

SITUATION

S

H

L

M

#291

FEBRUARI 2022
ÅRGÅNG 27

PRIS: 80 kronor
SÄLJAREN ERHÅLLER HÄLFTEN

BEROENDE

"ASK NOT WHY THE
ADDICTION, ASK WHY
THE PAIN"

BEROENDE BERÄTTAR | **GABOR MATÉ** | ANTABUSMANNEN | MATS WAHL | 10 ÅR MED TILIA

INNEHÅLL

FEBRUARI 2022

Louise Aronsson

I år fyller organisationen Tilia, där hon är verksamhetsledare, tio år. De började som ett alternativ för unga när livet gör ont och samhället och vuxenvärlden sviker.



KAJUN NERBY

Sidan 14.



JOHAN OLSSON

Berättar om beroende

62 av Situation Sthlms säljare svarar på frågor om sina erfarenheter av beroende i en unik enkät. Samt djupintervjuer med fyra av dem om uppväxt, beroende, och bemötande inom vården.

Sidan 28.

Krönika: Maria Hagström

Det krävs en by.

Sidan 13.

Omslag #291

Månadens beroend omslag är formgivet av **Johan Olsson**



PHOTOSTUDIO

"När ett trauma inträffar utvecklas inte de här delarna i hjärnan."

Doktor **Gabor Maté**, om att människors hjärnor blir, utan att de vet om det, desperat sökande efter dopamin och endorfin när de utsatts för ett trauma: "När de hittar det i en drog känner de sig normala för första gången i livet".

Sidan 18.

ALLTID I SITUATION STHLM

- 7 Brillant**
Antabusmannen Håkan Johansson.
- 10 Gata fram och tillbaka**
Slakthusgatan.
- 12 Situation Waldersten**
Månadens bild av konstnären Jesper Waldersten.
- 45 Korsord**
Lös månadens kryss.
- 46 Svepet**
Karl Kadhammar, biografen Aspen, Astrid Menasanch Tobieson med mera.
- 48 Dåtid Sthlm**
Februari 1980.

GATUPLANET

- 5 Säljaren**
Yusif El Bouchtili, Högdalen.
- 16,26 Med egna ord**
Säljarnas sidor – texter från gatan.
- 38 Min Plats**
Johan Parde, Lövholmen.
- 40 I gatuplanet**
 - Förslag om beroendevården
 - Bra betyg för bemötande
 - Ju sjukare, desto svårare få vård
 - 900 personer hjälpta på TUB.

SITUATION

REDAKTION Chefredaktör och ansvarig utgivare Ulf Stolt, ulf@situationsthlm.se, 08-54595390 **Reporter** Maria Hagström, maria@situationsthlm.se **Praktikant** Mi Malmberg **Art Director** Johan Olsson **Webbredaktör** Jenny Lindroth **Medverkande fotografer och illustratörer** Martina Holmberg, Magnus Sandberg, Jesper Waldersten. För osignerat material svarar redaktionen. Redaktionen ansvarar ej för insänt icke beställt material. **Hemsida** www.situationsthlm.se **E-post** red@situationsthlm.se

Räckvidd 106 000 läsare (Orvesto konsument 2021:2) **Upplaga** 14 600 ex/mån (TS helår 2021) **ISSN**: 1400-4437 **LEDNING & ADMINISTRATION** VD Pia Stolt, pia@situationsthlm.se, 08-54595387 **Adress** Torkel Knutssongatan 37, 118 49 Stockholm **Tel** 08-54595381 **Organisationsnummer** 556649-1071 **Bankgiro** 5774-9327 **SOCIAL VERKSAMHET** Verksamhetschef, sociala verksamheten Jenny Lindroth, jenny@situationsthlm.se, 08-54595388 **Samordnare** Ingemari Olofsson, ingemari@situationsthlm.se, 08-54595381, Jonas Svensson, jonas@situationsthlm.se, 08-54595381 **Telefonnummer distribution** 08-54595381 **Öppettider** Måndag till fredag kl. 8-15 **Organisationsnummer** 8024 11-1497 **Bankgiro** 5357-3259 **ANNONSERING & PRENUMERATION** Herman Sundgren, herman@situationsthlm.se, 08-54595394, Catharina Persson, catharina.persson@mediakraft.se, 070-977 20 20, Robert Wallner, robert.wallner@mediakraft.se, 070-992 53 43 **Privatprenumeration** 11 nummer kostar 880 kronor **E-post** situationsthlm@flowyinfo.se **Tryck** V-TAB Vimmerby 2020 **Miljö** Platen runt tidningarna är en PE-folie. Den är återvinningsbar och lämnas i containern för plast vid återvinningsstationerna.



3-DAY
TICKETS
ON SALE
NOW!



LOLLA
STOCKHOLM
2022

#lol
STOCKHOLM

3-DAY
TICKETS
ON SALE
NOW!



LOLLA
STOCKHOLM
2022

#lol
STOCKHOLM

3-DAY
TICKETS
ON SALE
NOW!



LOLLA
STOCKHOLM
2022

#lol
STOCKHOLM

3-DAY
TICKETS
ON SALE
NOW!



LOLLA
STOCKHOLM
2022

#lol
STOCKHOLM

3-DAY
TICKETS
ON SALE
NOW!



LOLLA
STOCKHOLM
2022

#lol
STOCKHOLM

3-DAY
TICKETS
ON SALE
NOW!



LOLLA
STOCKHOLM
2022

#lol
STOCKHOLM

3-DAY
TICKETS
ON SALE
NOW!



LOLLA
STOCKHOLM
2022

#lol
STOCKHOLM

3-DAY
TICKETS
ON SALE
NOW!



LOLLA
STOCKHOLM
2022

#lol
STOCKHOLM



DAY 1 – FRIDAY, JULY 1

IMAGINE DRAGONS • THE KILLERS

ALESSO • MÅNESKIN • POLO G • JACK HARLOW

KACEY MUSGRAVES • KALEO • TIMBUKTU & DAMN!

W&W • MODEST MOUSE • JIMMY EAT WORLD • REMI WOLF

JOEL CORRY • JONAS BLUE • BROILER • TIGERLILY • GRANDSON

ANNA OF THE NORTH • THE K'S • RHYS • LADY BEE

DAY 2 – SATURDAY, JULY 2

POST MALONE • VERONICA MAGGIO

THE KID LAROI • NINA KRAVIZ • BENJAMIN INGROSSO

TOVE LO • GLASS ANIMALS • GOLDLINK • MITSKI • MEDUZA

ZHU • RICO NASTY • LITTLE JINDER • PURPLE DISCO MACHINE

JUBËL • MIMI WEBB • ZOE WEES • A36 • JAGUAR

PEACH TREE RASCALS • TJALAN

DAY 3 – SUNDAY, JULY 3

PEARL JAM • DOJA CAT

LEWIS CAPALDI • GALANTIS • HAIM • MIRIAM BRYANT

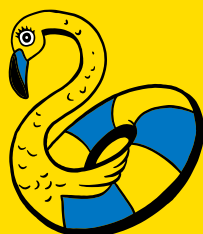
BIFFY CLYRO • IDLES • DILLON FRANCIS • REZZ

SIGRID • TURNSTILE • GRAVEYARD • WOLF ALICE

DIMITRI VANGELIS & WYMAN • SHOUSE • JERRY CANTRELL

WHITE REAPER • ASK:ME • EMERALD • KENNYHOOLA

JULY 1-3 2022 GÄRDET
TICKETS OUT NOW!



NORRLANDS
Ljus
ALKOHOLFRI

H&M Coca-Cola

Apla 4 RIXFM Uber
Stockholm
The Capital of Scandinavia
OATLY!

TICKETS: [LOLLASTOCKHOLM.COM](https://www.lollastockholm.com) TICKETS: [LOLLASTOCKHOLM.COM](https://www.lollastockholm.com) TICKETS: [LOLLASTOCKHOLM.COM](https://www.lollastockholm.com)

FAKTA HEMLÖSHET

33 250 personer lever i hemlöshet i Sverige, enligt Socialstyrelsens definition av hemlöshet.

Där ingår personer i akut hemlöshet, personer som saknar boende efter institutionsvistelse, personer som bor inom den sekundära bostadsmarknaden och personer som bor kortsiktigt hos familj, släkt eller andra privatpersoner.

I Stockholm vistas enligt den senaste mätningen 7 247 hemlösa personer och av dessa lever 1 558 i akut hemlöshet.

OM SITUATION STHLM

Sedan 1995 säljs Situation Sthlm av hemlösa människor i Stockholm och Mälardalen.

Konceptet med gatutidningsförsäljning har visat sig vara en framgångsrik metod att arbeta med hemlösa människor på, eftersom det ger tidningssäljaren en möjlighet att tjäna egna pengar genom att arbeta, samtidigt som tidningen – i sig – fungerar som en kanal för påverkan, opinionsbildning och debatt kring frågor som rör de hemlösa säljarnas situation.

Situation Sthlms sociala verksamhet med arbete och sysselsättning, individuellt stöd och motiverande samtal, skri-varverkstad och möjlighet att ha sin post hit, café, tillgång till datorer, telefon och juridisk rådgivning, fyller en mycket viktig funktion för de hemlösa människor som tar del av verksamheten.

Närmare 80 procent av Situation Sthlms säljare upplever en positivt förändrad livssituation sedan de började sälja Situation Sthlm.

"Jag har ju varit hemlös lite här och där, men jag har byxorna kvar."

Yusif El Bouchtili

**Hur länge har du haft byxorna?**

– Man minns ju lite sämre med åren, men jag tror jag fick dem när redaktionen låg på Döbelngatan. Jag har haft dem länge i alla fall.

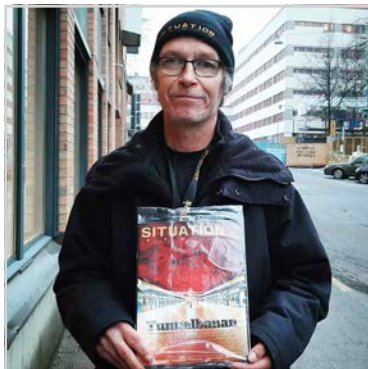
– Jag undrar ibland varför jag inte tappat bort dem, jag har ju varit hemlös lite här och där, men jag har byxorna kvar.

Är det dina favoritbyxor?

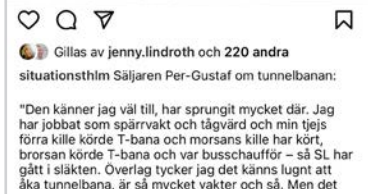
– Ja det är det. Men nu använder jag dem bara lite då och då, de är bra när det är kallt.

Yusif El Bouchtili säljer tidningen i Högdalen. Han är nöjd med sin keps med örnlappar som han kan fälla ner när det är kallt. Han minns en gång när det snöade och han inte hade kepsen.

Situationist "Dela gärna våra inlägg så hjälper du andra att hitta säljare."



Låt *Situation Sthlms* säljare bli en del av ditt sociala medieflöde. Följ oss på Instagram: @situationsthlm.



UR ARKIVET: #153, MAJ 2010



Toni Holgersson har haft ett rejält återfall sedan förra skivan *Tecken på liv*. Nu släpper han *Ibland kallar jag det kärlek* och varje dag handlar numera om att lära sig leva med sin historia. **Eva Röse** lät dokumentärfilmaren **Stefan Jarl** filma

hennes graviditet, **Marcus Rudolph** klär ut sig till Stormtrooper och samlar pengar till välgörenhet. **Tina Messing** skriver, fotograferar och kör SL-buss, **Ametist Azordegan** är hiphopdrottningen från Ockelbo, Nytorggsgatan har Stockholms vackraste utsikt och **Nicke Andersson** släpper sin första soloskiva under namnet *Imperial State Electric*. **Per Hagman** kommer med boken *Vänner för livet* och **Dilsa Demirbag-Sten** ger ut uppväxtskildringen *Fosterland*.

Situation Waldersten, INKcorperated på Kulturhuset, **Jens Assurs** boksvit *Hunger*, **Keren Cytter** på Moderna Museet och Med egna ord, I huvudet på Läsarna och Min plats i stan.

SAGT I SOCIALA MEDIER

INSTAGRAM @obergsussie **Han är alltid så trevlig och pratar gärna en stund. Hoppas han får sälja bra – trots pandemin och att många kanske jobbar hemifrån fortfarande.**

FACEBOOK @Anne-Marie Klevebäck **En eloge till alla tappra säljare.**

FACEBOOK @Agneta Björkström **Kanonbra att säljarna orkar stå ute i ur och skur.**

INSTAGRAM @kickikollstedt **Den finaste, bästa. Som alltid gör mig glad. Och som jag alltid handlar av. Var snälla mot er själva och alla andra. Alltid.**

@Jonas Warnehed (via Facebook):

"Det är verkligen den yttersta anledningen till att man köper en tidning till sig själv för någon annan skull!"

Kommentar till nyhetstexten om säljarenkäten i förra numret.

Instagram: @situationsthlm

Facebook: Situation Sthlm

Twitter: @SituationSthlm1

Ledare

Det viktigaste nummer vi gjort

I 27 ÅR har vi på nära håll, dagligen, sett beroende och dess förödande konsekvenser, vad det gör med människor och hur det påverkar liv. Och död.

Därför är det här numret av tidningen det viktigaste vi gjort. Det har även varit ett nummer av tidningen som mer än något tidigare nummer engagerat alla här på Situation Sthlm.

Det började med att VD Pia Stolt tidigt förra hösten kom med idén att vi borde göra ett temanummer om beroende – och varför

inte sikta högt och undersöka om det går att få en intervju med ett världsnamn som Gabor Maté?

Under senhöst och vinter föll saker på plats och vi började planera lite mer skarpt. En enkät till säljarna om beroende sattes samman – Pia och Jenny Lindroth, ansvarig för den sociala verksamheten, slipade på frågor och formuleringar. Jonas Svensson och Ingmari Olofsson i distributionen såg sedan till att alla säljare som hade möjlighet fyllde i enkäten – och många av säljarna ville

delta, de såg också det viktiga i att vi skrev om beroende. Fyra av säljarna intervjuades lite mer ingående om sina erfarenheter av beroende. Och timvikarie Rebecka Sandberg ringde in och tipsade om Antabusmannen.

Reporter Maria Hagström hanterade de ifyllda enkäterna och skrev reportaget om säljarna som berättar om beroende. AD Johan Olsson letade typsnitt. Jag intervjuade Gabor Maté via Zoom. Och Pia drog sig till minnes Mats Wahls efterord i *Medicinmannen*, så han

kontaktades och tillät publicering av det och vi talade lite.

Nyhetsidn sidan följer på temat beroende, det dyker även upp på Huvudstan och i Svepet.

"Ask not why the addiction, ask why the pain", säger Gabor Maté.

Vi gjorde just det.



Ulf Stolt
chefredaktör & ansvarig utgivare
ulf@situationsthlm.se

Håkan Johansson, ansvarig för Antabusmottagningen på Prima Maria Öppenvård.

– **UNGEFÄR HUNDRA PERSONER** i veckan kommer hit för att få behandling via samtal eller för att ta antabus. Antabus delar jag ut via en lucka, det är en tablett som ska lösas upp i vatten och smakar lite krita. Därför ger jag dem ett extra glas vatten.

– Det är alltifrån hemlösa till toppar i näringslivet, från alla delar av Stockholm, 90-talister och 80-åringar, kvinnor liksom män. Alla har de samma bekymmer i botten – alkoholberoendet.

– Tyvärr är det samma fördomar kring beroende av alkohol i dag som för trettio år sen. Folk tror att det handlar om karaktärsbrist och att ta sig i kragen, men det är en sjukdom och majoriteten av de som har den syns inte.

– De kommer hit när de fått nog, eller för att deras familjer, vänner eller arbetsgivare har skickat dem. De är rädda och känner mycket skuld och skam. Och de brukar fråga hur länge de behöver gå i behandling hos mig, då brukar jag säga så länge du behöver, ibland kan det vara livet ut.

– Behandlingssamtalen är en gång i veckan i början, sen glesare om det rullar på bra. De flesta som blir nyktra här fortsätter med det.

– Det var åtta år sen jag startade Antabusmottagningen för att ta hand om eftervården efter avgiftningen – det som kallades de hopplösa fallen. Men det finns inga hopplösa fall, den som säger det har slutat att tro på människan.

BERÄTTAT FÖR **GERD ERIKSSON**
FOTO AV **MAGNUS SANDBERG**

HUVUDSTAN

457
SIDOR

är Hans-Gunnar Axbergers bok *Statsministermordet* som kommer ut 17 februari. I motsats till många andra böcker om mordet på Olof Palme den 28 februari 1986, har han inte sökt svaret på frågan om vem som mördade Olof Palme.

I bokens tolv kapitel, efterord och kommentarer, letar han i stället – som en del av vår nutidshistoria – efter orsaken till polisutredningens totala haveri.

Stockholm litterärt välskyltat i trettio år

SKYLTLAR "Det litterära Stockholm", de emaljerade skyltarna med citat från böcker som beskriver en plats, fyller 30 år. En av de första skyltar som sattes upp är Astrid Lindgrens i Tegnérlunden. Klas Östergrens skylt vid porten till huset på Hornsgatan 29 C, där den lugubra lägenheten i *Gentlemen* låg, var den 76:e i ordningen och kom upp 2015. Totalt finns 79 skyltar.

– Vi får positiv respons på skyltarna – att de är roliga, inspirerande och ett oväntat inslag i stadsbilden. Och vi kommer såklart uppmärksamma på olika sätt att det är 30-årsjubileum, säger Anna Wåglund, kanslichef på Stockholms stadsbibliotek

Det är en jury av bland annat rutinerade bibliotekarier som föreslår nya titlar och skyltar och Anna Wåglund och biträdande stadsbibliotekarien har sista ordet. Var den åttionde skylten och de därefter ska



sättas upp är inte klart än, men Anna Wåglund tror att flera av dem kommer att hamna i förorten.

Just nu pågår dessutom ett arbete med att lägga in alla litterära skyltar

i databasen Stockholmskällan, så att det går att se dem samlat digitalt, liksom var de finns för den som vill uppleva dem på plats.

GERD ERIKSSON

"Nästan alla nyord tillhör de öppna ordklasserna substantiv, verb och adjektiv. Nyheter i stängda ordklasser som pronomen är ytterst sällsynta."

Anders Svensson, chefredaktör Språktidningen. 78,2 % av orden på nyordlistorna från 1986 till 2021 är substantiv. Av de 1 750 orden är cirka hälften engelska låneord.

Korta samtal, lite streaming

DIGITALT 2021 ökade antalet mobil-samtal i Sverige med nästan tio procent.

De kortaste samtalen talades i Stockholm, de var i genomsnitt 3,84 minuter långa. I genomsnitt talar stockholmarna 316 minuter per månad i mobiltelefon.

Förra året ökade streamingen med

nästan fyrtio procent. I Stockholms kommun, på nionde plats på topp-listan, streamas det nästan 4,5 timmar varje dag, mest serier och filmer. 76 procent av det streamade materialet är filmer, 3 procent är dokumentärer.

– Det har lanserats fler streaming-tjänster den här perioden. Det kan även vara så att hushållen lägger till fler enheter för ett utökat användande inom familjen, säger Hanna Idstam, TV- och mediechef Telenor Sverige.

Den åldersgrupp som mobilsurfar mest är inte oväntat åldern 18-30 år, de står för nästan en tredjedel av mobilsurfandet. I åldersgruppen sjuttio plus ökade mobilsurfandet förra året med nästan fem procent.

ULF STOLT



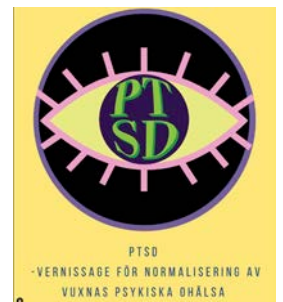
SHUTTERSTOCK

Konst om psykisk ohälsa

UTSTÄLLNING Konststudenterna Siri Herrgård och Moa Jurell vill bryta tabun kring vuxnas psykiska ohälsa. De vill att de som har erfarenhet av psykisk ohälsa ska få känna gemenskap genom att ta del av kreatörers verk.

– Vernissagen ska kännas som ett öppet, varmt rum där människor kan känna igen sig i kreatörernas relation till psykisk ohälsa.

"PTSD; Pandemi-Trauma & SjälvDistans" föddes ur egen erfarenhet av psykisk ohälsa och när de såg att fler i deras närhet började må dåligt under pandemin. Vernissagen består av fyra huvudteman: social ångest, machokultur, ideal och hemmet/

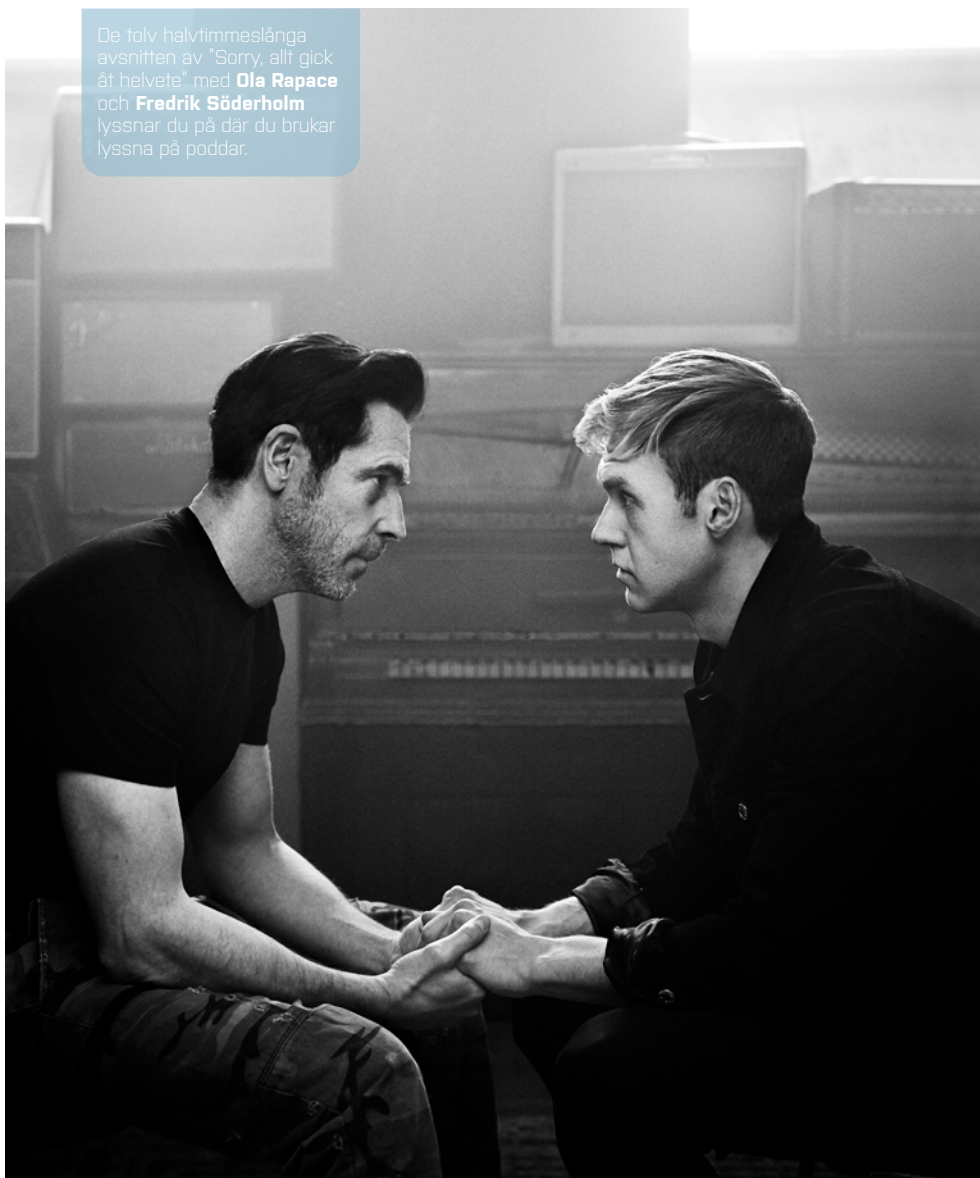


trauma som trettio kreatörer är med och tolkar, bland dem Atilla Yoldas och Marcus Berggren.

FOTNOT: Kristinehovs Malmgård 25 februari klockan 17.00

MI MALMBORG

De tolv halvtimmeslånga avsnitten av "Sorry, allt gick åt helvete" med **Ola Rapace** och **Fredrik Söderholm** lyssnar du på där du brukar lyssna på poddar.



PRESSBILD

En berörande podd om beroende

PODCAST | "Sorry, allt gick åt helvete" får vi följa Fredrik Söderholm och Ola Rapace när de, närgånget och osentimentalt, försöker ta reda på varför deras liv "är så uppfuckade".

Fredrik Söderholm hade nått botten, något måste göras.

– Jag var helt desperat. Det var mycket utanför podden också – jag gick i terapi, läste böcker, ägnade mig åt självstudier. Den blev nåt slags outlet för att reflektera kring alla insikter och

upptäckter jag gjorde under året.

Som han beskriver som "det mest smärtsamma, sorgliga, intressanta, jobbiga, meningsfulla och viktiga året i mitt liv".

Han och Ola Rapace kompletterar varandra, diskuterar och reflekterar i sökandet efter förklaringar bakom beteenden och beroenden som följt dem båda genom livet.

– Ola känns ärlig, jag känner mig helt fri med honom, vågar visa allt mörkt och dysfunktio-

nellt för honom. Han dömer inte.

Fredrik Söderholm har aldrig tidigare fått sådan respons på någonting han gjort.

– Jag har sparat lite highlights på min story – jag har kanske fått 200 DM:s från människor: "nu har jag skrivit brev till min mamma", "nu ska jag gå i terapi". "jag spelade upp det här för min gymnasieklass", "jag har använt det på min socionomutbildning", det har varit helt otrolig.

ULF STOLT

475

kronor, plus hela barnbidraget, behöver föräldrar i Stockholms län spara varje månad i 20 år till sina barn för att de ska ha råd med kontantinsatsen till en genomsnittlig 30 kvadrats lägenhet. Föräldrar i Östersunds län behöver bara spara 625 kronor per månad.

179

7566

är den genomsnittliga studieskulden i Solna, den kommun i Sverige med högst studieskulder. Efter Solna kommer Stockholm och Uppsala, på femte plats Sundbyberg. Lägst studieskulder har man i Filipstad och Perstorp. Förra året hamnade 5,1 procent av studielåntagarna hos Kronofogden, en minskning för sjätte året i rad.

"Man själv, kompisar eller en förälder som använder alkohol eller droger."

Hundratusentals besöker av olika anledningar Drugsmart varje år.



Slakthusgatan 10.31-11.11

En man i balaklava som nästan halkar, en metallicgrön långtradare som växlar ner, konst av Post It-lappar i några fönster, pågående fakturering och en kompressor som ser ut som en miniubåt. Utmed Slakthusgatan skulle underhållsarbetet varit klart redan förra sommaren. TEXT **ULF STOLT** FOTO **MAGNUS SANDBERG**

DET KOMMER EN man med balaklava, men inga handskar mot kylan, och bär på tre sopsäckar. Han halkar till precis bakom en parkerad bil som av framskärmen att döma står i väntan på hantering i en av skadeverkstäderna runt hörnet. Mannen med balaklavan rätar upp sitt ekipage och undviker att ramla och en man i tunn jacka kliver samtidigt ur bilen med den tilltryckta skärmen och går snabbt runt hörnet ner mot verkstaden.

På parkeringen mellan husen mot Rökerigatan, en man som snabbt lastar in grå kartonger i bakluckan på en kombi.

Det står en blå elfördelningscentral,



nummer ZFSF 63, med dels några svarta kablar under den som ringlar bort i snövalLEN intill, samt ett gult perforerat rör som går åt andra hållet och försvinner in under huset.

Hela kvarteret på ena sidan av gatan, mellan Charkmästargatan och nästan hela vägen bort till Rökerigatan, har ett metallstängsel runt sig.

Det sitter en skylt en bit upp på väggen som visar att området kameraövervakas.

NEDFÖR DEN VINKLADE rampen på byggföretaget mittemot kommer en kvinna med håret i hästsvans under mössan som drar på någonting på

en vagn som ser ut som en svart miniubåt ungefär. Hennes manliga kollega vänder och backar upp bilen så den kommer med flaket så nära slutet av rampen som möjligt. Det är dock ingen miniubåt, utan en kraftig kompressor.

– Det är tryckluft i den här, man använder den till att blåsa rent grejer med.

De ska använda just den här kompressorn till att blåsa ur ett filter "som kärvar och krånglar lite".

Utanför elgrossisten står två bilar från samma firma parkerade bakom varandra. En av bilarna är tom. I den andra sitter en man och röker med

rutan nedvevad några centimeter. I sätet intill står hans dator uppfälld, faktureringsprogrammet uppe. Telefonen på högtalare.

– Så jag ska bara ta med materialet fram till nu, även att vi kommer använda allt och det redan är hämtat?

En översnöad vit och lila väggfast stol vid dörren till nummer åtta, på andra sidan dörren fyra gröna brevlådor av plast.

En bit bort, på andra sidan några parkerade bilar på de förhyrda platserna utmed fasade, står en elscoter parkerad bredvid en lastkaj i trä som ligger precis intill en hissdörr som vetter direkt ut mot gatan.

PÅ ETT STAKET, en grön vepa med texten: "Här pågår rivnings- och ombyggnadsarbete för nya Slakthusområdet. Klart sommaren 2021".

På en vit fasad ordet slakthuset skrivet med stora gemener som täcker hela väggytan. Galler för fönstren.

En ung kvinna i vit dunkappa kommer snabbt gående bortifrån Styckmästargatan. I två fönster i huset bakom henne Post-It-lappkonst föreställande en pac man-mun med öppet gap samt i fönstret intill en formation liknande pixlade trianglar.

En långtradare med metallicgrön lack växlar ner precis i höjd med Charkmästargatan. 🚚



Det krävs en by



Maria Hagström

Det var då självaste fan att en ska behöva vara så självständig hela tiden. Känka och slita och tänka och bära. Svetteas och svära. Att det anses bra, att det är mot självständighet en ska sträva. Med stort självförtroende och förhoppningsvis en vettig självkänsla. Jag kan själv.

Visst innebär det en frihet, att inte vara beroende. Visst är det sjukt tillfredställande att själv kunna fixa. Men är det nödvändigt när det finns andra? It takes a village...

Jag är självständig. Det är så vi brukar kalla oss, vi som har skaffat barn på egen hand. Vi är inte ensamma, vi är bara själva. Men vi är ganska många. Det bor fem stycken på min gata. Ännu fler i min stadsdel. Det verkar vara ovanligt hög koncentration av oss i Hägersten, kvinnor som har tänkt "bättre själv än aldrig". Eller "bättre själv än att vänta" eller kanske i vissa fall "bättre själv än med en idiot".

Det är en fin "community" vi har i byn. Vi stöttar vid sömnbrist, negativa gravtest och kräksjuka. Vi ger tips om pulkor och jämför barnens höstblåsor. Vattnar blommor, lånar saker, ärver plagg. Promenerar i snöslask och sommarsol. Bjuder på en fika eller på vår ofullkomlig-

het. För mycket skärmtid, för ofta halvfabrikat, för många genvägar. Men mycket kärlek.

SEDAN JAG FICK min son har jag fått lära mig att be om hjälp, svälja känslan av att vara till last. Ibland fastnar frågan i halsen, men om jag hostar upp den så brukar det gå bra. Folk gillar att vara behövda. Och jag behöver barnvakt ibland, jag behöver någon som hämtar stolen jag köpt, jag behöver människor som hjälper mig ombord på tåget.

"Det var då självaste fan att en ska behöva vara så självständig hela tiden."

Det är ett jävla jobb att få ombord barn, barnvagn, resväska, ryggsäck och sig själv. Senast skulle min mamma hjälpa mig. Tåget stannar en kort stund i Övik och mamma var rädd att hon inte skulle hinna av och då tvingas åka till Kramfors. Man kan ju ha bättre saker för sig.

Hon fick skynda sig när visslan tjöt. Men det gick fint. Hon skulle inte hamna i Kramfors och jag fick hjälp av en resenär att boka in vagnhelvetet i det obeprigligt tajta bagageutrymmet.

Det bankade på dörren. Bankade igen.

Där ute stod mamma stressad och pekade på den stora ryggsäcken som vi hade glömt kvar på hennes rygg. Helvetel! Där i fanns allt jag behövde för att överleva resan med min 16-månaders grabb. Plus dator, plus plånbok, plus viktigt.

I nästa sekund börjar tåget rulla. Jag ropar "nej nej nej!" och mamma springer efter. Tåget stannade inte. Men det gick ju ändå. En resenär erbjöd sig att handla mat, en annan gav bort blöjor och klämmisar, vi fick låna barnböcker och någon kom med en klase vindruvor.

DET VAR SÅ fint. Det var i stil med tågresan vi gjorde när min son hade flera tändar på gång och jag gick fram och tillbaka med honom i famnen

och spred ut skriken över tåget. Jag hoppades att han skulle somna. Det gjorde han inte. Men tillslut gjorde han det. Precis då ropade de ut i högtalarna att barnvagnen i vagn 2 måste flyttas till en plats som inte fanns och då var gråten nära. Några äldre kvinnor såg det och sa: sitt! De kändes som en superhjältepatrull där de for fram i tåget och kontaktade tågpersonal, kånkade barnvagn, plockade upp matrester från golvet och hämtade kaffe.

Folk kan vara så fina. Varför är det då så jobbigt att be om hjälp? Varför sträva efter att vara så självständig? När det krävs en by. ☺



Sedan 2012 har organisationen Tilia varit ett stöd för unga människor när livet gör ont och när samhället och vuxenvärlden sviker. Drivkraften har också varit att minska skammen och framtida konsekvenser. Och att göra det utifrån ungas villkor och önskan. Louise Aronsson är verksamhetsledare. För ett antal år sedan var hon en av dem som sökte stöd hos Tilia. **TEXT MARIA HAGSTRÖM FOTO MALIN NERBY**

TIO ÅR MED TILIA

Det fanns ett glapp i samhället, där unga ville ha stöd men inte var tillräckligt sjuka för att få hjälp av vården. Det behövdes ett slags "mellanting" att få stöd hos, bli lyssnad på och tagen på allvar, ett komplement.

Det skulle Tilia vara. Organisationen har nu funnits i tio år.

– Tilias kärnvärden är fortfarande desamma. Medmänskligt stöd och att använda kraften i att lyssna. Lyssna på vad individen säger i stället för att gå in på lösningar. Och utgå ifrån vad unga önskar och behöver, säger verksamhetsledaren Louise Aronsson.

I dag har Tilia omkring 1 500 medlemmar och årligen sker 2 700 konversationer i deras chatt, som är öppen varje kväll året runt. De flesta som söker sig dit är mellan 16 och 24 år, men Tilia vänder sig till alla upp till 30.

– Det är väldigt olika vad de kontaktar oss för, men mycket handlar om ångest, oro, låg självkänsla, stress och ensamhet. Det behöver inte vara en sjukdom eller diagnos, det kan vara en klump i magen och ett behov av att prata om det.

Vilka orsakerna är bakom den psykiska ohälsan är svårt att svara på – de är lika många som det finns unga med besvär. Men det finns ofta en gemensam nämnare, att samhället och vuxenvärlden sviker.

– Många upplever att vuxna inte är tillräckligt närvarande i deras liv, där de behöver ventilera och prata.

För ett antal år sedan var Louise Aronsson

själv en av dem som sökte stöd hos Tilia.

– Jag hade mycket världsoro.

Hon säger att hon var ett typiskt "mellanting", som inte fick vård eller behandling men som hade behov av annat stöd.

NÄR SAMHÄLLET SVIKER SÖKER UNGA DET DESTRUKTIVA. MÅNGA KAN UPPLEVA ETT UTANFÖRSKAP.

– Hos Tilia var jag med i en självkänslagrupp. Jag kände mig mindre ensam i mina känslor och tankar, fick verktyg och började må bättre.

TILIAS VERKSAMHET FORMAS helt efter vad unga själva uppger att de har för behov. Något som har efterfrågats i alla år är psykisk hälsa på skolschemat.

– Den kunskapen får man inte, men den är nödvändig. Kunskap ger dem makt över sin situation. Tilia driver frågan och det går

framåt. Det är nu fler aktörer och organisationer med, vi blir en större kraft tillsammans. Men inom politiken är det inte en prioriterad fråga. Det är stor brist på förebyggande åtgärder över lag inom politiken.

Utan förebyggande arbete och rätt stöd kan konsekvenserna bli stora i framtiden.

– När samhället sviker söker unga det destruktiva. Många kan uppleva ett utanförskap. Det kan leda till att i det långa loppet utveckla en psykisk sjukdom, ett missbruk, inte få jobb, hamna utanför samhället eller i hemlöshet, säger hon och tillägger:

– Men det behöver inte vara "worst-case" eller vara just det som samhället ser som destruktivt. Det kan också handla om att det leder till att pressa sig för hårt i skolan.

NÅGOT SOM TILIAS grundare Annso Blixt ville när hon startade organisationen, förutom att skapa det komplement unga efterfrågade, var att minska skammen kring psykisk ohälsa.

Nu tio år senare kan Louise Aronsson se en förändring.

– Verkligen. Det pratas mer om psykisk ohälsa och stereotyper har minskat. Där får man ge kredd till den unga generationen som har pratat om det och delat med sig av egna erfarenheter på sociala medier. Men det finns fortfarande fördomar kvar. 📍

LOUISE ARONSSON GÖR: Verksamhetsledare för Tilia. Samhällsvetare och har tidigare arbetat inom socialpsykiatri och hos den nationella samordnaren på området psykisk hälsa. **AKTUELLT:** Tila fyller tio år i år.

MED EGNA ORD

KORT SAGT & POESI

- Sluta glo på Facebook! Skaffa riktiga vänner i stället!

DAGGE

- Fråga till de som säger att du ska jobba hemifrån – hur ska de hemlösa göra då?

DAGGE UNDRAR

- Glöm inte bort att det finns ben i kroppen som nog är till för att vi ska röra på oss!

DAGGOPARDEN

Snart vår

- Vad skönt att våren snart e här då slipper jag se folk stressade. Men nu har människor jag ser lugnat ner sig väldigt mycket. Pulsen var så hög bara några veckor tillbaka. Jag tror inte jag e ensam att tycka som jag gör. Hoppas också att Corona inte drabbar allt för många det räcker nu och tur vi fick vaccin det räddar många från sjukdom. Vi får fortsätta hålla avstånd plus munskydd.

LENA FREIJ

Hopplöst

- Man har förhoppningar inför ett helt nytt år, med trehundra sextiofem nya dagar. Dagar som man kan välja själv att göra någonting bra och vettigt av. Man hoppas att det nya året ska bli något helt annorlunda. Man känner det liksom i kroppen, en fantastisk känsla. Men säg den lycka, om man nu kan kalla det för det. Den varade bara till nyårsdagen.

Ibland önskar jag att jag var en annan person, fast i en annan skepnad. Kanske ett spöke? Kanske en björn, som går i ide på vintern? Då vinner man ju sex månader som man bara sover bort, så man slipper i alla fall några månaders elände. Vakna upp lagom till sommaren igen, det hade varit någonting...

MAGDALENA 407



Prinsesstårten

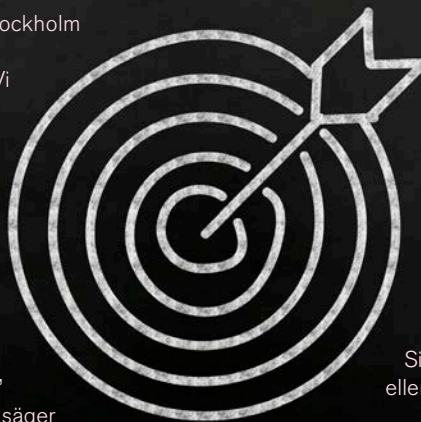
- Jag kom gående från Situation Sthlm, Torkel Knutssonsgatan mot Kärrtorp, nästan framme vid Skärmarbrink. Nöden har ingen lag, jag går in en bit in i skogen. Till min förvåning, framför mig på en sten står en prinsesstårta i en bunke. Jag tänkte – är det här verkligheten? Tårten var intakt, det såg jag på datummärkningen. Jag tog tårten och satte mig på bänken och åt upp den, när månen tittade på från kvällshimlen.

Tidigare under dagen sålde jag två Situation Sthlm-tidningar så tårten blev en extra belöning. Så den här dagen blev en stor överraskning.

TORBJÖRN SUNDIN

Gissa rätt namn

- I går när jag åkte från Stockholm till Uppsala så satt jag och pratade med en ung kille. Vi satt bredvid varandra på tåget. Vi pratade om allt möjligt. Jag sa att jag skulle till släktingar i Uppsala och han skulle träffa en kompis. Då vi var i Knivsta så skulle vi gissa vad vi hette. Jag började och sa att jag tror du heter Kristoffer? "Ja jag heter Kristoffer, det är sant" säger han. "Va, är det sant", säger



jag? "Jajamensan", säger han. "Okej vad tror du jag heter då?" "Jag tror du heter Lena". Jag sken upp och sa "ja, jag heter Lena". Verkligen otroligt att vi gissade rätt för det finns ju så många namn. Ja ibland prickar man mitt i prick. Jag sa att jag skulle skriva en liten text om det här och bad honom läsa nästa nummer av Situation Sthlm. Rätt otroligt eller hur.

LENA FREIJ



Flicka med flätor

● Det kom en flicka med gyllene flätor,
– Åh så vacker du är, man vill nästa känna, sa jag.
– Det kan du gott göra, sa flickan,
Och jag trasslade mina fingrar genom flätorna, det kändes som nylonnören eller plastband. Hon hade elfenbensvit hy och stora sminkade ögon, en japanskas blekhet, kort vit kappa och en röd resväska.
Hon log och sa:
– Vilket solsen ni har härnere, jag kommer från Luleå, jag. Och hon gjorde min dag verklig.

LO



ISTOCKPHOTO

En hundring kort

● 20 december, hemlös humor.
Vi samlades i ett rivningshus söder om stan, där vi sovit och hållit till ett tag nu. Anton hade tagit sin tredje dos vaccin i dag och låg och kved av ledvärken tills han utmattat äntligen lyckades somna. Nille och Annso gick någon halvtimme senare, nykära, antar dom ville kramas i fred. Kicko, Milla och Torgny försvann senare ut i natten. Kanske skulle dom samla burk och tobak eller bara njuta frihet, fullmåne och frisk luft. Vad vet jag. Kvar satt jag och Hacke i ljuset av värmeljus och samtalande om ditt och datt. Helt

sonika hamnade vi i ett samtal om självmordstankar.
Först tänkte jag skjuta skallen av mig, men det hade blivit så jobbigt för städerskan, sen tänkte jag hoppa framför tåget men hade inte hjärta att ge lokföraren en traumatisk upplevelse.
Funderade på att svälja massa piller men va fan då kan man ju misslyckas.
Så jag kom på den briljanta iden att tända eld på mig själv och hoppa från en bro, men jag hade inte en hundring till bensin sa Hacke. Sen skrattade vi så tårarna rann, jag och Hacke!

TESS

UTSTÄLLNING

AVTRYCKAREN

150 ÅR AV POLISFOTOGRAFI

"En av de mest ambitiösa kulturhistoriska fotoutställningarna på senare år"
Dagens Nyheter



Polismuseet

polismuseet.se   

Piksenkivet

Kvinnofridslinjen är en stödtelefon för dig som är utsatt för hot, våld eller sexuella övergrepp.

Ingen fråga är för liten



 **020-50 50 50**
Kvinnofridslinjen

VILL DU VETA MER? BESÖK GÄRNA KVINNOFRIDSLINJEN.SE

Kvinnofridslinjen drivs av Nationellt centrum för kvinnofrid vid Uppsala universitet och Akademiska sjukhuset på uppdrag av regeringen.

**EXKLUSIV INTERVJU MED
GABOR MATÉ, DOKTOR OCH
INTERNATIONELL AUKTORITET INOM**

BERO

ENDE

OM BETYDELSEN AV ATT BEHÖVA FÖRSTÅ DET
KÄNSLÖMÄSSIGA TRAUMA SOM LIGGER
BAKOM BEROENDET. TEXT: ULF STOLT

GABOR MATÉ

- Hans definition av beroende är: "Ett upprepat beteende, orsakat av olika substanser eller ej, som en person upplever sig tvingad att fortsätta med, trots den starkt negativa påverkan beteendet har på personens liv eller på närstående människors liv".

- När han jobbade på The Portland Hotel Society i Vancouver brydde han sig aldrig om att kontrollera svaren på urinprover: "Det handlade inte om att kontrollera människors beteende utan om att öka deras livskvalitet".

- Sitt shoppingberoende – köp av klassisk musik på CD – har han under "hyfsad kontroll". Hans andre beroende är arbete: "Jag kämpar med det hela tiden, det är bara att titta på min almanacka så ser man hur det går med det...".

Vancouver, Kanada, 5 januari 2022, 09.03, lokal tid.

Klockan är några minuter över avtalad tid när Gabor Maté blir synlig på skärmen från hemmakontoret i huset i en förort till Vancouver, via en Zoom-länk.

Han har redan varit uppe en stund och kallar det därför inte tidig morgon utan enbart morgon. I koppen han har vid sidan av sin dator och dricker ur ibland är det ört-te.

Det är i det här kontoret – "det är ett tag sen jag jobbade som praktiserande läkare" – han skriver sina böcker. Fyra hittills, i september i år kommer den femte. Och emellanåt sänder han samtal med sin dotter Hannah Maté på Instagram härifrån, där de svarar på frågor eller bara föreläser om något ämne – beroende, stress, barn, trauma, rehabilitering – som han skrivit om.

En brits bakom honom till höger för kreativa vilostunder, en mindre bokhylla, några tavlor på väggarna, ett grått draperi.

Citatet på omslaget i det här numret – och lite av mottot för hela det här temanumret om beroende – är "Ask not why the addiction, ask why the pain". Uttrycket är taget från en mening mitt på sidan 34 i Gabor Matés bok *In the Realm of Hungry Ghosts* från 2008, vilket fritt översatt blir ungefär "I de hungrande vålnadernas rike".

Han skrev den boken – och myntade uttrycket – efter att ha jobbat i tolv år som chefsläkare på The Portland Hotel Society, en lågröskelverksamhet i centrala Vancouver med stöd, vård och boende för missbru-

”Det handlar inte bara om beroende, många andra mänskliga beteenden drivs av omedvetna krafter och man måste fråga sig varifrån de kommer. De kommer ur lidande, smärta.

kande, psykiskt sjuka hemlösa människor.

– Men själva konceptet av den tankegång- en växte fram över tid, ju mer jag började titta på varför människor betedde sig och agerade som de gjorde.

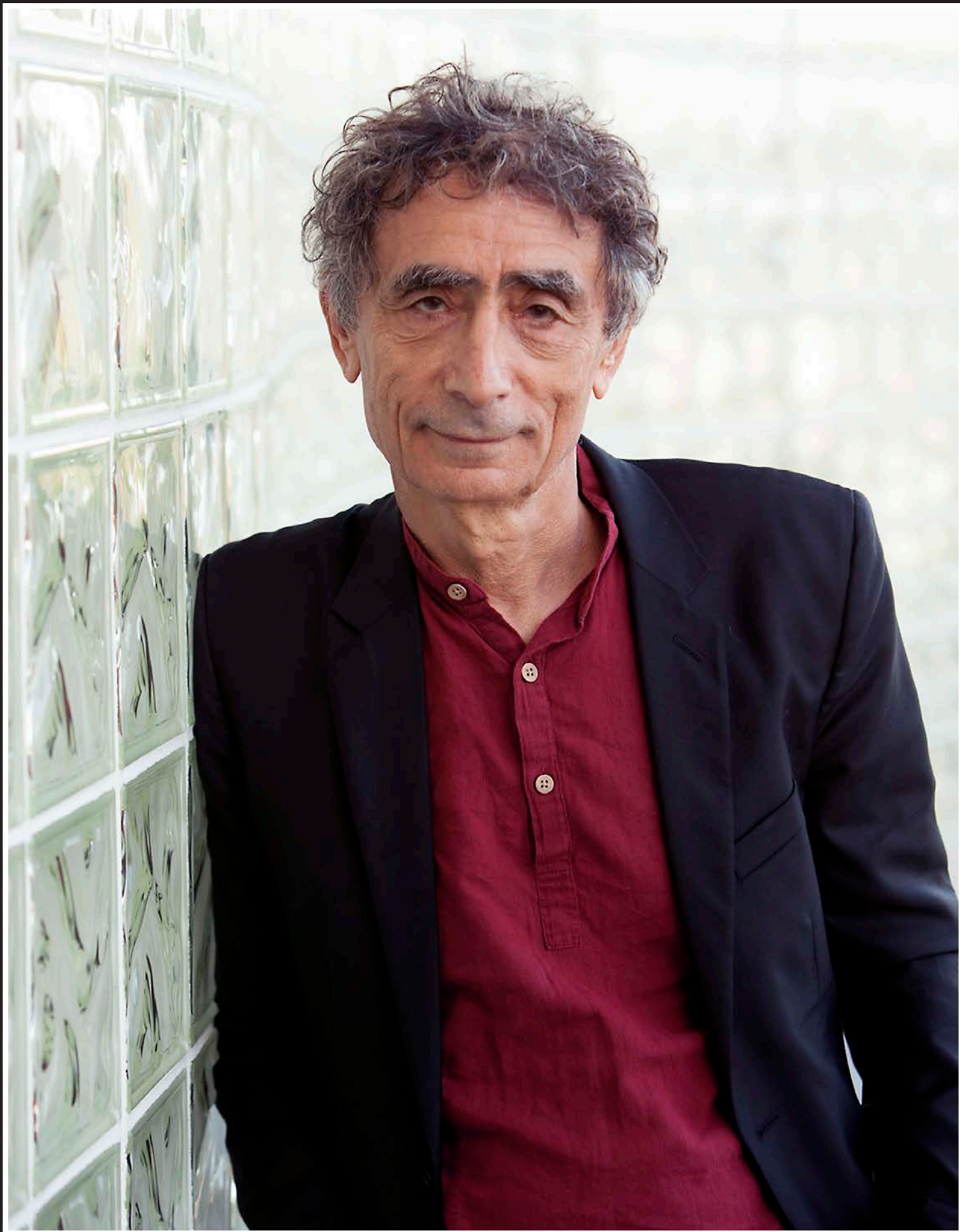
– Det handlar inte bara om beroende, många andra mänskliga beteenden drivs av omedvetna krafter och man måste fråga sig varifrån de kommer. De kommer ur lidande, smärta. Att det finns en relation mellan sjukdom – psykiska besvär, fysiska besvär – och beroende som bottnar i just smärta och lidande, är nåt som gradvis växte fram i mitt medvetande när jag jobbade som läkare. Men när jag jobbade där blev det liksom tydligt, kristallklart.

I boken *In the Realm of Hungry Ghosts* utforskar Gabor Maté roten och orsaken till varför ett beroende uppstår och får fäste i en människa, ett så starkt fäste att det kan

ödelägga tillvaron för någon, men att det ändå inte är tillräckligt för att sluta.

Han finner – och underbygger sin argumentation i boken med att citera en mängd kvalificerad internationell neurologisk forskning – att roten till beroende är att en person utsatts för ett trauma i tidig ålder, spädbarnsåldern, som känslomässigt inte kan hanteras, vilket påverkar hjärnans utveckling. Framför allt hur dopamin, enkelt uttryckt kroppens egen vällustkemikalie, och endorfin, kroppens naturliga morfin, därmed balanseras fel.

– När ett trauma inträffar utvecklas inte de här delarna i hjärnan – de personernas hjärnor blir, utan att de vet om det, desperat sökande efter dopamin och endorfin. När de hittar det i en drog känner de sig normala, för första gången i livet. Nu känner de allt de borde känt som spädbarn, ►►



” ***Om insikten och
förståelsen fanns för att
trauma är den huvud-
sakliga bakomliggande
orsaken till beroende,
om det var det rådande
synsättet inom beroende-
vården, så skulle vi kunna
hjälpa oerhört många
flera.***

► **Gabor Maté anlitas ofta för att tala på seminarier, blir intervjuad inför sittande publik, föreläser, håller i utbildningar och kurser, sänder på instagram. Förra året kom en dokumentärfilm om honom och hans arbete, *The Wisdom of Trauma*.**



GENIUS NETWORK ANNUAL EVENT WITH JOE POLISH



HOW TO ACADEMY



ACE-AWARE SCOTLAND



THE TIM FERRISS SHOW



TED X



CANLIO.COM

men inte fick – för att de saknade kärlek och samhörighet, den vitala känslan av att vara levande.

– Det är därför insikten om trauma är viktig. Inte bara för att det skadar människor så att de tvingas fly från smärtan det orsakat senare i livet, utan för att det påverkar en hälsosam utveckling av hjärnan. Sen anklagar man och beskyller människor för att vara avvikande, för hur de beter sig, när deras hjärnor inte fick möjligheten att utvecklas som den behövde utvecklas när de var små barn.

Mycket av dagens beroendevård är byggd kring, och inriktad på, att man ska hantera beteendet som kommer av beroendet, effekten av det. Inte orsaken till det, traumat bakom.

– Om insikten och förståelsen fanns för att trauma är den huvudsakliga bakomliggande orsaken till beroende, om det var det rådande synsättet inom beroendevården, så skulle vi kunna hjälpa oerhört många flera.

Ett problem Gabor Maté ser är att många läkare som jobbar medicinskt med beroendevård inte är utbildade och kunniga om trauma.

– De ser på allting som en sjukdom. Och allmänheten ser ofta på beroende som ett dåligt, personligt val som människor gjort med sina liv – som om det var ett fritt val. Du träffar aldrig en missbrukare som berättar att de vaknade en morgon och tänkte att ”jag ska bli missbrukare, det är mitt mål med livet”.

DET FINNS EN hel del likheter mellan Vancouver och Stockholm. Det bor cirka 2,4 miljoner i storkommunen Vancouver, en blandad befolkning med skiftande etniskt ursprung, det politiska styret inte så olikt vårt, kultur, klimat, religion och värderingar avviker inte särskilt mycket. Antalet hemlösa cirka 3 500 personer.

Gabor Maté tar några klunkar ur koppen, ställer den vid sidan av sin dator. Det plingar aningen envist i hans inkorg, så han säger ”sorry about that” och stänger ner sitt mailprogram.

Han berättar att det blir fel när man ser på beroende som att det finns ett fritt val.

– Det är konceptet med den kristna synden, att människan är syndig. Det är intressant att den gamla hebreiska betydelsen av ordet synd inte är nåt dåligt du gör, utan att begå ett misstag, inte nå det uppsatta målet. Men kristendomen gör synd till ett moraliskt misslyckande, nån sorts uppror mot en helig regel. Men egentligen handlar betydelsen av ordet synd om att begå ett misstag.

– Vilket är väldigt mänskligt. Särskilt som det inte sker medvetet. Och beroenden har inte sitt ursprung i medvetna val, de har sitt ursprung i omedvetna behov.

Gabor Maté utvecklar sitt resonemang om medvetna och omedvetna val och behov, fördjupar sin förklaring om trauma och hjärnan och hur dopamin och endorfin påverkas.

– Om du tittar på amfetamin, det påverkar den del i hjärnan som ökar dopaminet.

Dopamin är en viktig kemikalie i hjärnan, utan den kan vi inte leva, då känner vi ingen motivation, ingen glädje, ingen livsvilja, ingen vitalitet. Men frågan är – varför förlorar människor den livsviljan, glädjen, motivationen, vitaliteten? Så att de måste använda amfetamin för att bygga upp sin dopamin-nivå.

Det är därför, menar han, man måste se på människors liv – vad är det som fått dem att känna sig så döda inuti att de måste ta en drog för att tillfälligt höja sitt dopamin?

– Så den stora frågan är ju – vad säger det om vårt samhälle, där människor känner sig så döda inombords att de behöver manipulera sitt dopamin? Det är egentligen inte ett personligt problem utan ett samhällsproblem.

Beroendet blir också till en svårslöslig ekvation, då den drog som dövar smärtan efter traumat och samtidigt ödelägger personens liv, också är det som tillhandahåller alla de positiva känslor som saknas – det som traumat ställde sig i vägen för.

– Exakt. Dopaminet och kroppens naturliga morfin, endorfin, finns redan i oss. Endorfinet ger oss lycka och glädje, lindrar smärta. Endorfin möjliggör också kärleken och samhörigheten mellan förälder och barn. Om det inte vore för endorfin så skulle det inte skapas en koppling, en samhörighet mellan barn och förälder. Och utan den skulle barnet dö. Det visar hur viktigt endorfin är.

Han förklarar att den mänskliga hjärnan är ett socialt organ. ►►►



PRESBILD

– Den utvecklas socialt, dess kemi och fysiologi, dess nervsystem och hur det fungerar utvecklas i ett socialt sammanhang. Och det absolut viktigaste i det sociala sammanhanget är barnets känslomässiga relation med sin vårdnadshavare, oftast föräldrarna.

– Om du kommer att växa upp med tillräckliga nivåer av endorfin och dopamin i hjärnan beror på din relation med vårdande, intonade och tillgängliga vårdnadshavare.

I sin kommande bok *The Myth of Normal*, skriven tillsammans med sin son Daniel Maté, tittar han bland annat på den ökande psykiska ohälsan i världen, på stress och vad som gör att så många är sjuka, både fysiskt och psykiskt.

– Om du har ett beroende och lyckas bli av med beroendet ett tag, och sen återfaller. Om jag skulle fråga dig vad det var som utlöste det skulle du säga att det var nåt stressande som inträffade. Så beroendets kanske främsta syfte i en människa är att lindra stress – för hur hjärnan hanterar stress har att göra med hur ditt liv var tidigare, hur hjärnan lärde sig att hantera stress i unga år.

Han berättar om forskning som gjorts i laboratorium med försöksdjur, där de avskilt nyfödda från modern så de inte fått någon omvårdnad. När de sedan vuxit upp har de saknat förmågan att hantera stress.

– När hjärnans funktioner för att hantera stress inte utvecklas som de ska tvingas

” När vi inte förstår bakgrunden till människors beteenden har vi en tendens att ge dem skulden. Och som politiker kan du alltid få medhåll och röster på att vara tuff mot svaga grupper och brottslighet.

man bli beroende av utomstående faktorer för att reglera stressen.

GABOR MATÉ HÖJER lite förvånat på ögonbrynen när jag berättar att det är olagligt att vara påverkad av narkotika i Sverige, att du vid misstanke kan tvingas till provtagning, att du inte får inneha droger för eget bruk och om de skyhöga dödstaten för narkotikarelaterad dödlighet. Och att den svenska narkotikapolitikens uttalade målsättning är att skapa ett narkotikafritt samhälle.

– Att vilja ha ett drogfritt samhälle – jag är helt för idén som sådan – skulle kräva att man skapade ett samhälle med enbart glada människor som inte känner någon smärta, inte är ensamma, inte stressade, inte sjuka, och som lever aktiva, passionerade,

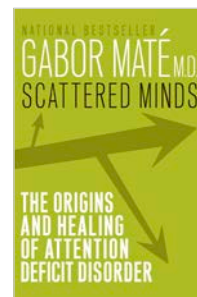
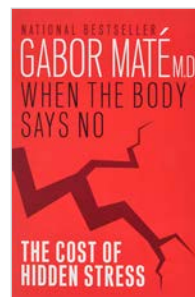
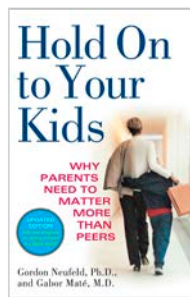
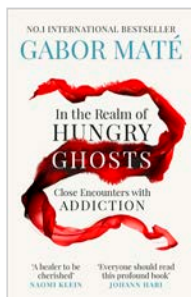
meningsfulla liv.

Han ler lite ironiskt och fortsätter:

– Men vi kommer inte ta oss dit genom förbud och hård lagstiftning och moraliska och legala gränsdragningar. Vi måste se på vårt samhälle och vårt sätt att leva och fråga oss vad det är som hindrar människor från allt detta, varför så många människor känner smärta och behöver dämpa den smärtan med sitt beroende. Visst, vi kan tala om ouppnåeliga mål, men hur ser verkligheten ut. Låt oss börja där.

Tillgång och efterfrågan, det är den enkla principen – vare sig man gillar det eller ej – som reglerar behovet av droger i ett samhälle. Och att så länge det växer upp barn som utsätts för trauman som de senare i livet tvingas hantera för att kunna leva, så

► Hans böcker har översatts till 28 språk, dock inte till svenska – men till både norska och danska. Han tyckte det var intressant att tänka om det kunde ha med den restriktiva narkotikapolitik Sverige har, i jämförelse med Danmark och Norge.



"Gabor Matés kopplingar mellan det personliga och det globala, mellan det själsliga och det medicinska, mellan det psykologiska och det politiska, är vågade, intelligenta och djupt moraliska. Den här boken kom i helt rätt tid".

Naomi Klein, författare av bland andra *Chockdoktrinen* och *No logo*.

kommer det finns en efterfrågan.

– Jag är inte emot att ett samhälle verkligen försöker hjälpa, stödja och stötta sina medborgare, men kulturellt, socialt, känslomässigt och privat lider människor. Och hur öppen är dialogen i samhället kring detta?

– Vi lever i den här illusionen att vi kan kontrollera människor, vi litar inte på deras egna process, deras egna väg framåt. Vi förstår inte deras beteende och gillar det inte, så vi vill försöka att kontrollera det, att försöka påverka människors beteenden utan att förstå orsakerna bakom.

Han berättar att han en gång ombads medverka i en hearing i den Kanadensiska senaten om straff och narkotikapolitik.

– Jag berättade allt jag vet om trauma och beroende, om alla internationella studier som påvisar att längre och hårdare straff inte har någon verkan på droganvändningen. Men politikerna brydde sig inte. Till slut sa jag: "Ok, i egenskap av läkare vill ni att jag

ska praktisera det som är evidensbaserat, hur vore det om ni politiker gjorde samma sak".

Jag berättar att socialminister Lena Hallengren (s) har varit tydlig med att hon inte är intresserad av att delar av den svenska narkotikapolitiken utvärderas i kommande utredningar. Och att frågan om en harm reduction-åtgärd som injektionsrum knappt ens är talbar i Sverige.

– Politiker vill bli omvalda. Och människor har en inneboende längtan att känna sig bättre än andra, att ha en grupp i samhället de kan se ner på för att känna sig bättre eller mer lyckade själva. Och då är det lätt att man ser ner på missbrukare – de är inte som oss, vi är bättre, de är sämre.

– Dessutom – när vi inte förstår bakgrunden till människors beteenden har vi en tendens att ge dem skulden. Och som politiker kan du alltid få medhåll och röster på att vara tuff mot svaga grupper och brottslighet.

Gabor Maté är övertygad om att psykisk ohälsa, stress och beroende bara kommer att fortsätta öka, globalt sett.

– Vi vet en sak rörande det – det handlar inte om genetik. För gener förändras inte på fem, tio, tjugo, femtio år. Så att det ökar i den takt det gör internationellt sett måste handla om påverkan i närmiljön. Och det som påverkar i närmiljön är stress.

– Stress har inte bara en psykisk påverkan på hjärnan, den påverkar också en person fysiskt. Det har att göra med hormoner,

blodtillförsel, nerver – det påverkar hela organismen. Stress har en fundamental påverkan på människors liv.

– Det finns en stark koppling mellan sjukdom och stress – både fysisk och psykisk sjukdom och beroende. Och vi ser som sagt alltmer psykisk ohälsa, alltmer beroende.

Ensamhet är ett annat stort hot mot folkhälsan.

– Människor behöver sammanhang. Och ju mer du tar bort sammanhanget från människan, desto mer stress skapas. Och desto mer psykisk ohälsa skapas. Eftersom människor är sociala varelser i behov av andra människor, så är vår fysiologi omöjlig att separera från våra känslor. Ensamhet är en lika stor riskfaktor hälsomässigt som högt blodtryck, rökning eller fetma.

En utveckling han ser är att samhällets sociala system blir alltmer ansträngt, ju fler sjuka desto fler riskerar att inte få någon hjälp. Och därmed hamna utanför. I princip det vi ser hända i dag, men i större skala.

– Jag är ganska säker på att de människor som faller igenom systemet är människor med våra trauman från tidigare.

– Människor som är hemlösa eller har ett svårt beroende är människor som blev svårt traumatiserade i sin barndom och samhället förstår inte det. Så politiska system har ingenting med detta att göra, det är på en djupare nivå, handlar om en annan dynamik i människors tillvaro. Och det måste man som samhälle tala om, gör man inte det kan man inte komma tillrätta med det. ☹

OM GABOR MATÉ

FÖDD: 6 januari 1944 i Budapest, två månader innan tyskarna ockuperade Ungern.

GÖR: Läkare, författare, föredragshållare. Internationell auktoritet inom beroende.

FAKTA: Hans bok *In the Realm of Hungry Ghost* presenterade ett helt nytt sätt att se på trauma och beroende. Boken tilldelades Hubert Evans Prize.

Gabor Maté tilldelades 2018 Order of Canada – landets högsta civila utmärkelse. Samt fått Civic Merit Award av staden Vancouver, för sitt viktiga och banbrytande arbete med trauma och beroende.

MED EGNA ORD

Mörkret utanför

● I går åkte jag med min brorson till hans fina hus. Kim som hans tjej heter, dom har två barn tillsammans, Jack och Jolene. Sen har min brorson två barn till med en annan kvinna och Kim har också ett barn med en annan då dom träffades. Men dom äldre flickorna bor inte hemma. En bor i Stockholm precis som jag och den andra tjejen har en lägenhet hon också här i Uppsala. Hon fixade mina ögonfransar, färgade dom. Jag blev jättenöjd. Det är bara Jack som bor hemma. Det är ett mysigt hus, verkligen ombonat här.

Nu när jag tittar ut genom fönstret är det verkligen mörkt. Kanske det går nåt rådjur utanför, man vet aldrig. Med tanke på att deras hus ligger långt ut på landet och då skulle det kunna springa några vilda djur utanför. Vem vet? Det är tyst i huset, Jack, Jocke och Kim sover alla tre medan jag försöker komma på något att skriva. Snart börjar det ljusna utanför, hoppas vi får en solig dag. Då skulle jag verkligen bli glad. Tänk om jag verkligen kunde skriva och rimma men tyvärr känns det svårt nu.

Om nån timme så åker jag tillbaka till Stockholm igen. Det är ju där jag har mitt hem. Funderar på att byta till en etta i stället för min tvåa. Den är lite stor nu sedan jag blev änka. Jag ska åka till Katarina Kyrka med en blomma, där min man ligger i minneslundan men jag känner hans närhet ändå. Vi hade 30 fina år tillsammans. Jag saknar honom så.

LENA FREIJ

**FÖLJ OSS PÅ
INSTAGRAM**

@situationsthlm

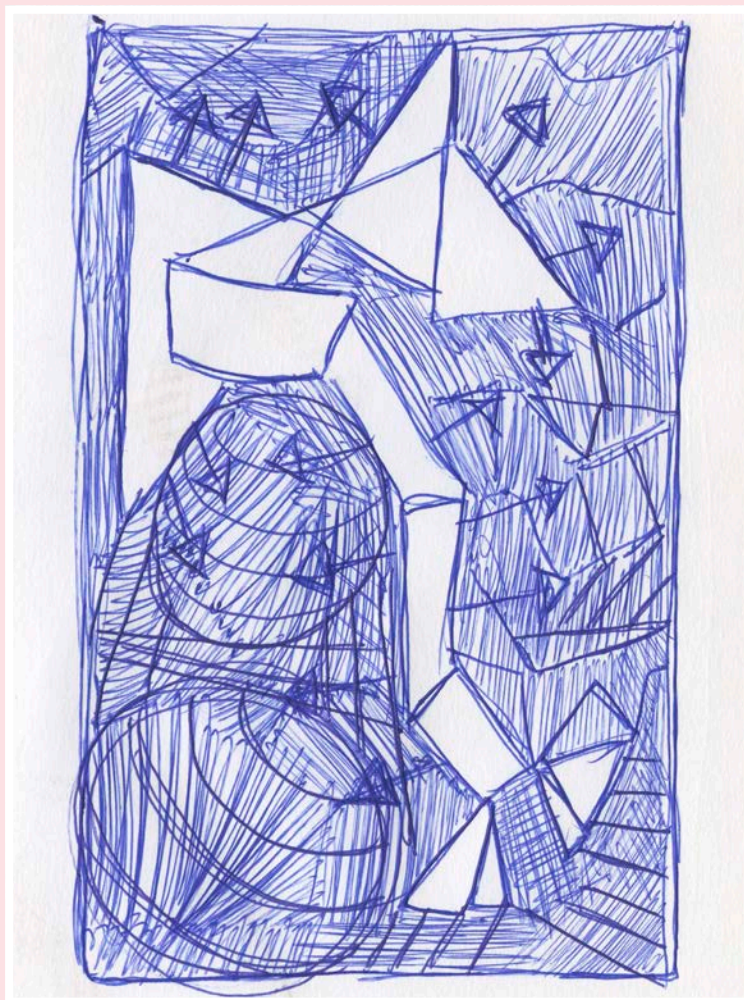


ILLUSTRATION: LO

Tjuverier

● Hur många tror att det går att sno och snatta hur som helst utan att det blir någon konsekvens? Till exempel om du snor el för att ladda din egna bil från en parkeringsapparat så kanske säkringen går och kanske det är samma säkring som går till ditt garage.

Hur kul är det dårå?

Det gäller att inte falla för frestelsen men ibland så blir det fel, det är något som de flesta gör men det är dumt att sätta i system nu när folk springer runt med ansiktsmasker och rånar och snor så snart kanske ficktjuven snor sin egen plånbok?!

Var god, krångla inte till det mera.

DAGGE

Östersjön

● Östersjöns glittrande vatten slipar stenarna mjuka. När isen lagt sig tillrätta blir det skarvar mellan flaken, som ett buckligt lapptäcke draget längs stranden. Den viner och knakar klagande i en vit sannsaga

LO



Vintern

● Vintern har tagit ett grepp över Stockholm. Med stränga minusgrader och iskall kyla.

I Sameland bland samer och renar, vargarna med stor oro yla.

Timglasets sand börjar sakta rinna mot botten.

Livets hjärta om allt går illa, kan stanna.

Det blöder från människans ångestpanna.

Liemannen kommer snart med den slutgiltiga döden.

Varenda individ har sina öden.

Men fortfarande anar man kärlek på den ljusblå himmelen.

TORBJÖRN SUNDIN



ÅRETS SÄLJARE

När företagen prisar sina säljare för fantastiska resultat och överträffade mål är det röda mattor, konfettikanoner och högljudda applåder i en fullsatt konferenslokal. Men de största framgångarna prisas inte alls, de som sker på trottoaren, utanför tunnelbanenedgången eller i ett gathörn du passerar. Det är där Situation Sthlms tidningssäljare kämpar varje dag för att skapa sig en väg bort från hemlöshet, utsatthet och missbruk. Därför förtjänar Roger och alla andra 200 säljare utmärkelsen Årets Säljare.

Köp Situation Sthlm av någon av dem i dag.

SITUATION
S T H L M





Över sextio av Situation Sthlms säljare har svarat på en unik enkät om beroende. De flesta har erfarenhet av eget beroende av alkohol eller narkotika. Så gott som alla har sökt hjälp. Bemötandet har då varit allt från "kanon" till "skit". Vissa upplever att de inte tas på allvar. I enkäten berättar de vad de skulle behöva eller vad som fick dem att bli drogfria. Och fyra säljare – Anette, Rainer, Hans och Mia – berättar mer om deras beroende och möten med vården. TEXT **MARIA HAGSTRÖM** FOTO **JOHAN OLSSON**

BEROENDE



Anette Wahlström har varit i kontakt med beroendevård och institutioner sedan barnsben. Livet igenom, mer eller mindre.

– Jag har förlorat allt som jag inte har haft.

Föräldrarna missbrukade alkohol och hon själv hamnade på ungdomsvårdsskola när hon var 14 år.

– Man får en ryggsäck som föräldrarna ska fylla. Min ryggsäck var tom och den har varit tom hela tiden. Det har gjort att jag har misslyckats också. Jag är så ledsen för det.

När hon var 19 år skrevs hon ut från ungdomsvårdsskolan av "åldersskäl". Och sedan:

– Jag har gjort hela jävla kittet, säger hon.

– Hade jag inte haft den grundfysiken som jag har så hade jag varit död för länge sen. Jag är en fighter, jag har varit med länge.

Hon sitter vid ett bord i Situation Sthlms distribution och fyller i beroendeenkäten. Uppgivna och frustrerade rader i bläck, ibland skriver hon utanför när det inte får plats. "Vi får inte det vi behöver för att klara detta, något är fel."

Över sextio av Situation Sthlm-säljare har fyllt i enkäten. 74 procent av dem har angivit att de har eller har haft ett beroende.

Så gott som alla har sökt hjälp. En del är i dag drogfria, andra inte.

Anette Wahlström är besviken på hur vården fungerat. Hon säger också att det fanns en tid då hon själv inte var mogen, men att hon inte velat "hålla på så här". Hon har en ADHD-diagnos, som hon beskriver som kraftig och som förvärrar situationen.

Men allt har inte varit dåligt.

– Nej, jag har mött snälla och trevliga människor som velat mycket men som inte kunnat. I början fanns det mycket oerfarenhet, de visste inte vad de skulle göra. Men det har utvecklats, tyvärr på många sätt åt fel håll. Det känns som att man inte är värd nånting, att de inte lyssnar på mig.

Hon har gått på "teamet" i två omgångar, det vill säga LARO-behandling med metadon mot heroinberoende.

– Jag hade metadon en gång tidigare. Då tände jag av själv från det och var ren i åtta månader. Alla, eller nästan alla, har återfall. Även jag, efter att jag hade blivit våldtagen.

Hon berättar att hon gjorde en polisanmälan och pekade ut mannen på bild, men att inget hände.

– Det blev tyst. Jag fick inget stöd. Jag har



◀ Anette Wahlström upplever sig både ha blivit bra och dåligt bemött av beroendevården. Men mest är hon besviken på hur den har fungerat och hon känner sig inte lyssnad på.

"MAN FÅR EN RYGGSÄCK SOM FÖRÄLDRARNA SKA FYLLA. MIN RYGGSÄCK VAR TOM OCH DEN HAR VARIT TOM HELA TIDEN. DET HAR GJORT ATT JAG HAR MISSLYCKATS OCKSÅ. JAG ÄR SÅ LEDSEN FÖR DET." Anette Wahlström

pratat sönder mina kompisar, gråtit och mått så fruktansvärt dåligt av det. Det har förstört allting, allt bara rasade, säger hon och pausar.

– Nu har jag gråten ordentligt innanför ögonen. Det fanns en tid då jag inte kunde prata om allt det här.

Har du fått hjälp från vården med annat än medicin?

– Jag har fått nån pratgubbe som inte visste vad han skulle göra.

Hon letar i väskan för att visa en grej, men avbryter sig för att det värker så mycket i kroppen.

– Jag har kraftig värk på grund av min trasiga kropp. Metadon hjälper inte mig mot det. Jag borde få gå till en smärtklinik, men jag får bara gå till teamet.

Hon upplever att det beror på att hon är "missbrukare".

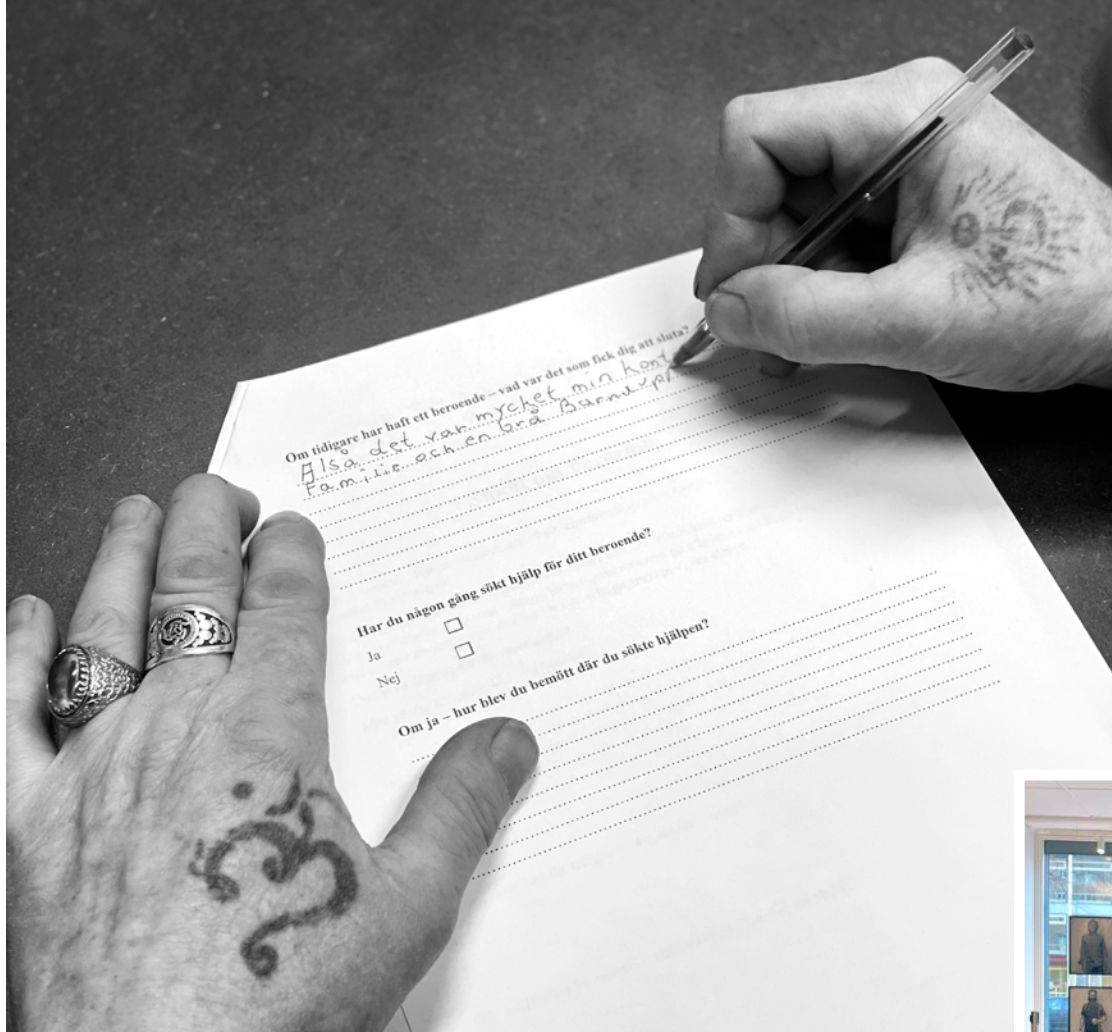
– När jag inte får det jag behöver så händer det att jag tar en tablett för att lugna värken. Då kan de dra in metadonet på grund av sidomissbruk. Det är en medicin som jag verkligen behöver och då får köpa svart i stället. Man tappar gnistan.

Men helt borta är den inte.

– De har misslyckats med mig, men det finns ju andra.

Hon berättar att hon skulle vilja använda sin erfarenhet till att förhindra att ungdomar ska behöva gå igenom samma som hon har gjort.

– Det händer så mycket hemiska saker i familjer. Man ska reagera när klockan ringer.



▼ Rainer Urmann har gjort en rejäl resa genom åren, både geografiskt och i sitt beroende. I dag går han på Maria beroendemottagning och tycker att han har fått det stöd som han behöver.



KLOCKAN HAR RINGT många gånger för Situation Sthlms säljare. I barndomen, ungdomen eller vuxenlivet.

Ibland har de fått rätt hjälp, andra gånger inte.

De som tidigare har haft ett beroende och i enkäten fått frågan om vad det var som fick dem att sluta, anger bland annat "tankar om mig familj", "hälsotillståndet", "blev gravid", "KBT-behandling" "slog i botten", "antabus och samtal", "jag ville leva och inte dö".

En säljare skriver:

"Självbevarelsesdriften. Jag hade mycket mörka tankar, ångest, panikattacker och depressioner. Men det gick när jag bestämde mig. Det tog några år."

Flera anger att medicinering med metadon har hjälpt dem, mot heroin och för att överleva, men någon påpekar att det nu är ett livslångt beroende av metadon.

En säljare som injicerat amfetamin i 25 år menar att tidningsförsäljningen "gav en öppning mot ickeknarkande". Att det bidrog till en mognadsprocess, med rutiner och tider.

"Jag har bett till Gud i många år om att få sluta knarka, men så fort knarket var slut köpte jag nytt. Helt plötsligt synkroniserades känsla och intellekt och jag blev rädd

för att bli skadad. Jag har knarkat bort i princip allt. Min familj, mitt yrkesliv, mina vänner. Umgicks i princip bara med knarklangare innan jag började sälja tidningen. Tidningen har genom kunderna bidragit till min frihet, gett kärlek och hopp."

RAINER URMANN HAR en lång beroenderesa, från 70-talet med hasch och LSD, vidare till

"JAG BEHÖVER FÅ MER STÖD FRÅN SOCIALTJÄNSTEN, OCH FÅ FÖRTROENDE NÄR JAG SÄGER ATT JAG VERKLIGEN ÄR SERIÖS MED ATT JAG VILL SLUTA OCH INTE BLI MISSTRODD HELA TIDEN." Anonym

Indien där opium och de tyngre drogerna kom in i bilden. I Italien gick han med i "en viss organisation" och sålde hasch och heroin. Då var han 25 år. I Aten träffade han sin fru och sålde piller. Skulle sedan till Indien igen men blev tagen i Frankfurt med heroin i bagaget.

För att fatta det kort.

– Jag arbetade i fängelset och det gav mig skjutsen tillbaka till att arbeta också sen. Drogerna minskade och minskade och jag fick hjälp på metadonprogrammet eftersom jag hade ett sug efter opiater.

Han säger att han inte begått ett brott på 20 år, att han är helt grön i Stockholm.

– Jag går på en beroendemottagning ►►

► **Mia Nyqvist möttes tidigare med en "ta sig i kragen-attityd", beroendetsjukdomen sågs mer som ett dåligt karaktärsdrag. När hon till slut fick en lång vistelse på ett behandlingshem vände det.**

och har fått det stöd jag behöver där. Jag tycker att bemötandet har varit väldigt bra. Så var det inte för min fru. Hon tillhörde en annan metadoninstitution. Jag har hört många som är rädda för att bli av med metadonet om de säger för mycket där. Så länge min fru hade jobb fick hon bra vård. Men hon förlorade jobbet efter 25 år för att hon inte längre kunde fungera där. Då visste vi inte att hon hade alzheimer. Sen började hon dricka lite. Då trodde de på hennes metadoninstitution att hon hade blåst dem, att hon alltid hade druckit.

Rainer Urmanns fru gick bort i somras av en lunginflammation. De sista två åren bodde hon på ett hem för personer med alzheimer.

– Jag tror inte att min fru fick metadonlivet ut, jag tror att de stoppade det. De sa inget till mig. Vi var gifta i 38 år.

I ENKÄTEN STÄLLS frågan "Om du har ett beroende – vad skulle hjälpa dig att sluta?". I svaren nämns bland annat fast bostad, sysselsättning, samtal, LARO-behandling, men också: "vet ej, gjort allt" eller "inget, vill knarka just nu".

En skriver:

"Jag behöver få mer stöd från socialtjänst, och få förtroende när jag säger att jag verkligen är seriös med att jag vill sluta och inte misstro en hela tiden."

Några lyfter den psykiska hälsan, hjälp mot trauma och önskan om en fullständig psykiatrisk utredning med vård därefter.

Hans Persson fick till slut det han behövde för att sluta, efter 35 års användning av



"DET VAR ATT KASTA PENGAR I SJÖN, JAG VAR INTE MOTIVERAD. DET TROR JAG BEROR PÅ ATT JAG VAR SÅ INNE I MITT MISSBRUK, JAG KUNDE INTE TÄNKA I ANDRA BANOR."

Mia Nyqvist

amfetamin. Han hade tidigare bland annat fått tvångsvård och varit på behandlingshem.

– Jag hade blivit lovad lägenhet när jag kom hem. I stället fick jag natthärbärge och "visa framfötterna". Det funkade inte, säger han och fortsätter:

– Det är så olika hur man blir bemött. Mycket beror på okunnighet, att de inte vet

orsaken till missbruk.

Doktor Gabor Maté, som är intervjuad tidigare i det här numret, säger "Ask not why the addiction, ask why the pain". Hans Persson håller med.

– Jag har blivit så jävla illa behandlad av farsan, fick så mycket stryk. Jag var tvungen att ringa hem ibland för att se om han var full. På så sätt började jag hänga ute, jag

► När Hans Perssons sambo dog eskalerade hans missbruk. Men det var också tanken på samban, att hedra henne, som sen ledde till ett slut på 35 års användning av amfetamin.



MARIA HANSTRÖM

"JAG KONFRONTERAS MED NARKOTIKAN NÄSTAN VARJE DAG, DÅ SER JAG ATT JAG INTE VILL TILLBAKA DIT. JAG VILL INTE BÖRJA OM." Hans Persson

ville inte gå hem.

När hans sambo Jenny dog av ett hjärtfel 2019 eskalerade hans missbruk.

– Vi hade fått en lägenhet i Sättra och börjat packa. Två dagar innan vi skulle flytta dog hon. Då tappade jag fotfästet helt och hållet.

Det var först ett och ett halvt år senare som vändningen kom, när han blev inlagd på grund av covid-19.

– Under tiden jag låg där ringde jag socialen och bad dem att skicka mig nånstans efteråt. Jag kände att jag inte orkade mer. Jag är gammal nu, jag ville ta till vara på tiden som är kvar och göra nåt vettigt av den. Men också för att hedra Jenny, för hon ville att jag skulle sluta.

Han fick komma till Kurön, ett behandlingshem som drivs av Frälsningsarmén. Där stannade han i tre månader.

– Det hjälpte. Jag trivdes där, jag fick "bara vara". Sen kom jag hem och då har det inte varit några problem. Jag fick först bo på ett stödboende och sen en lägenhet via Frälsningsarmén. Situation Sthlm har hjälpt till mycket också och jag träffar människor. Jag konfronteras med narkotikan nästan varje dag, då ser jag att jag inte vill tillbaka dit. Jag vill inte börja om.

HUR SITUATION STHLM-SÄLJARNA upplever sig blivit bemötta när det sökt hjälp är varierande.

Det är allt från "kanon" till "skit". Ungefär hälften tycker att bemötandet varit bra, andra hälften dåligt. Vissa anger att det har varit olika från team till team.

Så här skriver några av dem:

"Det är blandade känslor då jag varit på mycket behandlingar i tidig ålder, men bara frivilligt en gång, vilket var den som var bra."

"Personalen på avgiftning är fantastiska".

"De har riktlinjer och värdegrund som gick före mitt behov av hjälp."

"Faktiskt med förståelse, då grunden för mitt drickande beror på PTSD."

"Stor skillnad. När jag var liten och i tonåren fick jag ingen hjälp alls nästan. Blev bemött fruktansvärt på BUP. Hamnade i den klassiska flickfällan – borderline. Fast det var adhd. Så jag har blivit skitdåligt behandlad."

"Det var jättefint och jag är fortfarande under kontroll som kallas eftervård."

"Eftersom jag inte verkar vara så dålig som jag är så nonchalerar man mig. Man söker inte hjälp om man inte behöver."

Mia Nyqvist tycker att hon oftast har bemötts med en "ta dig i kragen-attityd" och

med hot om att dra in hennes ersättning eller att hon inte ska få något boende. Hon upplever att beroendet snarare setts som ett dåligt karaktärsdrag än som en sjukdom.

– Men det är klassificerat som en sjukdom. Det har de inte alltid förstått.

Vilka är "de"?

– Det är väl mest socialtjänsten. Men det är ju hela samhället, hela kakan runtom en.

Hon säger att hon har "beroendegenen", att hennes pappa var periodare.

– Jag var också verbalt mobbad i skolan. Från början tror jag att jag dödade min dåliga självkänsla med alkohol.

Vad har du fått för hjälp?

– Dels skulle jag gå på nåt där det ritades upp pyramider och allt möjligt, om konsekvenstänk. Hela den grejen är jättebra, men då måste man ha kommit längre i sin bearbetning av sitt beroende. Jag bara tänkte på när vi skulle vara klara så jag kunde gå till Systembolaget. Det var att kasta pengar i sjön, jag var inte motiverad. Det tror jag beror på att jag var så inne i mitt missbruk, jag kunde inte tänka i andra banor.

Vad hade du behövt i stället?

– Det jag fick till slut: en längre vistelse på sex månader på Kurön. Mycket tack vare min makes envishet. Då gav det effekt, för då kom jag ifrån det här akuta beroendet. Jag tänkte först ta båten därifrån men jag sköt upp det en dag i taget, så nån del i mig var motiverad ändå. Jag hann börja tänka igenom vad jag ville med mitt liv. Min intelligens pratade förstånd med min missbrukarmentalitet.

Hon påpekar att det också behövs hjälp när man kommer tillbaka till verkligheten.

– Jag gick på samtal en gång i veckan och fick aktivitetsstöd för att jobba på ett krukmakeri. Det är sex-sju år sen nu. Jag är fortfarande nykter, det är jag stolt över. ☺

FAKTA OM ENKÄTEN

- 62 säljare har fyllt i enkäten.
- Medelåldern är 55 år. Den yngsta är 26 år, den äldsta 83.
- 81 procent är män.
- 74 procent anger att de har, eller har haft, ett beroende.
- Av dem har nio av tio sökt hjälp för sitt beroende.
- Ungefär hälften upplever att de har blivit bra bemötta inom vården.

MATS WAHL

För ett drygt år sedan kom författaren Mats Wahls bok *Medicinnan*. För första gången skriver han om hur han och en grupp vänner, kallad Självmordspatrullen i boken, under några år på sextioalet



injicerar preludin och morfin, äter meskalinkaktus och provar LSD och röker gräs och hasch. I baksidestexten står: "Jag letade ständigt på hyllorna i gatans apotek. Vilken sjukdom som skulle botas och vilken smärta som skulle lindras visste jag inte".

– Suiciden hängde hela tiden och flåsade oss i nacken, men vi visste inte det, förstod inte det. Och vi pratade aldrig om det. Ingen av oss var rädd, trots att vi visste att det kunde gå illa, vilket det gjorde för några av oss. Ingen av oss förstod nånting om sorg och förtvivlan, att det skett nåt tidigare i våra liv som drev oss samman. Vi trodde att vi valde detta.

Det tog några år innan boken fann sin form. Men att skriva om upplevelserna hade Mats Wahl haft i tankarna länge.

– När jag 2009 mötte en gammal bekant som berättade att en person från mitt tidigare umgänge – hon ingick i Självmordspatrullen – tagit sitt liv, beslutade jag mig för att börja skriva om det.

En del av berättelsen börjar på en terapisoffa, en annan kursiv del av berättelsen börjar på ett apotek på Södermalm med en plåtask och tio kanyler. Just nu skriver Mats Wahl på en fortsättning på *Medicinnan*, under arbetsnamnet *Upprepningen*.

– Där ska jag försöka fånga vad det var som hände, det här vi levde ut. Där är upprepningen en nyckel – att vi alla upprepade nåt. Eftersom jag inte är kliniker så använder jag inte ordet trauma, utan jag talar om känslomässiga sår. Och vilka känslomässiga sår är det de här människorna är ute efter att hantera? Och hur ska det gå till, om man inte ens begriper att man har känslomässiga sår...

”Känslan av olycka är vad det ytterst handlar om. I dag betar vi oss som om det är preparatet eller substansen det handlar om.”

Medicinnan är den av mina texter som varit svårast att skriva. Den har också tagit längre tid än någonting annat. Periodvis har jag tvivlat på min förmåga att fullfölja. Motsättningarna och motsägelsefullheten i min berättelse har varit överväldigande. Min metod, om den ska kallas så, har varit att lita till det svekfulla minnet. Från psykoanalysen har jag hämtat den associativa processen. Berättelsen har fått slippa den raka kronologins tvångströja. Metoden har svagheter men bjuder också på sådant som förlämnar den styrka.

En fras i min text har bekymrat mig dithän att jag funderat på att ta bort den. Jag säger att jag inte är säker på att jag orkat leva utan mitt nioåriga medicinering med gräs och haschisch. Den utsagan innebär ingenting annat än vad som sägs. I mitt fall tror jag att jag räddade mitt liv genom självmedicinering med olika rökverk. Det innebär inte att jag förordar att bruk av cannabis legaliseras.

Jag är införstådd med att somliga kommer att uppfatta min text som stötande. Några av dem kommer att slita fraser ur sitt sammanhang i syfte att baktala mig och texten. Jag är rädd att dylikt är oundvikligt. Narkotikapolitiken i Sverige är ett varigt sår. Misslyckandet är fasansfullt. Den som vill meddela synpunkter på den förda politiken kan komma att utsättas för påhopp, men tid för förändring har kommit och

påhopp förändrar ingenting. Förändring är på väg. Nu gäller det att skapa en välunderbyggd och hållfast politik. Politikens syfte bör vara att minska känslor av olycka i samhället, skapa fungerande stöd för människor i svåra livslägen och behandlingsmöjligheter för de som vill ha sådana.

JAG TROR ATT vi lever i början av de antidepressiva medicinernas århundrade. På samma sätt som människor med legal medicinförskrivning inte bör förföljas av polis bör inte heller de olyckliga som medicinerar med illegala preparat utsättas för lagstiftarens brutalitet. Polisen ska ägna all sin kraft åt att ta fast de som profiterar på andras olycka, langarna. Folk som vill ha hjälp med sin självmedicinering ska erbjudas sådan utan risk att hamna i register och få polisen efter sig. Vi vet för lite för att kunna legalisera bruk och försäljning av marijuana, men vi bör inte låta polisen förfölja folk med fem gram i fickan, särskilt inte när det är fråga om barn. Barn behöver hjälp, men inte hjälp med att utveckla en falsk identitet som "knarkare."

För att få stil på narkotikapolitiken bör ett och annat inledningsvis uträttas.

I pressen talas om "knark" och "knarkare". Med "knark" menas därvid allt från marijuana och MDMA till morfin, heroin eller annat som kan vara omedelbart dödande. Att ta livet av sig med marijuana



är inte lätt, om det ens är möjligt. Hög på gräs kan man, som när man druckit alkohol eller haft en sömnlös natt, göra felbedömningar. Man kan dock knappast "röka ihjäl sig." Den som injicerar opiater kan genom en liten feldosering avlida. Samtalet om narkotika och självmedicinering är svårt att föra så länge att stort antal substanser buntas ihop som om de skulle likna varandra. Likheten mellan substanserna ligger endast i att lagstiftaren sammanfört preparaten och gjort det straffbart att befatta sig med dem. Begreppet "knark" bör utmönstras ur samtalet.

ATT TALA OM "KNARKARE" är ett obehagligt sätt att nedvärdera en grupp olyckliga som söker hantera lätt stress, svår stress, lätt ångest, svår ångest, nedstämdhet och leda med självförskrivna men olagliga preparat. Vidden av nedvärderingen blir uppenbar om vi ber riksdagens utredningstjänst ta reda på hur många narkotikarelaterade dödsfall vi haft i Sverige sedan år 2000. Den siffra som då presenteras kommer att tydliggöra omfattningen av nedvärderingen. I Sverige har vi en stor grupp människor vars liv och överlevnadsmöjligheter av statsmakten betraktas som ovidkommande. Är man så jävla dum i huvet att man på en skitig toalett injicerar dödliga droger får man stå sitt kast, tycks vara den underliggande och grymma tankearten.

Det är dags för de styrande att sätta stopp för en narkotikapolitik som är brutal och kontraproduktiv. Ett första steg mot ett sansat och konstruktivt samtal om narkotikaklassade substanser och dessas plats i samhället är att sluta tala om "knarkare".

Ett och annat bör utredas. Djupintervjuer med cirka tvåhundra personer som självmedicinerar med injektioner kan utgöra en bra start. Ur vilka miljöer har de kommit, de som dagligen riskerar sina liv i syfte att lindra känslomässig smärta? Hur har familjesituationen sett ut? Hur har skolgången klarats av? Har det funnits somatisk eller psykisk sjukdom i familjen? Hur har kamratrelationer gestaltats? Har det funnits släktingar som medicinerat med legalt förskrivna farmaka? Har släktingar självmedicinerat med alkohol eller narkotika? Har det förekommit suicider i släkten... och så vidare. Det är mycket vi behöver veta och förstå för att kunna utforma fungerande förebyggande åtgärder och attraktiva behandlingserbjudanden.

Vi behöver utreda hur man gör på andra håll. Portugal har en befolkning som är ungefär lika stor som Sveriges. Till för tjugo år sedan hade man stor narkotikarelaterad dödlighet. Man förändrade landets narkotikapolitik och lär idag ha en betydligt mindre narkotikadödlighet. En grupp fristående och oberoende sociologer borde få i uppdrag att under ett halv-

års tid på plats studera vad som skett och sker i Portugal.

Känslan av olycka är vad det ytterst handlar om. I dag betar vi oss som om det är preparatet eller substansen det handlar om. Jag kan inte nog betona att hela frågan om legal förskrivning av psykofarmaka, illegalt hopkommen narkotika, alkohol köpt på systembolaget och alkohol som man fått fatt i på annat sätt har en gemensam underliggande drivkraft.

DET UNDERLIGGANDE OCH övergripande rör känslor. Kemisk manipulation av känslor är vad det handlar om när jag dricker en halv flaska vin, sväljer ett antidepressivt medel från apoteket, röker ett gram gräs eller skjuter i mig en heroindos.

När underliggande känslor av värdelöshet, självförakt och självhat blir styrande kan självdestruktiviteten i dess olika gestaltsformer komma att ta över och effekterna kan bli fasansfulla, oberoende av om våra för stunden lindrande preparat kommer från systembolaget, apoteket eller langaren på torget.

Ytterst är det känslorna som styr och det är med känslorna vi behöver hjälp. 📞

Texten är en förkortad version av det avslutande kapitlet Efterskrift i boken *Medicinnannen* från 2021.



HAR DU VALT A-KASSA ÄN?

Alla a-kassor har samma regler och villkor. Om man studerat på universitet eller högskola är Akademikernas a-kassa det självklara valet. Hos oss är det utbildningen som räknas, inte vilken bransch du arbetar i. Både anställda och företagare kan bli medlemmar.

Vi ger dig bästa service, hjälp med ansökan och punktliga utbetalningar om du blir arbetslös.



KLICK!



Välkommen till oss på [akademikernasakassa.se](https://www.akademikernasakassa.se)

Akademikernas a-kassa.

I GATUPLANET

80

procent av de människor som dör av narkotika har en psykiatrisk diagnos och mer än hälften har en beroendediagnos. En stor andel har därmed haft kontakt med vården. Enligt Socialstyrelsen är närmare hälften av dödsfallen 2020 överdoser – 415 av 822. Totalt var det 8 procent färre personer som dog det året än året innan. Främst var det självmord bland kvinnor som minskade.

Köparnas svar på säljarnas tack-sms för Swish-köpet

"Tack för att du ger mig möjligheten att köpa din tidning. Ser redan fram emot nästa nummer eftersom du då bidrar med lite text."

"Vi ska tipsa fler om tidningen."

"Vilken tur jag hade som mötte dig på den nästan tomma tunnelbanan dagen innan julafton. Nu sitter jag på tåget hem till familjen och har intressant läsning som ger resan ett lyft."

"Vilken gripande historia du skrivit."

Svar förmedlas till respektive säljare.

ORD FRÅN GATAN

"Men det var första gången som jag dog."

Allan Johansson i juninumret, #166. Om nionde gången på 16 månader han vaknat upp på sjukhus efter en överdos.



JOHAN OLSSON

För att motverka förkylning och för att det är bra för kroppen äter **Raouia Barch** två vitlöksklyftor varje dag. Och massor av frukt. Och grönsaker. Hon brukar tipsa förkylda tidningskunder om vitlök.

Vad är bra med vitlök?

– Det är bra mot förkylning, bra för hjärtat... jag vet inte riktigt allt det påverkar i kroppen men det är bra, jag har hållit mig frisk, inte blivit förkyld, av att äta vitlök.

– Jag äter två vitlöksklyftor varje dag, tuggar dem sakta

i ungefär tio minuter och sen dricker jag mycket vatten och sväljer ner den med. Jag brukar tipsa kunder som säger att de är förkylda att de ska köpa vitlök. **Du äter mycket frukt också.**

– Ja. Jag äter apelsin, bananer, äpplen, päron, kiwi, sharonfrukt – jag köper ofta

frukt. Jag växte upp med att äta mycket frukt och grönsaker i Marocko, det är billigt där.

– Jag är inte vegetarian, jag tycker mycket om kött och fisk och kyckling och så, men jag äter mycket grönsaker, har alltid gjort.

ULF STOLT



Industriområdet Lövholmen påminner Situation Sthlms säljare Johan Parde om Berlin. Här har han både hängt och sovit. Han gillar att det inte är så städat, väcker kreativitet och är lite "utanför".

BERÄTTAT FÖR **MARIA HAGSTRÖM** FOTO **MARTINA HOLMBERG**

MIN PLATS

är vid Lövholmen brukar jag sitta och chilla och i somras sov jag här. Det låter inte så mysigt, men det var det. Ligga i en varm sovsäck och titta ut på Panasonic-skylden på andra sidan vattnet. Det är lugnare att sova ute än på ett härbärge. Men när jag låg i en park väckte polisen mig fem på morgonen och sa att man inte får campa i stan. Därför är det bättre att hålla sig lite utanför.

Jag gillar industrimiljö. Det är inte så perfekt och städat. Man får så mycket idéer när man ser såna där gamla tegelbyggnader. Det finns ju många exempel på hur de har byggts om till museum, skolor, restauranger, klubbar. Det ska bli nya bostäder på Lövholmen, men dyra bostadsrätter är väl inte det som behövs. De borde satsa på något kulturprojekt, kanske någon areal där ungdomar får måla graffitti. Eller ägna sig åt musik.

Lövholmen påminner mig om Berlin. Jag

flyttade dit för att förbättra min tyska. Jobbade på hotell, klädbutiken COS och försökte göra mig självständig som konstnär. Jag målar med oljefärg och akryl och gör konst av skräp. Samlar kapsyler, plattor till dem och gör mexikanska mönster. Här i Sverige dricker folk mest öl i burkar, så här hittar jag inte så mycket. I Berlin kunde jag samla säckvis dagligen.

Det blev mycket fest i Berlin. Ofta insläpp på Berghain på fredag, gå hem måndag morgon. Det tog över och gick utför, mest med amfetaminer. Jag har haft en relativt svår period sedan 2013.

Jag åkte hem till Sverige 2020. Jag trodde att det skulle finnas hjälp att få. Men på Beroendemottagningen sa de att en utredning om adhd eller aspergers tar ett och ett halvt år. Nu har jag trappat ner själv, men är inte helt ren än. Jag försöker sköta mig så gott det går så jag kan få en lägenhet. 📍

Samsjuklighetsutredningen tillsattes av regeringen i juni 2020 och Anders Printz – som här lämnar över utredningen till socialminister Lena Hallengren – utsågs till särskild utredare. Utredningen fick i uppdrag att föreslå hur samordnade insatser när det gäller vård, behandling och stöd kan säkerställas för barn, unga och vuxna personer med samsjuklighet.



Sjukvården föreslås ansvara för beroendevården – Professorn: "För tio år sen var motståndet större"

MÄNNISKOR SOM BÅDE har ett substansberoende och psykiatrisk diagnos hamnar inte sällan "mellan stolarna". De får inte den vård de behöver. För ett par år sedan fick ett antal fall stor medial uppmärksamhet. Särskilt reportaget om Sanne i Uppdrag Granskning, som slussades mellan olika instanser i landsting och kommun utan att någon tog huvudansvaret. Det ledde till att socialutskottet uppmanade regeringen att tillsätta en utredning av lagstiftningen.

Samsjuklighetsutredningen har nu tagit fram förslag för en bättre vård, bland annat att all behandling av skadligt bruk och beroende ska vara ett ansvar för regionernas hälso- och sjukvård. I dag är ansvaret delat mellan socialtjänst och sjukvården.

– Personer i behov av insatser hänvisas och anvisas. Man söker på



Björn Johnson

HÅKAN RÖLDER

en psykiatrisk akutmottagning och hänvisas till beroendemottagningen. Man kommer till socialtjänsten och hänvisas tillbaka till hälso- och sjukvården. Det blir ett bollande fram och tillbaka för människor i väldigt utsatta situationer, säger Anders Printz, särskild utredare, som anser att insatserna måste bedrivas under ett och samma tak.

Björn Johnson, professor i socialt arbete vid Malmö universitet, har suttit med i utredningens vetenskapliga referensgrupp. Han är positiv till förslagen.

– Som professor i socialt arbete kan jag vara orolig över att det sociala perspektivet ska tappas bort

i en sån här stor förändring, att de som har allvarliga problem inte ska få tillräckligt stöd från sociala myndigheter med till exempel boende, sysselsättning och annat socialt stöd. Men jag tycker att utredningen har hanterat de frågorna på ett positivt sätt.

Utredningen föreslår att socialtjänsten fortsätter ha ansvar för uppsökande verksamhet, sociala stödsatser och förebyggande arbete.

"Utredningen föreslår en försöksverksamhet med drogkonsumtionsrum."

Björn Johnson

BJÖRN JOHNSON PÅPEKAR att många av förslagen liknar de som fanns med i Missbruksutredningen 2011. Då hamnade de flesta förslagen i byråådan. Nu finns ett större stöd, även politiskt.

– Jag tror att Samsjuklighetsutredningen har lagt ner mer arbete på att förankra förslagen hos Sveriges regioner och kommuner. Sen tror jag att de tio år som har gått har gjort att frågan är mer mogen nu. Det är en annan tid för detta. Det var ett större motstånd då. Jag skulle tro att huvuddelen av förslagen kommer att gå igenom.

Utredningen vill se att kommuner och regioner ska ha en gemensam verksamhet där olika yrkesgrupper jobbar tillsammans med insatser till människor med särskilt stora behov. Utredningen vill också att behandling för beroende och psykiatriska

"Ju sjukare desto svårare att få vård"

LINN NYSTEDT HAR deltagit i Samsjuklighetsutredningen, både som representant från Brukarföreringen Stockholm och på grund av sina egna erfarenheter.

– Jag är 46 år och min karusell började snurra när jag var 12. Jag har åkt fram och tillbaka. Har jag varit på ett behandlingshem för narkotika så har jag åkt ut på grund av psykisk sjukdom. Har jag varit på behandling för psykisk sjukdom har jag åkt ut på grund av narkotikan. I dag är jag drogfri, men fortfarande blir jag bollad fram och tillbaka eftersom det står missbrukare i min journal. Jag har fått söka privat psykolog istället.

Hon lyfter behovet av samordnade insatser.

– Det behöver bli mycket bättre och att man lyssnar på patienten. Har man både ett beroende och psykisk sjukdom så ligger man jävligt risigt till i vården. Ju sjukare desto svårare att få vård. På Brukarföreringen möter vi personer som år efter år står på samma plats i livet.

Förslaget om ändrat huvudmannaskap tycker hon är bra.

– Ja, vissa inom socialtjänsten har knappt utbildning i beroendefrågan. Det ska vara en fråga för sjukvården. Vi tycker att Anders Printz har tagit fram bra förslag, han har gjort det här med själ och hjärta. Det behövs förändring och Brukarföreringen är försiktigt optimistisk.

MARIA HAGSTRÖM

tillstånd ska ske samordnat.

– Det är inte bara mellan socialtjänst och sjukvård som människor faller mellan stolarna, lika ofta har det handlat om att personer fallit mellan stolarna mellan beroendevård och allmänpsykiatri. Där tror jag att det kommer att behövas mycket samordning och utbildningsinsatser för att få med allmänpsykiatri på banan i alla regioner, säger Björn Johnson.

Andra förslag är bland annat ökad tillgång till personliga ombud, förstärkt brukarinflytande och att sprutbytesverksamhet blir obligatorisk i regionerna.

– Det finns också en del intressanta förslag, som riskerar att bli kontroversiella, när det gäller skadebegränsande insatser. Utredningen föreslår bland annat en försöksverksamhet med drogkonsumtionsrum, säger Björn Johnson.

Ett av förslagen är att kriminalisering av det egna bruket bör utvärderas – en fråga som socialminister Lena Hallengren (S) tidigare visat att hon inte vill ta i. Utredaren Anders Printz lyfter att Svensk förening för beroendemedicin anser att kriminalisering bör ses över och utredningen ställer sig bakom det.

Förslagen är på remiss året ut.

MARIA HAGSTRÖM

TILLÄGG

I oktober beslutade regeringen om ett tillägg till utredningen. Förslag ska även tas fram på en gemensam lagstiftning för patienter inom tvångsvården, enligt Lagen om vård av missbrukare i vissa fall (LVM) eller Lagen om psykiatrisk tvångsvård (LPT).



ISTOCKPHOTO

Patienter ger högt betyg i bemötande

"KÄNDE DU ATT du blev bemött med respekt och på ett hänsynsfullt sätt?" var en av frågorna i Beroendecentrum Stockholms enkät med patienter inom öppenvården. Bemötande var det som fick högst betyg. 94 procent av patienterna angav 5 eller 4 på en femgradig skala.



CAMILLA PETERSSON

man bemött med respekt och på ett hänsynsfullt sätt. Alla är individer med en egen unik historia. Därför erbjuder vi också

individuell hjälp utifrån patientens motivation och förutsättningar, säger brukarinflytandesamordnaren Christina Paulsrud.

Men det finns förbättringsområden. Lägst betyg får frågan "Om din närstående har velat tala med personalen om ditt tillstånd och din vård, har de då fått möjlighet till det?". 54 procent svarade att de har fått det.

Tillgängligheten kan också förbättras. 79 procent tycker att de kan komma i kontakt med mottagningen i rimlig tid. Hälften av patienterna svarade "Ja, helt och hållet".

MARIA HAGSTRÖM

"Vem som helst kan utveckla ett beroende, och detta är inget man ska skuldbeläggas för."

1 448 patienter medverkade i höstens enkät, där de besvarar åtta frågor och anger hur nöjda de är med vården och behandlingen.

– Vem som helst kan utveckla ett beroende, och detta är inget man ska skuldbeläggas för. Hos oss blir

900

personer fick under 2019 hjälp med sitt läkemedelsberoende på TUB-mottagningen och Smårteam Syd. Nu har mottagningarna stängts och ersatts av den nya mottagningen Läkemedel och hälsa på Gävlegatan 22. Där samlar Beroendecentrum Stockholm kompetensen inom läkemedelsberoende och ska erbjuda en mer individuellt anpassad behandling och hälsosamtal.

FÖRETAGSPRENUMERATION

Med en företagsprenumeration hjälper du och ditt företag till att göra Stockholm till en bättre stad för oss alla att bo i. Vill ni också företagsprenumerera på Situation Sthlm och synas med er logotyp på denna sida? Kontakta oss:

Herman Sundgren (herman@situationsthlm.se), tel: 08-545 953 94

ZBK

AL
ATRIUM LJUNGBERG

BTH BYGG

Abaton
PRODUKTION AB

Autoexperter

BYGGMÄSTAREFÖRENINGEN
BF

Acne 艾可尼

ARVET

BYGGNADS

adda
Ett företag inom SKR

AXFAST
UTVALDA LÄGEN

Capio Geriatrik

advokatfirman sallnäs

Capio Psykiatri

ADVOKATFIRMAN ÅBERG & CO

CEDERQUIST

ADVOKATBYRÅN
Thomas Bodström

BENGT
DAHLGREN

CERTE REVISION

afa
FÖRSÄKRING

bergkrantzarkitekter

Akademikerförbundet SSR

BOLIDEN

Chef.♥Mgruppen = Chefakademin

Akademikernas
a-kassa

Bonnier
Fastigheter

CHINA
TEATERN

ALLBA

BO
BY
BOTKYRKABYGGEN

DANVIKSHEM

ANDERS
BODIN
FASTIGHETER

BRANDKONTORET
Fastighetsgruppen, Fastighetsförvaltning
08-545 953 94

dina
Dina
Försäkringar

apoteket

Brunnberg &
forshed

Effekt
Konsult & Fastighetsförvaltning AB

EM
EINAR MATTSSON

ERSTA
DIAKONI

FB
FAMILJEBOSTÄDER

FF Profilreklam AB

FCG

Flinks
JÄRN

FLOWY

FOURSIDE

Fora

gibon

Gröna
Lund

Grönsakshallen
Sorunda

H2M

HAMMARBY IF

HAMMER & HANBORG

HANSA PROJEKT

Heba

Hertz

investor

STIFTELSEN OSCAR HIRSCHS MINNE

HMXW arkitekter

JÖRGENSENS RÖR AB

hiQ

HRM
Affärsutveckling
Relationer med affärsföretag

IKANO
Bostad

INDUSTRI VÄRDEN

Indutrade
Industrial Components

inplenion.

iiiriiiis
utvecklingscenter

IT-UNDERHÅLL
STOCKHOLM AB

LIBERALERNA

inResonance
Always in Tune

investor

JANKE
WIKHOLM

J
M

Kamasa-TOOLS

KOJAPO

Kommunal.

KPA

KSF
KONSUMENT
FÖRENINGEN
STOCKHOLM

kungsleden

LENNART ERICSSON
FASTIGHETER AB

LIBERALERNA



Sandart&Partners



LJUNG SJÖBERG
PROACTIVE DRUG MANAGEMENT



Stockholmshem



M Ekholms
konsulttjänst AB



MIKAs
Etabl. 1986
STOCKHOLM



VI ÄR DÅ, NU OCH SEN – OCH NU SES VI IGEN!

FREDAG 28/1: HAMMARBY – VÄSTERÅS
SÖNDAG 30/1: HAMMARBY – BOLLNÄS

FREDAG 4/2: HAMMARBY – TELLUS
TISDAG 8/2: HAMMARBY – MOTALA
(Situation Stockholm-matchen!)



SCANNA QR-KODEN
TILL HÖGER FÖR ATT
KOMMA DIREKT TILL
BIJETT FÖRSÄLJNINGEN

HAMMARBY
BANDY
VÄRLDSKLASS PÅ RIKTIGT



STOCKHOLMSKRYSSSET



Lös, skicka in och vinn

Som en liten paus i läsningen tycker vi att du nu, när du blåddrat ända hit, ska hämta en penna, lösa korsordet och skicka in det till oss.

Via vår intrikata slumpgenerator kommer sedan tre vinnare att dras bland de inskickade rätta lösningarna.

Den stolta vinnaren belönas med samlings-skivan *Ljusglimtar ur RadioSkugga* från det prisbelönta radioprogrammet RadioSkugga från 2012.

Andra och tredje pris är ett nyckelband med Situation Sthlms logga på.

Förra månadens vinnare:

Marianne Lindell, Lidingö


Nyckelband:

Karin Kleiven, Rättvik
Mikael Prenler, Borlänge

Se förra månadens lösning på sidan 30.

Stockholmskryssset är ett samarbete mellan Situation Sthlm och tidningen Kryssset, en månadstidning för alla kryssintresserade.

KRYSSSET

							DE GER SPÄNNING I VARDAGEN	GAMMALT ERICSSON-PREFIX	FALSKA	DEN KAN SITTA I MITTEN	DUSCHAR HOPPAT IN
						TIDIGT 25/12					
						ETTER					
						STÅR FÖR BHUTAN		RADIUM MYNNAR UT I ENGELSKA KANALEN			LIGGER SLÄP
						HORNET EN STAD MED MOINES					
SYMBOLISKT MÄRKE	KLOKA ORD	TITTADE	FLICKA I FILMEN FROST	ROV-FÄGEL	DEN RANDAS ÅTERKOMMANDE					SKALDEL ÄR MODERN BIL FULL AV	
FÖLJDER							DET GÅR VÄL SÖMNI-GA IN I				SNUBB-LADE
DISNEY-HUND					SEMA-FORER BOGARTS PACK						
SORLAR						VID FEL TID	GE UT I SKRIFT INTE SE KLART				
TÖRSTIG FÄGEL				MÖTES-RUM EJ SNAR				OLLON-BÄRARE AREÄNHETEN			DEN SLING-RÄR SIG FRAM
MÄNGEN PÅ ÖSEL GAV BARNET MAT			DE SES PÅ PÄLSDJUR SUGER I SIG MJÖLK						PALLAR MEN INTE STOLAR ÖVIKTIG		
					HÄRS-KARNA FÄHUND						
LÅTA SOM MÄSAR	RING		ESKIMÅ FÅ ATT TRO				TRAVARE MED BOY WÄLLEN-BERG				SÄTTS UPP PÅ SCEN
				ÖMT FIN MIN							
FÖRE EURO		SJUNGER MAN GLATT STEVENS						SPELANDE ÄR SALIGARE ÄN TA			GUDS GODHET
KALLAS USA			ÄR TVÅ IBLAND FISK MED RITSA			VISADE VÄRME GÅR DET OFTA			ÄR FÖRMÖGEN BÖJLIG TRÄRIBBA		
						KUNGS-FISKAR					NJUTA
TOG SIG ETT GLAS?				KLAGO-VISA				KYLD			

©Tankesport Foto: Bigstock

Namn:

Adress:

Postadress:

Skicka in ifyllt kryss senast 14 februari. till: Situation Sthlm Torkel Knutssongatan 37 118 49 Stockholm

SVEPET



KARL KADHAMMAR



Följ Karl Kadhammar genom tiden i en förvandlad stad

FOTO PÅ INSTAGRAM MÖTS DÅTID OCH NUTID I STOCKHOLMSBILDER FRÅN SAMMA PLATS

DE FÖRSTA BILDER Karl Kadhammar la upp på sitt Instagramkonto i *en_forvandlad_stad* var en bild från 1936, tagen i Norra Hammarbyhamnen, ett droskekipage med häst och vagn passerar, i bakgrunden Luma-fabriken. Och en bild i nutid från exakt samma plats, en ung man passerar i samma riktning på en elscoter.

– Det handlar dels om ett intresse för foto, dels ett intresse för Stockholms historia, som jag tror ändå engagerar många – de flesta som bor i stan bär nog en liten fascination över stadens historia.

Karl Kadhammar växte upp

på Artellerigatan, mitt emot hade Stockholms stadsbud ett kontor. I fönstret till kontoret hade de ett foto på Artellerigatan från 1900.

– Det var så fascinerande att se. Och jag minns när Kungsgatan fylldes 100 år 2011, då satte de upp en massa gamla fotografier längs Kungsgatan, hur den såg ut när den schaktades ut, när Kungstornen byggdes och sånt. Och sånt där är ju mind-blowing. Att se en plats från en annan tid ger perspektiv.

NU HAR INSTAGRAMKONTOT funnits ett drygt år – han startade det i december 2020 – och han har

funderat en del på dess betydelse under året som gått.

Han vill inte bara göra en jämförelse med området geografiskt – "såna konton finns redan" – utan mera fokusera på människorna i bilderna, beteendena.

Ibland är personerna på bilderna regisserade för att exakt återge, men ofta har han tagit bilder där det utspelat sig precis som ser ut som den gamla bilden. På senare tid har det även blivit några inlägg med gamla korta journalfilmer.

– Det är för att testa lite nya grepp. Och det blir nåt annat med rörlig film, med det tar också bort lite av ett magiskt skimmer, lite av romantiken i en stillbild.

KARL KADHAMMARS HUVUDSAKLIGA arkiv för de gamla bilderna är Stockholmskällan.

DET ROLIGASTE ÄR NÄR JAG FÅR TILL ATT FOLK GÖR EXAKT SAMMA SAK I BILDERNA DÅ SOM NU.

– Merparten är därifrån, en fantastisk resurs som är tillgänglig. Det finns en del andra motsvarande, typ Tekniska museet och några andra museer som gått ihop har ju också digitaliserat sina gamla bildarkiv, där finns också en del att hitta.

Karl Kadhammar tar alla bilder med telefonen. I början tänkte han använda en systemkamera, men telefonen är ett lämpligare verktyg på gatan.

– Jag är väldigt mån om att det ska vara kvalitet – exakt samma vinkel. Och i början var det ju en del av magin i det också när jag hittade den: "jävlar, precis här stod fotografen som tog den förra bilden i en helt annan tid".

– För att hitta exakt den platsen är det lättare att ha mobilen. Då kan man scrolla snabbt mellan då och nu och se att allt verkligen stämmer.

ULF STOLT

ULF STOLT

ColourByCarl

FILM På YouTube-kanalen ColourByCarl finns i nuläget 16 korta, restaurerade journalfilmer från Stockholm – från Stockholmsutställningen 1897 till kung Gustaf V:s 80-årsdag. Bilden har fått högre upplösning, konverterats till 60 frames per second, stabiliserats, kolorerats och fått ett tidstypiskt bakgrunds ljud. I filmen från Gustaf V:s 80-årsdag har ljudet också restaurerats så hans tal hörs tydligt.

Allting är gjort med AI med hjälp av olika appar och program för bildjustering, kolorering, stabilisering, rengöring av bildtyr och ljud.

Realism restorerad, som Carl själv uttrycker det.

REDAKTIONENS TIPS

Gå snart omkring i Stockholm för 100 år sedan

KONSTRUKTION Med projektet Sthlm 1925 försöker Martin Norlin återskapa en tredimensionell bild av hur staden såg ut för hundra år sedan. Han gör det genom att använda stadsbyggarspelet City Skylines och dokumenterar löpande sitt arbete i sin YouTubekanal.

Målet är att göra de centrala delarna av Stockholm – om hans äldre dator klarar det... – och att det sedan blir som en "Google-street-view-känsla" att gå omkring i Stockholm 1925.

11 episoder av arbetet finns hittills att se.

ULF STOLT

Lösning kryss #290

Se förra numrets vinnare på s.29.

	S	J	A	B	B	L	A	D	E			
	N	A	L	L	E	M	A	J	A			
	Ö	M	K	A	T							
	V	I	S	A	S	O	T	A	L			
	G	N	E	L	S	O	N					
	T	Ö	R	A	I		D	O				
	O											
	B	O	X	A	R							
	S	E	R	E	N	A	D	E	R	A	N	S
	H	E	L	G	D	A	G	A	R	Ä	I	
	T	A	G	N	A	I	N	E	N	V	I	S
	G	E	V	Ä	M	R	A	J	A	I	L	
	R	A	S	A								
	U	L	V	R	Ö	E	T					
	V	I	S	A	N	S	T	O	I	S	K	F
	E	G	E	N	A	R	T	S	T	A	T	U
	S	N	A	R	T	O	S	A	T	V	L	E

"Den förlorande sidans skiva." – Conny Nimmersjö om bob hunds kommande *Det allra näst bästa*.

"Bilderna av Husby behöver nyanseras ordentligt."

Astrid Menasanch Tobieson

TEATER Pjäsen "När Baba faller i poolen är klockan 23.47" har dramatikern Astrid Menasanch Tobieson skrivit särskilt för Kulturhuset Stadsteaterns scen i Husby. Den handlar om Miro och hans "baba". När pappan får sparken från sitt jobb saknar familjen försörjning. Han tar då jobb som eventmaskot, i smyg, och får ett gig på ett poolparty hos "suedieliten" iklädd kanindräkt. Miro funderar på hur det blev så och börjar se tillbaka på deras liv.

– Finns det något mer skamfyllt eller sorgligt än när ens förälder blir ogiltigförklarad? När du uppfostrats av, grunden du står på när du växer upp och du ska identifiera dig med, blir tillintetgjord?

Inför skapandet av pjäsen, som har premiär 29 januari, har hon mött



PRESSBILD

ungdomar i Husby. "Gemenskap" och "familj" var återkommande ord som beskrev Husby som plats. Hon fick även en spellista på vad Husby var för musik och poesi.

– Jag har mött en ungdomsgeneration som är otroligt engagerad i sitt lokalsamhälle såväl som i sin egen framtid. Det här berättar jag utan att sudda ut utmaningarna som Husby står inför, men jag tror att bilden

behöver nyanseras ordentligt för de som inte varit eller bor där.

Huvudrollerna spelas av Davood Tafvizián och César Sarachu, som hon beskriver som en teaterlegend.

– Ibland är det som att den pyttelilla världen som teatersverige utgör glöms bort att vi mitt ibland oss har legender från andra länder, med erfarenheter långt rikare än våra.

MARIA HAGSTRÖM

Cirkus på bio i Hägersten

FILM Den lilla kvartersbiografen Aspen i Hägersten visar den 16 februari två filmer i samarbete med Cirkusmania, Stockholms årliga cirkusfestival. Filmerna är den franska *En Equilibre* och den finska livedokumentationen av föreställningen "Hylky".

– Cirkusmania visar hur spännande,

varierande och kreativ cirkus kan vara, att det inte bara är så som vi känner till den, säger Jennifer Nordström, kommunikatör på Bio Aspen.

Deras vision är att skapa en kulturell mötesplats i Hägersten för att göra konsten tillgänglig och aktivera stadsdelen. Förra månaden samarbetade de

med Göteborgs filmfestival och visade både livestreamning av invigningen och filmen *Så jävla easy going*.

– Det händer att vi får förfrågningar om samarbete med kort varsel, så mitt tips är att hålla sig uppdaterad i våra sociala medier om vad som händer.

MI MALMBORG

Stipendiat med separatutställning

KONST Beckers konstnärsstipendium för 2022 tilldelas Laleh Kazemi Veisari från Stockholm. En del av motiveringen lyder: "I sin ambitiösa strävan att förstå världen lyckas skapa ett mycket varierat visuellt uttryck, som förmedlar ett nytt perspektiv på världen."



Laleh Kazemi Veisari

Hon utexaminerades från Konstfack 2019. Laleh Kazemi Veisari jobbar med flera discipliner, bland annat installationer, målning, teckning, skrivande och skulptur.

FOTNOT: På Färgfabriken 5 februari-27 mars.

ULF STOLT

Värt att kolla upp:

Jag som var så rolig att dricka vin med

Rebecka Åhlund

BOK I dagboksform berättar hon om vägen till ett nyktert liv, om tolvstegsgemenskapen och arbete som aldrig upphör.

Yung Lean: In My Head

DOKUMENTÄR Festandet för att fira framgången blir destruktivt och desperat. Psykisk ohälsa och droger dödar honom nästan.

Flyktsoda

Ebba Grön

LÅT Var inte rädd för mig/jag är så rädd för dig/sluta fråga hur jag mår". Första låten på Ebba Gröns sista skiva från 1982.

FÖLJ OSS PÅ INSTAGRAM

@situationsthlm

DÅTID STHLM

FEBRUARI
1980

ADVOKAT HENNING SJÖSTRÖM

företrädare Gösta, 63 år, som hävdar att han misshandlats av poliserna i arresten på Södermalms polisstation. Som del i bevisningen kommer de kräva ut arrestvaktens journaler, som de anser är manipulerade.

10 000 färre bilar, bussar och lastbilar i innerstan. Vid mätningarna i oktober förra året åkte 432 000 bilar in i stan. Det som ökar är cyklandet – 4 900 cyklar passerade tullarna förra året.

Filmstaden, Sveriges största biografpalats ritat av Lennart Clemens, öppnar.

Det varnas för ett kedjebrev. Över 2 000 har lockats med hittills och skickat 50 kronor till två adresser samt 30 kronor i "administrationsavgift" till en adress i Södertälje.

Planer för att stort rådslag i Stockholm om alkohol planeras av socialborgarråd Mats Hulth (s).

Abba hänger på den ökande trenden med videokassetter och ger nu ut en egen videokassett. "Videomarknaden börjar öppna sig", säger Stikkan Andersson. Kassetten blir 30 minuter lång med sju låtar, pris 250 kronor.

Roger McGuinn och Chris Hillman från The Byrds spelar på Konserthuset. Förband, Lee Clayton.

Det behövs byggas 37 000 lägenheter i Stockholmsområdet de närmaste åren för att bostadsbristen inte ska förvärras. Det kommer byggas betydligt färre. Och dyra lägenheter med ett kvadratmeterpris om 300 kronor. 30 000 ungdomar är bostadslösa.

NÄR SANDRA, i dag 2 månader, föds med kejsarsnitt på Löwenströmska sjukhuset, upptäcker läkarna att



Cyklandet i Stockholm ökar. 4 900 cyklar passerade tullarna förra året.

det rör sig om ett utomkvedshandenskap – statistiskt sett är det ett på 50 000 som fullföljs, med små chanser för barnet.

Personal på fritidsgårdarna i stan slår larm om den ökade haschrökningen bland tonåringar, vissa så unga som 14-15 år.

Under första halvåret förra året omhändertogs 11 625 personer i Stockholm enligt LOB, lagen om berusade personer. 692 personer omhändertogs enligt LTO, lagen om tillfälligt omhändertagande.

En fotsid kappa i spetsbäver kostar 7 000 kronor hos Päls-Bruno.

3 000 sjöfåglar samlas i Strömmen varje år i Stockholm. Ett sextiotal av dem är nu ringmärkta och registrerade hos Riksmuseet.

Om två månader startar bostadsbyggande i Norra Hammarbyhamnen. Det ska bli 603 lägenheter, 200 pensionärlägenheter, 17 dagis- och fritidsavdelningar, matbutik och två parkeringar.

Peeter Umblija skriver dikter om tunnelbanan, trycker dem på eget förlag och säljer dem själv i tun-

EN FOTSID KAPPA I SPETS- BÄVER KOSTAR 7 000 KRONOR HOS PÄLS-BRUNO.

nelbanan. 2 500 ex. så här långt har han sålt.

Ett halvt kilo marijuana hittas insvept i plast i ett av skotten på fartyget "Buenos Aires". Tullen har tips om att ytterligare 200 kilo ska finnas ombord. Båten är lastad med kaffe.

STOCKHOLM SKA SATSA på kollektivhus. En kollektivhuskommitté ska tillsättas för att ta tillvara erfarenheter från Stockholms enda fungerande kollektivhus, Hässelby familjehotell.

En avveckling av kärnkraften kommer att innebära att hushållen i Stockholm får ökade elkostnader med 2 000 kronor per år, enligt Handelskammaren.

Bandet Ståålfågel berättar i Dagens Nyheter, inför sin spelning på Rock Palais, att de gör musik med hårda och kalla ljud "eftersom vårt industrisamhälle är hårt och kallt".

Trots arbetslöshet är det svårt för Stockholms stad att hitta personer som vill jobba som trafikövervakare – i folkmun lapplisor. Endast 235 av 307 tjänster är besatta.

En 300 grams påse mjölkchoko kostar 11.95.

Dagens skola är för teoretisk och för isolerad från livet utanför, enligt flera av talarna på ett symposium om skolan och arbetslivet på Wenner-Gren Center.

Ett nytt Södermalm kommer att växa fram under 1980-talet. Enligt stadsplanerare ska det splittrade Södermalm byggas ihop med nya arbetsplatser och bostäder – det sista stora byggprojektet i innerstan under överskådlig tid.

Länsstyrelsen förbjuder Täby kommun att folkomrösta om Roslagsbanans framtid.

ULF STOLT

FEB

1795 Carl Michael Bellman avlider av tuberkulos. Han begravs utan gravsten på S:t Klara kyrkogård. Svenska Akademien reser senare en sten till hans minne.

1995 Gratistidningen Metro – pionjär inom segmentet gratis dagstidningar – börjar delas ut i Stockholms tunnelbana. 2019 läggs den svenska utgåvan ner.

1983 Carola Häggkvist, 16 år från Hägersten och vid tiden elev på Södra latins musiklinje, vinner den svenska Eurovisionsfestivalen med låten "Främling".

Folkomröstningen om kärnkraft 1980

FAKTA

Folkomröstningen om kärnkraft 23 mars 1980 var den då fjärde folkomröstningen i Sverige – 1922 folkomröstades om rusdrycksförbudet, 1955 om högertrafiken och 1957 om tjänstepensionen. Sedan dess har det varit två folkomröstningar i Sverige: 1994 om medlemskap i EU och 2002 om EMU – om Sverige skulle införa Euro som valuta eller ej.

Vid folkomröstningen fanns tre valsedlar. Valsedlarna för Linje 1 och Linje 2 hade identiska texter på framsidan. Men på baksidan av valsedeln för Linje 2 stod bland annat:

”Forskning och utveckling av förnybara energikällor forceras under samhällets ledning”, samt det mest kontroversiella, och det som skilde Linje 1 och Linje 2: ”Samhället skall ha ett huvudansvar för produktionen och distributionen av elektrisk kraft. Kärnkraftverk och andra framtida anläggningar för produktion av elektrisk kraft av betydelse skall ägas av stat och kommun”.

Linje 2 – offentligt ägande, successiv avveckling, hushållning med resurserna – fick flest röster, 39,1 procent och var det förslag som vann folkomröstningen.

I Stockholms län var valdeltagandet näst högst i landet med 905 723 personer. Här fick Linje 2 sitt högsta valresultat med 32,68 procent.

Flest röster i Stockholm av de tre alternativ fick Linje 3 med 38,76 procent. 28 503 blankröster lämnades in i Stockholms län.

BAKGRUND

Den medialt uppmärksammade kärnkraftsolyckan 1979 vid reaktor nummer två i Three Mile Island-anläggningen i Harrisburg i Pennsylvania, USA, gjorde att många människor fick upp ögonen för riskerna med kärnkraft. Oppositionen mot kärnkraft ökade i Sverige och det fanns politisk oenighet inom både det borgerliga blocket och socialdemokraterna – bibehålla, bygga ut eller avveckla kärnkraften och i så fall hur – vilket ledde till att man enades över partigränserna om att folkomrösta i frågan.



PÅ HÖRNET

Hammarby allé/Textilgatan



"Jag har jobbat med fruktleveranser i fyra år."

NAMN: Ivan Kucin

ÅLDER: 33 år

GÖR: Varuleverantör

Vart är du på väg med alla bananer?

– Jag ska leverera dem till ett företag som ligger här. Ett stort företag. Alla korgarna med bananer ska till dem. Det är min bil som står där borta på lastplatsen på andra sidan gatan med blinkande bakljus. Jag har jobbat med fruktleveranser i fyra år, lika länge som jag varit i Stockholm.

Var kommer du ifrån?

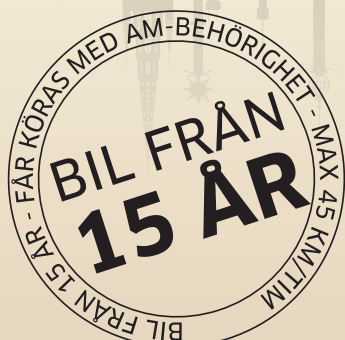
– Jag är från Ukraina men bor här nu.

TEXT **ULF STOLT**
FOTO **MAGNUS SANDBERG**

JS
60

ULTIMATE

LIGIER



WELCOME TO THE NEXT LEVEL

JS60 SUV i Ultimateförande. 16" svartlackade Extreme-fälgar. 6.0 ljudsystem 6.8" touchskärm med Apple Carplay och Android Auto. Extra krockskyddsbalkar i dörrarna. Airbag-ratt ingår.



SÄTESVÄRME
Vinterkomfort



LUFTKONDITIONERING
Sommarkomfort (endast DCI)



AIRBAG-RATT
Ingår vid köp



KROCKSKYDDSBALK
Extra kryssbalk i dörrsidorna



45 KM/TIM
50% snabbare än A-traktor



#1
Sveriges mest sålda mopedbil



HOLMSTRAND BIL

Tel 08-730 44 66 - www.holmstrandbil.se - Tillverkarvägen 4, 187 66 Täby

Med reservation för tryckfel.



Blippa American Express, Mastercard eller Visa när du ska resa med SL. Läs mer på sl.se

