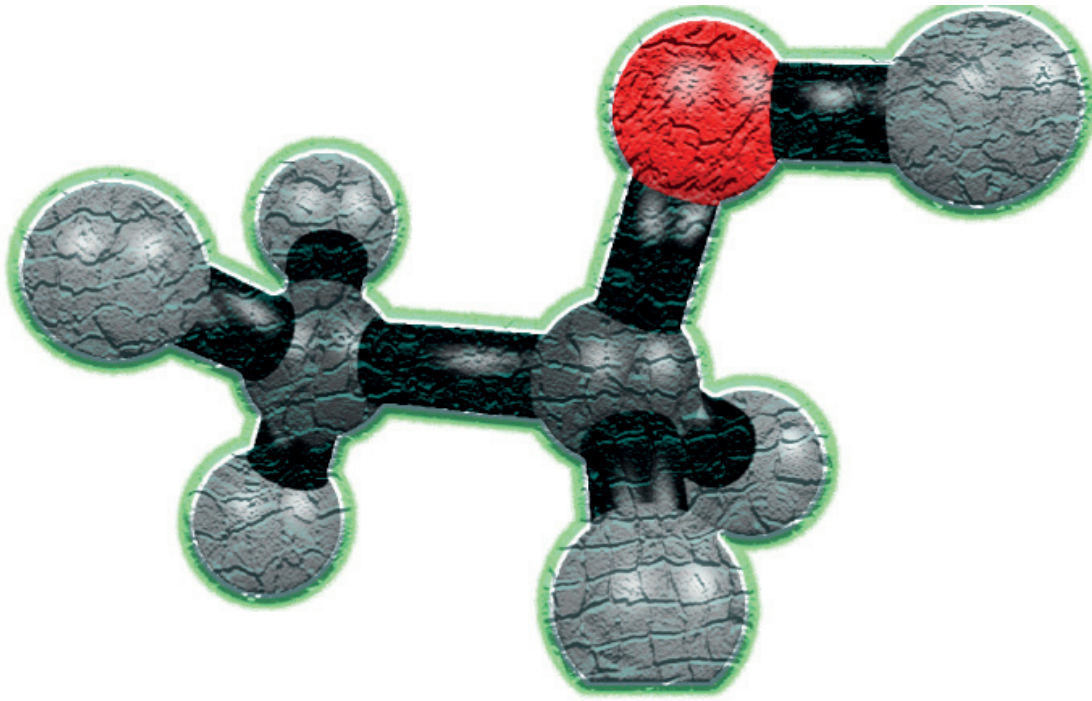
Hälsovinsten

I dag har hälften av de vuxna i Sverige övervikt eller fetma, även stillasittandet ökar. Den digitala utvecklingen har gjort att människors rörelsemönster har förändrats, nu sitter folk stilla stora delar av dygnet. Den psykiska ohälsan är också ett växande problem. Vinsten med utomhusvistelse i vardagsnära na-

tur är främjande av fysisk aktivitet och förbättring av den psykiska hälsan.

Text: ELIN TISELIUS
Bild: PIXABAY

Alkoholkonsumtion ur ett folkhälsoperspektiv



Historiskt sett har olika alkohol drycker varit populära i olika delar av världen. Alkohol har visats vara en orsakande faktor i över 2000 sjukdoms- och skadetillstånd. Den skadliga användningen av alkohol är ett viktigt folkhälsoproblem. I Europa är alkoholkonsumtionen högst och i Sverige har det sjunkit sedan år 2000.

Alkohol är en drog med gamla anor. Nästan alla kulturer har upptäckt att jästa drycker kan användas för att uppnå berusning. Historiskt sett har olika alkoholdrycker varit populära i olika delar av världen. I Europa talar man om ett spritbälte där Sverige, Norge, Finland och Ryssland ingår. Årskonsumtionen av alkohol skiljer sig mycket åt mellan länder. Sverige ligger lågt med europeiska mått mätt, med sina drygt nio liter ren alkohol i årlig förbrukning för personer över 15 år. Länder som Vitryssland, Ryssland och Litauen har

en nästan dubbelt så hög konsumtion som Sverige.

Alkohol är en proaktiv substans som är giftig för levande celler. I och med att alkohol är en mycket liten molekyl som är både fett och vattenlöslig passerar den genom cellmembran och in i vävnader där den bryts ner till ännu giftigare ämnet acetaldehyd. Alkohol har visats vara en orsakande faktor i över 2000 sjukdoms- och skadetillstånd. När det gäller yngre personer är det ofta berusningsdrickande som leder till drunkning, våldsbrott, fallolyckor, bränder och trafikolyckor. Bland medelålders och äldre handlar det främst om kroniska skador till följd av långtids höga konsumtion av alkohol. Exempelvis är alkohol en riskfaktor för cancer, hjärt- och kärlsjukdomar och diabetes. Andra alkoholrelaterade sjukdomar är fettlever och skrumplever även HIV/AIDS och tuberkulos.

Den skadliga användningen av alkohol är ett viktigt folkhälsoproblem. Det påverkar människor och samhällen på många sätt. Det är väl känt att det finns ett kausalt samband mellan alkoholkonsumtion och en rad psy-

kiska sjukdomar och alkoholberoende. Detta skapar den skadliga användningen av alkohol flertalet negativa hälso och sociala konsekvenser för andra människor som inte dricker. Skadlig användning av alkohol är en kausal faktor i mer än 200 sjukdomar och skador. Bortom hälsokonsekvenserna, den skadliga användningen av alkohol, finns det signifikanta sociala och ekonomiska förluster för individer och samhället i stort.

Alkohol är ingen vanlig handelsvara

Anledningen till att alkohol inte är en vanlig handelsvara är de omfattande negativa effekterna hälsomässigt, socialt, ekonomiskt och samhällsmässigt. Alkohol är ett stort hälsoproblem i världen.

I höginkomstländerna är alkohol den tredje största riskfaktorn av alkoholrelaterade skador och sjukdomar, medan i snabbväxande ekonomier som Kina kommer den på första plats. Dryckesmönster spelar också en viktig roll för sjukdomsburden. Trender i alko-

holkonsumtionen varierar kraftigt inte bara mellan olika länder utan också över tid mellan olika befolkningsgrupper. Alkoholkonsumtionen per invånare är högst i de ekonomiskt utvecklade delarna av världen. Den är generellt sett lägre i Östafrika och i delar av Asien. Västeuropa, Ryssland och övriga delar av före detta Sovjetunionen har nu den högsta konsumtionen per capita, men vissa latinamerikanska länder ligger inte långt efter.

Hållbar utveckling

Alkohol har en betydelse för 13 av 17 hållbara utvecklingsmålen. Agenda 2030 har direkt betydelse för många hälsorelaterade mål inom de hållbara utvecklingsmålen. Det inkluderar moder- och barnrelaterad hälsa, infektionssjukdomar, HIV/AIDS, tuberkulos, psykisk hälsa och trafikolyckor. Ett urval av de 17 hållbara utvecklingsmålen presenteras:

Agenda 2030

Agenda 2030 är en global handlingsplan med mål och delmål för omställning till ett hållbart samhälle för människorna, planeten och välståndet.

Hälsa

Alkoholkonsumtion, i synnerhet hög konsumtion, anses vara en viktig orsak till tuberkulos. Alkohol är också en stor riskfaktor för icke smittsamma sjukdomar såsom hjärt- kärlsjukdom.

Alkohol har också visat på en risk för hjärtinfarkt och hjärtsvikt.

Uppnå jämställdhet

Egenmakt till alla kvinnor och flickor. Det finns ett stort samband mellan alkohol och våld i nära relationer och sexuellt utnyttjande. Män står för det mesta av våldet mot kvinnor. Kvinnor som utsätts för våld ökar sin alkoholkonsumtion för att stå ut med våldet.

Minskad ojämlikhet i och mellan länder

Ojämlikhet i alkoholrelaterade skador baseras på faktorer som ekonomisk status, utbildning, kön, etnicitet och bostadsmiljö. I de lågt socioekonomiska grupperna konsumerar alkohol mindre och är ofta nykterister. Däremot erfar de högre skadenivå än välmående grupper med samma konsumtionsnivå. Erfarenhet för flertalet aspekter av socioekonomiska nackdelar betonar ojämlikheten i alkoholrelaterad skada.

Alkohol i världen

Alkohol ligger bakom mer än vart 20:e dödsfall globalt, cirka tre miljoner årligen. Alkoholkonsumtionen skiljer sig mellan länder och är ett resultat av komplexa interaktioner mellan en mängd olika faktorer. Generellt dricker alkoholkonsumenter i världen 32,8 gram ren alkohol per dag. Till år 2025 är total alkohol per capita från 15 år och uppåt förväntas att minska till hälften.

Högst är alkoholkonsumtionen i Europa. Den genomsnittliga alkoholkon-

sumtionen mätt i liter ren alkohol per person från 15 år och uppåt per år i EU ligger på 11,3 liter. Det är avsevärt högre än det globala snittet på 6,4 liter. Den höga alkoholkonsumtionen i Europa innebär en rad negativa konsekvenser såsom alkoholrelaterad död, olyckor och sjukdom. I Europaregionen avlider dagligen cirka 800 personer på grund av alkoholrelaterade orsaker. Unga vuxna (20–24 år) är särskilt drabbade, inte mindre än var fjärde dödsfall är förknippat med alkohol.

Alkohol i Sverige

Alkoholkonsumtionen i Sverige har sjunkit sedan mitten av 2000-talet. Personer som är 65 år och äldre dricker visserligen mer än tidigare, men bland tonåringar är dagens konsumtionsnivåer historiskt låga. Män dricker nästan dubbelt så mycket alkohol som kvinnor men skillnaden har blivit mindre. 2020 beräknades den genomsnittliga alkoholkonsumtionen till 8,5 liter ren alkohol per invånare, 15 år och äldre. För Sverige beräknades kostnaderna uppgå till drygt 100 miljarder kronor.

Text: INGRID KLINK

Bild: ELIN NILSSON

”I höginkomstländerna är alkohol den tredje största riskfaktorn av alkoholrelaterade skador och sjukdomar, medan i snabbväxande ekonomier som Kina kommer den på första plats.”

Sommarkompassen



Elin och en stor del av husets medlemmar rivstartade sommaren med ett läger i Höllviken.



Göran åkte till Köpenhamn och såg starten på årets Tour De France.

Sommarkompassen



Pär reste också till Danmark för att uppleva Roskildefestivalen. En hård helg blev det nog.



I Landskrona var det gratiskonserter hela sommaren. Här spelar Atomic Swing på Rådhusorget mitt i stan.

Fjorton medlemmar utnyttjade Sommarkortet och åkte kollektivt upp till Skånes Djurpark för en heldag.



SD - som i Sausageparty Demagogerna

Vi har länge matats med filmer om smarta robotar som gör uppror och mördar människor. Filmen *Ex Machina* handlar om en vetenskapsman som skapar en smart kvinnlig AI-robot som han håller i husarrest. Plotten är om hon är smart nog att lura honom så att hon kan smita. Författaren Yuval Harari menar att det inte handlar om den manliga publikens ängslighet för intelligenta AI-robotar, utan ängslighet för intelligenta kvinnor. Detta är nog ingen slump då kvinnor idag får bättre betyg, utgör majoritet på fler högre utbildningar, lever fyra år längre, bara står för 1/3 av självmord och idag kräver fler yrken längre utbildning (Emma Leijne - Fördel kvinna).

De självutnämnda räddarna

Knappt 30 % av SDs riksdagsledamöter är kvinnor (SCB 2018). KD har ungefär lika låg andel kvinnor (och då räknar jag inte in Jesus och Fader i himlen i statistiken). Bara en tredjedel av SDs väljare är kvinnor. SDs retorik i senaste valet underströk att många ensamkommande var våldtäktsmän. Man kan undra varför inte svenska kvinnor själva skulle bry sig (vilket kan ses som att SD-män är paternalistiska) eller om de egentligen bara vill ha en ursäkt för att utvisa så många som möjligt.

Jag tycker det är orättvist att enbart fokusera på etnicitet och inte på dynamiken i grupper som enbart be-

står av män, när det talas om sexuella övergrepp. Det räcker med att kolla på amerikanska soldaters historik av övergrepp vid militärbasen i Okinawa i Japan. Jag tycker det är märkligt att Ann Heberlein som var ivrig att bekämpa ensamkommandes våldtäkter, inte talade för att också förbjuda alkohol på musikfestivaler där övergrepp begås av etniska svenskar eller KBT-behandla svenska män som åker till Thailand för att köpa prostituerade (Joakim Medin - *Thailandssvenskarna*).



Folk som protesterar mot USAs soldaters sexuella övergrepp på japaner (CNN).

"Traditioner är grupptryck från de döda."

SD vill förbjuda slöja i skolan, men om de vill det för att de anser det vara kvinnoförtryckande, varför vill de inte då förbjuda porr och strippklubbar i samhället? Ulricehamns SD-politiker Niclas Sunding är emot att kommunen hissar Pride-flaggan.

Att SD i Hörby-kommun beslutade att förbjuda Pride-flaggan får mig att undra vad de har för människosyn då flaggan bara står för grundläggande mänskliga rättigheter för dem som inte råkar vara heterosexuella. SD vill inte bredda normen för kärnfamiljen, trots att det samkönade paret Jonas Gardell och Mark Levengood har lyckats med något som f.d. hetero-paret Jimmie Åkesson och Louise inte klarat av: att undvika skilsmässa. Om medeltida

präster hade bekämpat pedofili och våldtäkt, istället för homosexualitet och sex före äktenskap hade vi säkert haft en progressivare samtid. Jag förstår inte varför inga av De Tio Budorden förbjuder våldtäkt eller tafsande.

Nationalistiska mäns domesticerande av kvinnor

Varför ska SD bestämma över kvinnors egen sexualitet/reproduktion? Socialstyrelsen redogör att år 2020 rapporterades 34 600 aborter. Av dessa har tonårsaborter mer än halverats sedan 2010. Då fler jobb idag kräver högre utbildning försvåras unga kvinnors framtid väsentligt med ett ofrivilligt moderskap. Sedan finns det en risk med att färre aborter leder till flera trasiga hem a.k.a. "socialfall" som sedan leder till mer brottslighet (Freakonomics).

När det gäller SDs motstånd mot pappaledighet motiverar de det med att "Föräldrar är bättre lämpade än politiker när det gäller att avgöra barnets bästa", men för gravida vuxna kvinnor anser SD-politiker helt plötsligt att de är bättre lämpade att avgöra om kvinnors kroppar. Om den gravida tjejen är minderårig kan inte hennes föräldrar bättre avgöra än politiker? Precis som pappaledighet är skaffandet av barnen en ekonomisk fråga med blöjor, mat, kläder etc. Det är märkligt att SD och KD som har högst andel manliga politiker i högst grad vill bestämma över kvinnors liv. Många valaffischer med SD har manliga politiker från toppen plus en kvinnlig. Har det slätt dig att du inte känner igen den kvinnliga? Det är rätt uppenbart att de har kvoterats in som poster-boy, men när det gäller politiken är SD emot inkvotering av kvinnor. Journalisten Anna-Lena Lodenius nämner att på tidigt 1970-tal när sambeskattningsavskaffades ledde det till att många

Åsikt

kvinnor började förvärvsarbeta och blev mindre beroende av sin man, denna skatt har SD röstat för att återinföra (Antifeministerna SD och jämställdheten 2018). Dock är jag inte emot all form av politikens inblandning i kvinnors biologi. Jag tycker bara att det är rättvist om staten börjar dela ut gratis mensskydd (som i Skottland sedan år 2020) då detta är en kostnad män inte har och kvinnor dessutom i snitt har lägre lön (9,9 % enligt SCB 2021). Som om detta inte räckte betalar kvinnor här i vårt avlånga i-land 25 % moms för mensskydd, trots att Kanada och Irland redan avskaffat momsen.

Lågavlönade ensamstående mödrar med tonårsdöttrar har det extremt svårt att ha råd med mensskydd, vilket försämrar skolresultaten. Om Österåkers ungdomsmottagning kan erbjuda gratis skydd kan också resten av landet göra det. Företaget Intimas enkätundersökning visar att 15 % av personerna var tvungna att stanna hemma från jobbet eller utbildningen för att de inte hade råd med mensskydd. Bland arbetssökande och sjukskrivna har hela 45 % sagt att de det senaste året inte har haft råd med det. Detta leder både till minskad ekonomisk tillväxt och ökad individuell marginalisering.

Partiet med rekord i kränkningar?

Skånska SD-politikern Håkan Lerstorps hade nyligen ett uttalande där han implicit skuldbelägger kvinnor som misshandlats av sina män. 2010 när Järnrörs-skandalen ägde rum puttrade Kent Ekeröth en kvinna i en bil och Erik Almqvist kallade en kvinna ett glåpord som betyder prostituerad. Emma Sandkvist var med i SDs ungdomsförbund under bara två år och har sagt att hon flera gånger utsattes för sexuella trakasserier (TV4 Nyhetsmorgon 2016). 2017 skrev deras politiker, i Danderyd, Markus Palmheim att han vill att staten anställer folk till att våldta feminister. SD: aren Hanna Wigh blev av en partikollega strypt runt halsen och fick hans finger forcerat in i sitt underliv. Nu kan detta också ha hänt i andra partier, men det sker inte på en liknande nivå.

Vem är jag? Jag ser mig inte som feminist, för att jag håller inte med många feminister om att skillnader i person-

lighet i hög grad skulle sakna grund i könens olika gener (X- och Y-kromosomen). Samtidigt håller jag inte med Jordan Peterson-”patriarkatister” som för mycket blundar för skillnader i fördelning av makt och resurser, eller att dagens könsroller skulle vara främst genetiskt grundade. Så kära SD-nationalister där ute om ni verkligen bryr er om Moder Svea får ni kämpa för mer pengar till kvinnojourer och att staten delar ut gratis mensskydd!

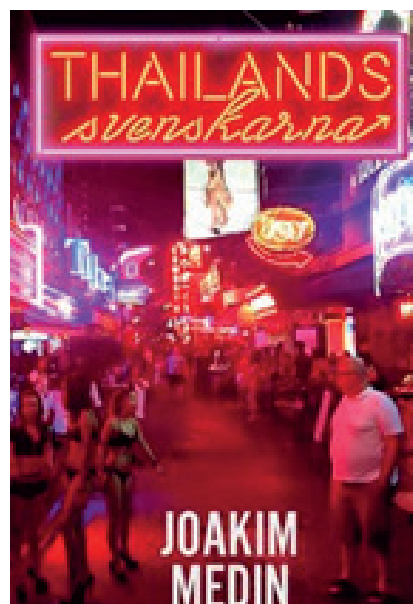


Bild av Christoffer Svanströmer.

P.S. Dagens låttips: Tupac – Keep ya head up D.S.

Text: HERR VINDKRAFTVERK a.k.a Akalas fan (som omvandlar extrema högervindar till el till röntgenmaskiner som visar SDs sanna motiv).

Oönskad kompass



Besvikelsen över att inte vara förstådd. Denna känsla av isolering, som om livet förnekar mig något viktigt.

Kanske det viktigaste av allt, beundran man fick gratis som barn. Den vuxne som måste förtjäna det genom jobb och relationer. Och den stackars tonåringen som en dag instinktivt upptäcker detta och föräldrar som låtsas att det inte alls är så. Ungdomar som sliter med sina "likes" hela vägen upp i vuxen ålder. Man tvingas bli en slags alltid uppdaterad och gillad medelålderstonåring. Men det skulle lika gärna kunna vara så att vi behöver känna oss trygga i att allt är som det ska, att allt är ok.

Psykologisk trygghet

Den psykologiska tryggheten som det talas mycket om nu i näringslivet är egots eller jagets trygghet i organisationen. Men äkta psykologisk trygghet är självets trygghet, d.v.s. hela individens trygghet. Den odelbara individens. Att se individens nyanser istället för dividens roller. (Dividen är en transhumanistisk idé om den nätverkande människan som bl.a. Alexander Bard diskuterar i sin bok *Det globala imperiet*).

Vi gör nästan ingenting annat än att hänföras av skådespelares roller, våra

idoler och moderna mytologiska halvgudar, dyrkade till förbannelse i sociala mediers dekret. Och det går en fin, nästan omärkbar gräns mellan det att vara dyrkad och att bli beundrad. Det borde istället börja med att bli accepterad och respekterad, men just själva avsaknaden av detta och den bristande förmågan i det, gör att vi än mer söker beundran och nöjer oss inte förrän vi själva blir dyrkade och upphöjda.

Det ogiltiga förflutna

Det största felet i samhällets dyrkande ligger i att vi framförallt beundrar hastigheten i visionerna, i de nya idéerna. Det redan manifesterade, vare sig det är konkret eller abstrakt erkänns ej som giltigt. Ogiltighetsförklarande av det förflutna och den framtida visionshastigheten gör att nuet upplevs som allt mer outhärdligt. Ett stycke flytande outhärdligt ögonblick av tillväxtförvirring. För tillväxten i allmänhetens "likes" blir till höjd börskurs på Nasdaq för några få utvalda techbolag.

Ett bärande liv

Vi behöver också ord om hopp. Vår ömtåliga mänsklighet behöver ett löfte och en vision om ett sant och bärande liv. För en dag när egot har helat sina sår, kanske man kan börja att älska sig själv på riktigt. Först då framträder konturerna av ökenfädernas Gud, av

vedaskrifternas Brahman i form av Jesus, Buddhas, Hanumans och Shivas gestalter.

I mitt inre flyter floder av blod, vätska, hormoner och andra signalsubstanser. Men var sitter den inre kompassen? I hjärnan, hjärtat, solar plexus eller kanske i immunförsvaret? Var är kompassen belägen? Och vilka sinnen ska jag använda mig av för att finna den? Förnuftet, synen, hörseln, känseln eller det undermedvetnas drömmar?

Min hemlighet

Jag fann den inre kompassen på ett helt annat sätt, men det är min egen lilla hemlighet som jag bär på. Hur fann du din kompass? Var det lätt eller svårt?

Hur jag fann kompassen är min egen hemlighet, men nålens nordpol är döden och dess sydpol födseln. Det är bara det att jag har lättare att acceptera döden än min födsel. Och det är min önskade kompass. Detta inre vanvårdade instrument som nu är överväxt av lotusblommor, törnros och dold under citronfjärilens skugga.

Text: JAN SEBASTIAN EKBOM
Bild: ISTOCKPHOTO

Nu är jag



På inre komposter/asser



JAG ÄR ARG!!!!!!



Jag är förbannad på att vi har detta ämnet. Vad f*n är det för nåt j*vla trams. Jag har f*n ingen inre kompost. Det är det väl ingen som har? I alla fall ingen inre, om man inte räknar vårt naturliga... vänta nu... det ska vara kompass. Okej... never mind.

Jag är förbannad på folk som irrar runt överallt, alldeles vilse. Följ din inre kompass för j*velen. Det finns för mycket folk som velar och inte vågar ta ställning om någonting. Våga stå upp för vad du tycker och var tydlig. Annars är du som en vindflöjel och vänder kappan efter vinden. Du vinner mer respekt om du gör det och kommer att må bättre.

Jag är förbannad på att en del idioter anser sig ha friheten att staka ut kompassriktningen för andra människor. Tala om för andra människor vad de ska tycka är inte okej. Ge tusan i sånt skit.

Jag är förbannad på att kompassen alltid ska peka mot norr. Jag kanske vill någon annanstans, någonstans där det är varmare. Skulle alla följa kompassen, så samlas ju alla vid nordpolen. Det kommer bli f*n så trångt där.

Jag är också förbannad på att de i tullen inte accepterar alla pass. Jag visade min kompass, men de stod och gapade som några j*vla idioter och förstod inte att det var ett pass. Det hör man för f*n i namnet, kom-pass. Det är ju ett pass du använder när du är inbjuden till landet. Det heter egentligen kom-hit-och-besök-mig-pass. Förkortas kompass.

Jag är förbannad på att Lunds kommun envisas med att ha de här j*vla smågatstenen på stadens gator. Det är f*n i mig den enda staden, jag vet, som man blir sjösjuk på bussarna. Det är ett h*lv*te för de som går dåligt, eller med rullator/rullstol. Min kompass vet f*n inte vilket j*vla håll den ska peka åt. Det är en fröjd att åka förbi biblioteket, nu när det är asfalterat. Tyst och lugnt glider vi förbi, utan att vibrera sönder alla husen i närheten.

Jag är förbannad på att denna j*vla depression inte släpper taget om alla oss som drabbats av den.

Jag är också förbannad på att alla är så j*vla förbannade hela tiden. Lugna ner er för h*lv*te.

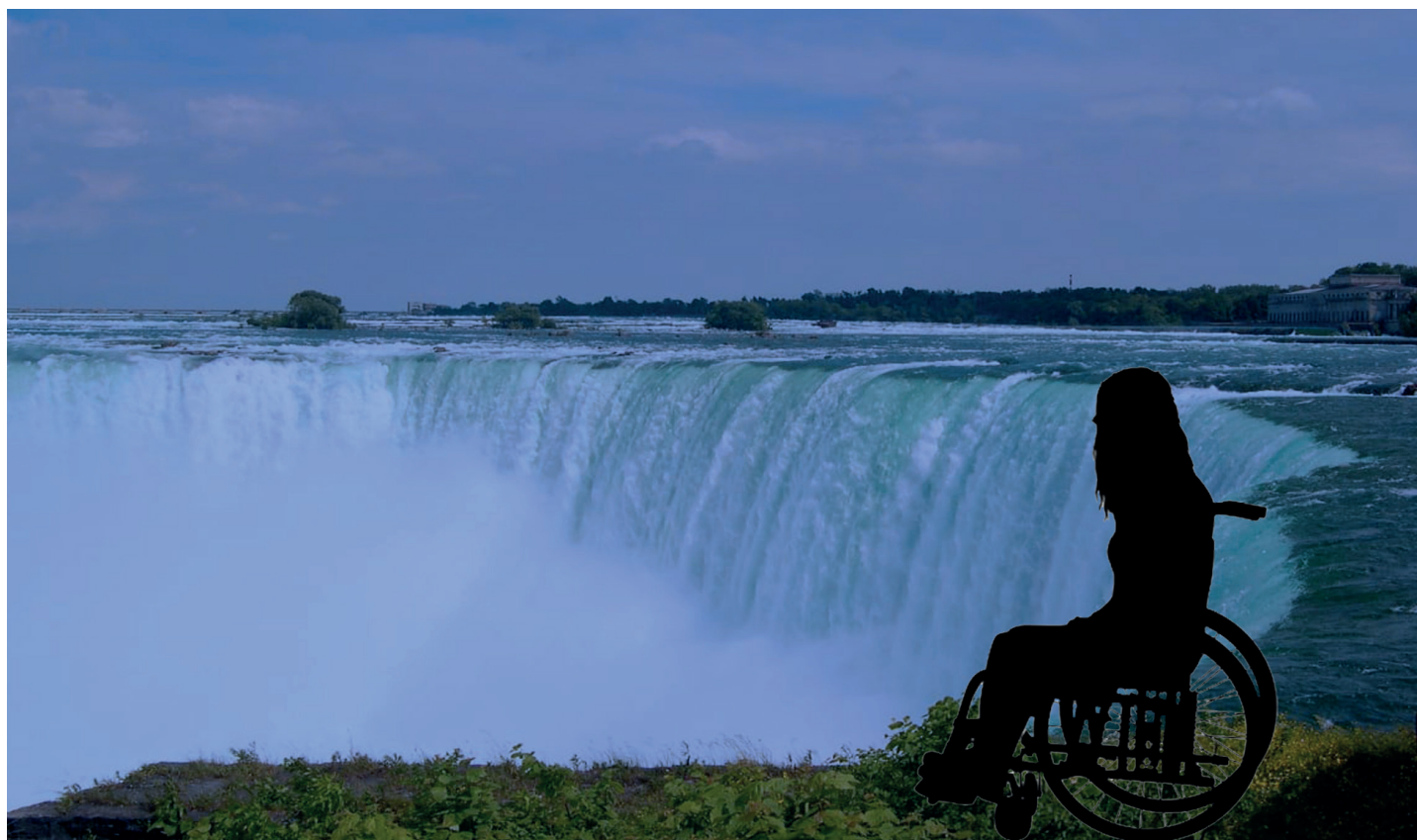
För övrigt anser jag att spårvägsbeslutet ska rivas upp, inte gatorna.



MED VÄNLIG HÄLSNING/TONY



FRITT FALL eller FRITT VAL



Vem har (inte) befunnits sig i känslan av att vara i FRITT FALL? En fråga jag ställer mig sedan jag bevittnat en musikteaterföreställning, uppbackad av Fontänhuset i Lund med sju föreställningar i mitten av maj med titeln FRITT FALL. Arrangemanget drevs och regisserades av projektet Joint Attention.

Föreställningen kan inte betraktas som teater i traditionell bemärkelse, utan snarare ett tidsdokument, ett vittnesmål av en tid som återspeglar både utanförskap och exkluderande i en "marknadstänkande samtid".

En mindre ensemble

En mindre ensemble, mestadels yngre aktörer (med hjälp av mer professionell regi och musikalitet) visar sig ha stora skådespelartalanger när de dokumenterar sin livssituation på ett enastående och utlämnande sätt. Ja, de är verkligen enastående för mig, som får uppleva deras äkta och sanna upplevelser.

Detta är ingen recension, det går över min förmåga, men det finns anledning att reflektera över vad som kan tänkas befinna sig i FRITT FALL.

Stannar vi vid begreppet en "marknadstänkande samtid" och kopplar det samman med den offentliga skolans konkurrensutsatthet, där privata alternativ erbjuder barnen och framför allt, tvingar föräldrarna att föreslå en dedikerad framtid för sina barn. Väljer de en skolning i den privata sektorn (som ofta påstås vara en inteckning för framtida utkomst och dessutom har en kontraktbunden trygghet i våra skattemedel) eller väljer de en offentlig skola, som under flera decennier verkat under konstanta sparbeting.

Privata alternativet

Det förstnämnda privata alternativet kommer ofta på obestånd i den offentliga debatten, när de visar ett ointresse för nationella målsättningar och bidrar till ett oproportionellt pengaflöde till skatteparadis. Dessutom ett godtyckligt förhållningssätt till våra betygssystem.

Den kommunala skolan

Väljer barnen (föräldrarna) den kommunala skolan, måste man vara medveten om att alla former av sparbeting kommer att åläggas den offentliga verk-

samheten, för att kunna finansiera den kontraktbundna privata skolan (ett brutet kontrakt medför att skattebetalarna får stå för utebliven vinst). Följaktligen får vi en kompetensflykt till den betydligt tryggare privata sektorn. Tryggheten är naturligtvis en illusion som tiden kommer att utvisa. Sanningen går inte att dölja när kontraktstiden är fullbordad, men kommer vi att stå där som frågetecken, undrande vart pengarna tog vägen? Ja, tyvärr. Hela detta stycke illustrerar ledstjärnan i den överenskomna skolpolitiken: Valfrihet. Det förtroende för denna exkluderande och konkurrensutsättande ideologi har medfört för många barns psykiska hälsa, kan vi bara hoppas står i FRITT FALL.

Privatskolorna erbjuder ett alternativ som kan ses som en nischad genväg, förbi all helhetssyn och helhetsansvar som våra skattemedel är ämnade för. Förespråkare för privatskolor har i regel en borgerlig bakgrund. Därav en naturlig fallenhet för särskiljning från det kollektiva tänkande, som istället kan beskyllas för det kaotiska läget i

TEMA: Den inre kompassen

offentlig verksamhet. Till kaoset i all denna verksamhet inräknas också vårdapparaten och psykiatrin.

Återkoppling

Återkoppling: FRITT FALL blir i denna kontext kopplat till FÖRTROENDE och TILLIT till beslutsfattare som försöker måla upp en bild av "den bästa av världar, men som börjar krackelera. Den återspeglar också en sammanhållande gemenskap i förfall. Om vi bara försöker utröna hur privilegierade ungdomar kan möta och umgås med ungdomar, vars utbildning ingår i offentliga verksamheters sparbetning.

Om vi inte uppfattar, så kan vi i alla fall ana umgängesstrategier i förhållandet mellan privatägda och offentliga utbildningsenheter. Ett tydligt fjärmande från problemställningar som är kopplade till social ojämlikhet, ger möjligheter som den offentliga skolans bundenhet till helhetsansvar, inte kan motsvara. Detta understryks också som ett starkt argument för mer privatisering, där målinriktad utbildning bortser från sociala konflikter som istället projiceras mot den enskilde individen (barn-föräldrar). Sociala konflikter blir kategoriserade och

klassade som tillhörande den offentliga sektorn.

Utvecklingsfas

Vi befinner oss m.a.o. i en utvecklingsfas där upphöjt rättspatos (privilegium) framhäver motsättningar som drivkraft, i kampen om tilldelade skattemedel. Detta har möjliggjorts i "det fria valets anda", där offentliga skattemedel tilldelas efter illusorisk målsättning.

Här finns ett närliggande dilemma som rör konkurrensutsättning av statsunderstödd forskning: Statliga utredningar som bygger på evidensbaserad forskning, ställs ofta mot beställningsverk av privatiseringens företrädare, för att ge sken av den alternativa forskningen skall betraktas som likvärdig. I en debatt nyligen i Kunskapskanalen var ämnet "Hur delge och förankra viktig grund- och evidensbaserad forskning" (som de statligt anställda företrädde), till den allmänhet som våra skattemedel förpliktar? Svaret blev mycket kontroversiellt. Beställningsverken som privatiseringens företrädare refererar till, har nästan uteslutande syftet att betona alternativ forskning som ifrågasätter

den statligt understödda. Vi får med andra ord en "fake news"-debatt i syfte att förringa värdet av väl förankrad och seriös forskning. Vem vinner på denna förflackning av seriös forskning?

Återupprättelse

Underförstått av denna text, går det säkert att utröna min önskan om återupprättelse och ett sökande efter gemenskap som inkluderar människors olika egenskaper.

Människan är mera kreativ och harmonisk i en samvaro fylld av vänligt bemötande som ger en känsla av betydelse och närvaro.

Det är med sorg i mitt hjärta jag ser en utveckling där bildning och visdom får stå tillbaks för målkortsinriktad utbildning som leder till positioner och privilegier.

Min inre kompass

Min inre kompass är förmodligen bara att söka gemensamma nämnare för att skapa harmoni... men inte på någons bekostnad.

Text: BÖRJE
Bild: ELIN

Holografiska universum

Den inre kompassen inkluderar både det inre och det yttre. Harmoniserande. Det interna och det externa. Den så kallade holografiska teorin. Ett sätt att förstå helheten och sammansmältningen av verkligheten är genom metaforen av ett hologram. En av de första fysikerna till att överväga denna kosmiska hologrammetafor var kvantfysikern David Bohm. Han definierar universum som en "ödelad helhet i flytande rörelse" som han kallade för "holorörelse". Denna teori hävdar att självmedvetande är holografiskt. Vi är båda individuella och kollektiva aspekter av Allt-Som-Finns samtidigt. Principen om hologrammet är helt enkelt att delen innehåller helheten, men dock klart distingerad från den trots det (inre kompassen). Vi kan se oss själva som individer samtidigt som vi kan erkänna att vi inte är separata från varandra och allt i livet. Det individuella är en holografisk projektion (inre kompass) – ett personligt unikt uttryck av varande i universum. Kosmos är holografiskt ett sammanlänkande nätverk av energi och information. Det inre och det yttre är korresponderande. Du (inre kompass) är lika förbunden med universum som ett finger är med

handen eller en gren till ett träd. Hela kosmos uttrycker sig själv genom ditt varande. Vi är som vågor i havet – alla med en unik karaktär och kvalitet på ytan (inre kompassen), men evigt förbundna till varandra och till havet som helhet (yttre kompassen). Det subjektiva och det objektiva! Inre och yttre! Den holografiska teorin om universum!

Text: MATHIAS TEGEDAL

Den magiska materian



Meningen med livet kan innebära olika saker för olika människor. Jag skulle kunna försöka att sammanfatta mina egna olika varianter av att förklara meningen med livet med följande mening. "Att använda sin förmåga på ett sätt som ger det bästa resultatet."

Detta resultat kan variera. Det skulle kunna vara att känna eller uppleva den maximala känslan av kärlek. Det skulle kunna vara att uppleva nuet så tydligt som möjligt. I ett smalare perspektiv kanske det skulle vara att leva så lyxigt som möjligt. Men det är inte ett populärt perspektiv eftersom det materiella inte kan vara källa till lycka, som jag tolkar det. Det sägs att när man fokuserar på det materiella går man vilse i en labyrint av otillfredsställelse. Samtidigt anser jag att allt vi består av är materia, vår kropp, vårt medvetande och till och med vår själ. Men vi har missförstått vad materia egentligen är. Enligt mig är materia en magisk substans där varje atom innehåller en liten del av en själ. Materia är inte jord, metall eller objekt i vår vardag. Det är bara materians ointressanta fasad. Djupt

ner i materians minsta beståndsdelar finns magin. Här finns också svårigheten med att föreställa sig och beskriva meningen med livet. Vi har bara vår hjärna till förfogande, som består av materia, och som har sina begränsningar i vad vi kan föreställa oss.

Leva i lådan

Vi kan likna vårt medvetna liv vid en låda. Inom lådan kan vi göra vad vi vill utan att det har en negativ påverkan på vår omvärld. Inom lådan har vi möjlighet att uppleva och upptäcka. Vår uppgift i livet är att utforska denna låda och ta oss till alla dess hörn, eller så många ställen i lådan som vi hinner med under loppet av ett människoliv. Vi behöver inte ta oss utanför lådan. Det finns ingen mening med det enligt mig. Ett sätt att ta sig utanför lådan är att utveckla vetenskapen. Varje ny vetenskaplig upptäckt ökar antalet möjligheter att påverka vår värld. Enligt mig är detta visserligen spännande, men gynnar inte min mening med livet. Detta är samma fälla som att bygga sin lycka på materiell lyx. För varje ny vetenskaplig upptäckt sker samma sak. Först blir vi hänfödda och inspirerade. Men ganska snart, när vi har vant oss vid den nya möjligheten, så blir det tråkigt som en telefonkatalog. Javisst,

vi kan spränga atomer för att se vad det finns för beståndsdelar i atomerna. Men, trist kunskap. Om vi så skulle kunna använda oss av hela solen som en energikälla, vad skulle vi göra med den energin? Antagligen bygga en stor och komplicerad värld. Men den äkta magin i vår värld kan aldrig finnas i en värld som är skapad av människan eller någon annan intelligens. Den äkta magin ligger i att naturen fungerar på sätt som vi inte förstår. Och det är där vi ska utforska.

Naturens magi

Den ultimata egna undersökningen är att utforska hur vi fungerar i vårt eget sinne. Att se hur vi reagerar på världen i olika perspektiv. Det är i upplevelsen av denna kunskap, hur vårt sinne reagerar på vår värld, som den riktiga magin ligger och där lägger jag mitt krut. Nu menar jag trevliga reaktioner. Reaktioner på ondska och hemskheter är inte roligt, även om vi kanske måste uppleva en viss del ondska för att uppskatta det goda. Om vi hade skapat en värld som till 99% var byggd av människan skulle det förutsätta att vi förstår oss på 99% av verkligheten för att överhuvudtaget kunna bygga en sådan värld.

TEMA: Den inre kompassen

Det lämnar inget över till "magin" om vi förstår allting. Visserligen skulle det då kunna finnas en liten grupp människor som förstår alltihop medan resten får leva i den tänkta skapade världen och bli hänfödda av den. Men jag tror att människan som skapare av en värld skulle ge den effekten att världen skulle innehålla en mängd oupptäckbara felaktigheter. Dessa felaktigheter skulle göra att de som lever i den världen till slut drabbas av depression och olycka. Den enda som kan skapa en värld som in i minsta detalj är så bra som den kan bli är naturen själv. Det är därför upplevelsen av naturen är meningen med livet. Mer specifikt vår egen natur i interaktion med vår omgivande natur. Och interaktion mellan människor i en kontext av vår omgivande natur.

Att börja utforska sig själv med motivet att förändra sig själv är en farlig

väg att gå. Vi som människor och intelligenta varelser är beroende av att leva i en kontext i form av naturen. Såklart kan man utforska sig själv och om man hittar problem som man vill komma till rätta med, kan man då försöka korrigera. Man kanske då skulle kunna vara lite nöjdare med sig själv. Men det får inte gå så långt att man bygger sig själv utifrån en komplett ritning av hur man tycker att man borde fungera. Vi måste tillåta att naturen till viss del bestämmer hur vi ska vara uppbyggda, speciellt i vårt sinne. Jag kan också se att även om vi skulle kunna korrigera något i vårt sätt att fungera i vårt sinne så är risken att man hittar fler och fler saker man vill ändra på. Var skulle det sluta? Vi som människor har inte i närheten av tillräcklig kapacitet för att avgöra vilka ändringar i vårt sinne som skulle gynna oss. Det enda vi kan

komma i närheten av är att ha andra människor som mall för hur vi själva vill vara. Men även detta kommer till korta eftersom det fortfarande skulle vara vi människor som bestämmer vilka egenskaper hos andra människor som skulle vara bra. Till sist vill jag också säga att när man varit på en del platser i sitt sinne kan man återkomma till sina favoritplatser och uppehålla sig där under många tillfällen i sitt liv.

Text: PETER BLIXT
Bild: RÖNN RIBOHN

Vägvisaren

Den inre kompassen är störd av ett yttre fält och fungerar därför inte. Det yttre fältet är starkare och stör det inre fältet som kompassen visar därför att man inte får vara sann och konsekvent mot sig själv, man får inte som man vill därför att andra människor skyller på omständigheter och handlar efter omständigheter och säger att du måste. När folk skyller på omständigheter med krav och måsten så får man inget eget val och får anpassa sig efter andra och spela ett falskt skådespel och göra val efter omständigheter där man håller på med vita lögnar.

När man följer den inre kompassen tar man beslut efter sig själv - att göra det man vill eller det vad man tänker att man vill. Man vet oftast inte vad en själv vill med ens egenvärde. Det är tråkigt och deprimerande därför att man blir vilseledd och bedragen av andra. Om jag vet vad jag vill så vågar jag inte det därför att jag är osäker och inte litar på det med eget förtroende. Kanske för att det inte blir accepterat av andra och för att andra inte förstår. Det är jättesvårt veta om andra förstår och accepterar. Det är besvärligt att uttrycka det genom att säga det rakt ut. Vem ska jag säga det till och hur ska det uttryckas? Vet man vad man egentligen vill göra med sitt liv, är man kanske bedragen?

Det är mycket svårt att berätta för andra människor vad man har för tankar hela tiden, man skulle önska att det gick att beskriva det med ord. Andra skulle kunna förklara det med att det är lättare att uttrycka lögnar istället för sanningar för att man då inte har självkänsla och självförtroende för att ärligt säga det man upplever i tanken för att tanken inte följer ett språk. Det blir inte logiskt att säga detta då andra upplever det som knäppt.

Risken är stor att du som vanlig människa sysslar med självbedrägeri då du lurar dig själv att tro att du vill något

fast du inte vill något egentligen och sedan blir du aldrig nöjd i slutet.



Text: MIKAEL HANSSON
Bild: PAULINA

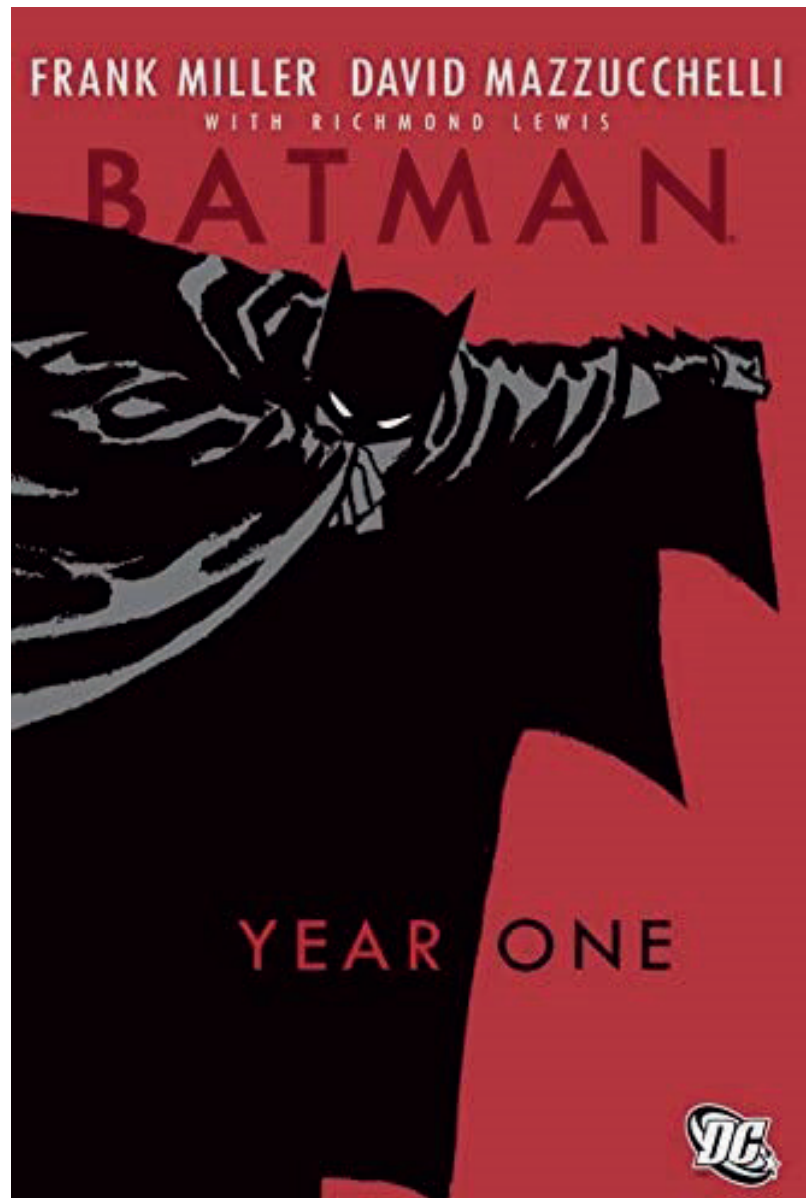
BATMAN: YEAR ONE

**"....yes. Father. I shall become a Bat."
- Bruce Wayne**

Ända sen jag såg den nya filmen *The Batman* av Matt Reeves så har min "Batmani" kommit tillbaka igen så jag bestämde mig för att recensera några av min samling av Batman-serieböcker/grafiska noveller. Den första serien jag kommer recensera i mitt lilla projekt är *Batman: Year One*, skriven av Frank Miller, illustrerad av David Mazzucchelli och färgad av Richmond Lewis. Som ni kanske har listat ut från denna grafiska novells titel så handlar den om Bruce Waynes första år som vigilanten/superhjälten Batman i staden Gotham. Men här är vinklingen, den handlar också om poliskommissarie James "Jim" Gordons flytt från Chicago till den tidigare nämnda stan.

Jag tycker nog att den bästa delen av boken är konsten. Man kan praktiskt taget känna det kalla regnet och stanken från Gothams sopfyllda gator. Mazzucchellis teckningar och Lewis' färger förstärker verkligen känslan av smuts och socialt fördärv.

Millers skrivande är verkligen i toppform. De inre monologerna är nästan som något från en klassisk Scorsesefilm vilket får *Year One* att verka mer än bara en grafisk novell utan också som ursprunget till en modern urban myt. Men som vanligt så kan man lätt se Frank Millers fördomar genom hans skrivande. Men han kan åtminstone bättre tygla sina mindre trevliga karaktärsdrag innan han blev knäpp efter den 11:e september 2001.



**"And everything was made for you and me
All of it was made for you and me
'Cause it just belongs to you and me
So let's take a ride and see what's mine"
-Iggy Pop**

Text: WILLE
Bild: WIKIPEDIA

Mersault

Jag sitter på min egen rättegång där jag är anklagad för mord. Ett mord jag visserligen begått, men det var inte planerat och jag hade inte uppsåt att döda. Jag iakttar skådespelet i denna rättssal där jag har huvudrollen. Jag förstår inte detta intresse för mig som person.

Allmänheten betraktar mig som känslolös. De grundar detta på mitt förhållningssätt till livet och mina relationer. De ifrågasätter att jag satte min mamma på ålderdomshem istället för att själv ta hand om henne, inte kommer ihåg hur gammal hon blev eller vilken dag hon dog och att jag inte grät på hennes begravning. Människor förstår inte heller att jag kunde gå på bio och se en komedi dagen efter begravningen eller att jag den kvällen inledde förhållandet med min fästmö Marie.

Jag förstår inte vad det som är fel och konstigt med det. Livet går vidare. Livet är vad det är. Varken mer eller mindre. Varför ska människor alltid göra allting så komplicerat? Som en kväll när Marie frågade om jag ville gifta mig med henne. Jag svarade henne att det inte spelade mig någon roll men eftersom det var hennes önskan så kunde vi göra det.

Många skulle säga att jag inte har förmågan att älska, men jag älskar staden där jag bor, dofterna från staden, mat, simma i havet, sola på stranden och känna värmen. Och jag älskar Marie, på mitt eget sätt. Betyder inte det någonting?

Nu sitter jag här och kommer förmodligen att dömas till döden. Mina dagar är räknade. De vill att jag ska prata med fängelseprästen men det vill inte jag. Jag tror inte på Gud och vill inte ödsla min sista tid på något sådant dravel.

Det sägs att jag är en passiv människa som låter mitt eget liv passera i revy för att jag aldrig verkar göra några val, medvetna val, och därmed tar jag aldrig ansvar. Men är jag en ond människa för det? Finns det något rätt och fel? Vem är bättre och vem är sämre? Jag skulle vilja säga att andra har att lära av mig. Kanske hade människor varit lyckligare i sina liv om de hade kunnat lära sig att inte begära mer än vad som är. De strävar hela tiden efter något annat och mer istället för att acceptera det som redan är. Är livet förutbestämt eller kan vi påverka det? Slump eller Ödet?

(Jag dömdes till döden...)

* Ovan skrev jag i Svenska B på Komvux våren -07. Vi hade läst varsin roman och skulle redovisa den skriftligt och muntligt. Boken jag hade läst var Främlingen av Albert Camus. Under redovisningen skulle vi inta rollen som en av böckernas karaktärer. Jag valde Mersault som var huvudpersonen i Främlingen. Det kan låta enkelt men Mersault var den mest komplicerade av dem alla och det var svårt att avgöra om han var frisk eller sjuk.



Text: ANNA NILSSON
Bild: PIXABAY

Min inre kompass



Bild: Carl Von Clausewitz.

Är en "inre kompass" nödvändigtvis någonting som alltid leder en till Himmelriket? Innan jag började kontemplera över det här på Fontänhuset, och diskutera den svårfångade kontexten som man ska sätta in ordkombinationen i, så var min bild klar.

Jag brukade tro att det som jag kallar för en inre kompass med nödvändighet leder till en säker inträdesbiljett till Himmelriket. Min uppfattning har förändrats till den motsatta. Så klart så krävs det att man har en inre kompass för att komma in i Himmelriket, den är en nödvändig egenskap men den är inte en tillräcklig egenskap.

Inre kompass

En inre kompass kan man ha även som en medeltida machiavellisk furste, även om det är troligare att man då saknar den här egenskapen. En inre kompass kan man ha även som självmordsbombare, och har väl oftast. En inre kompass kan man ha även som nazist, men behöver inte ha det. Jag tror att Hitler hade en inre kompass men inte t.ex. Göring, Heydrich eller Goebbels. Men ingen av de här fyra slutade sina dagar som en kandidat för Himmelriket.

Men vad är en "inre kompass"? Hur ska man definiera konceptet "inre kompass"? Det har gjorts bra försök till det av tidigare tänkare i historien, men de har sällan varit tillräckliga. Bara orden "inre kompass" är ett ganska bra försök men det är ett otillräckligt försök. Ett av de bättre försöken gjordes av en av 1800-talets stora krigsteoretiker. Det följer här:

"Två egenskaper är oundgängliga (hos en statsman eller en krigsman, min anm.): först, ett intellekt som, även i den mörkaste timmen, bibehåller ett visst sken av det inre ljus som leder till sanningen; och för det andra, modet att följa detta svaga ljus vart det än må leda dig." Citat Carl Von Clausewitz.

"Sanningen" är dock inte något axiom, åtminstone inte i Clausewitz definition av sanningen.

Insikten

Vad gör Jag med den här insikten då? Det finns inte mycket jag kan göra. Människor med religiösa agendor har omöjliggjort det. Att säga 'lyssna på oss, vi har det skrivna ordet' och 'omvänd er' hjälper inte mig. Jag kan ändå inte tro på sagor hur mycket jag än skulle önska att jag kunde. Och tro mig, jag har försökt.

Allt som är nedskrivet med bläck av en människa är lögn, förutom Nya Testamentet. Problemet är att religiösa ledare i praktiken kräver av sina flockar att man inte plockar russin ur kakan. Men religiösa ledare är själva felbara människor, som ibland t.ex. begår äktenskapsbrott, kör onyktra eller skattefuskar. De agerar ibland i motsats till kristna ideal och det som de lär ut med munnen och kräver av andra att följa. So no deal. De religiösa människor som generellt bäst följer Kristus exempel är enligt mig mormonerna. Om de sen är Kristna lämnar jag till andra att avgöra. Mormonernas ledare visar vägen för sin kyrkas medlemmar genom exempel. De är alltså inte som många andra kyrkor där kyrkans ledare medvetet förleder sina medlemmar samtidigt som de döljer sina högst skröpliga och omoraliska egenskaper. Men mormonerna tror också på sagor, enligt mig. Och nej, mormonerna praktiserar inte månggifte, det har de inte gjort på 120-130 år. Sektlika kyrkliga utbrytare gör, men de erkänns inte av den riktiga Mormonkyrkan.

Text: ROGER KLANG

Bild: WIKIPEDIA

DEN INRE KOMPASSEN

Den inre kompassen
är hållning, mål och moral
en riktningsposition, en värdegrund
hur vi förhåller oss till oss själva
till omvärlden och människorna

Ibland går vi vilse
kompassen snurrar vilt
omprovningar sker

Går kompassnålen hand i hand
med våra värderingar
följer vi våra övertygelser?

En kompass – ett navigationsinstrument
som emellanåt behöver finkalibreras

Text: SVEN

licket ögonblicket ögonblicket ögonblicket ö



Dagen då naturen besegrade tekniken

Våra sponsorer



ALLMÄNNA
ARVSFONDEN

Crafoordska stiftelsen
GENOMGÅTT AV FOLKEGEN CRAFTFÖRD 1984



Studie
främjandet



SPARBANKSSTIFTELSEN
ÖRESUND

SYDVÄSTRA SKÅNE



Studieförbundet
Vuxenskolan

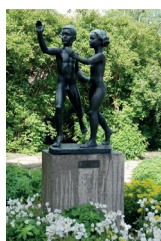
Microsoft

Socialstyrelsen



LUNDS
UNIVERSITET

PIA
STÅHLS
STIFTELSE



Stiftelsen De Lekande Barnens Fond



Rotary



RED GLEAD

SVENSKA
POSTKOD
STIFTELSEN

Stiftelsen Råby Räddningsinstitut, Malms Legat, Stiftelsen Lindhaga, Stiftelsen Lars Hiertas Minne, Anagram, Folke Ljungdahls Stiftelse, Finsam, Emmaus Lund, Carl Jönssons Understödsstiftelse

Ett särskilt tack till våra hedersmedlemmar:

Ebba Fischer
Caroline Sverdrup
Pia Althin

samt till Lunds Fontänhus styrelse, våra samarbetspartners
och till dig som vi kanske glömt i farten...

Samt våra fina stödprenumeranter:

Cecilia Larsson Glowacki, Siw Hult, Gunnel Börjesson, Ann-Christine Engdahl Olesen,
Anita Arnoldi, Eva von Boer Lindskog m fl.

Stöd vår verksamhet, bli medlem i Fontänhusets vänner

Du eller ditt företag kan stödja Fontänhusets verksamhet
genom att bli stödmedlem i Fontänhusets vänner.

Du/företaget får då varje nummer av vår medlemstidning,
Fontänbladet, som ges ut med 2-10 nummer per år.

Kostnad stödmedlemskap:

Privatperson 200 kr/år, Företag 1 000 kr/år, Autogiro 100 kr/mån
Bankgiro: 492-3801, Plusgiro: 60 57 80-6, Org.nr: 802456-4893

Vid inbetalningen vänligen ange "Fontänhusets vänner i Lund"
samt ditt/företagets namn och adress.

