

NERVEN

PERSONALTIDNING FÖR REGION KALMAR LÄN

Nr 1 | APRIL 2025



Hopp och humor
i prästernas vardag på sjukhuset

Innehåll

Välkommen till oss	3	Lunch med Larita Wigander.....	14
En dag med sjukhusprästerna	4	Nomineringar till Nervenfikat.....	16
Amadeus läser till undersköterska.....	6	Bild-quiz.....	18
Så är det att forska i regionen.....	8	Varje dag-berättelse.....	19
Häng med sjukhusclownerna.....	10	Vinnare Nervenfikat.....	20

Ögonblicket



Text och foto: Mattias Johansson

Länssjukhuset i Kalmar.
Operation Blå.

Glädje. Kamratskap. Värme. Kärlek. Fina ord. Ord för känslor jag inte alltför sällan får ta del av när jag fotograferar ute i våra verksamheter. Inte alltför sällan låter sig de negativa ordalagen höras, inte minst i media. Men oj så mycket fina känslor det ryms inom våra verksamheters väggar. Som här, på Operation Blå på LSK, där kollegorna Atefeh Shahroudi och Kajsa Broman kramas och nästan tappar fotfästet av skratt.

NERVEN

Posttidning B, Personaltidning
för Region Kalmar län

Adress: Nerven, Box 601, 391 26 Kalmar. Nummer 4, 2024 årgång 53. ISSN 0345-8458. **Upplaga:** 1 000. Utkommer med 4 nr/år.
Redaktör: Camilla Breiler **E-postadress:** nerven@regionkalmar.se. **Ansvarig utgivare:** Lina Isaksson
E-postadress: lina.isaksson@regionkalmar.se **Produktion:** Regionstab kommunikation, Region Kalmar län.
Tryck: Pressgrannar, Linköping. Innehållet i Nerven får gärna citeras, bara källan anges. Vill du lämna tips eller artikelförslag är du välkommen att kontakta redaktionen: nerven@regionkalmar.se
Omslagsbilden: Sjukhuskyrkan, Kalmar **Foto:** Mattias Johansson
Läs Nerven digitalt på regionkalmar.se



Region Kalmar län

Välkommen!

Med våra 7 000 medarbetare är vi Kalmar läns största arbetsgivare. Vi är utspridda över hela länet och har nära 300 olika yrkesroller. Eftersom vi är en så stor arbetsgivare får vi ständigt nya, kompetenta kollegor, hela 70 stycken varje månad. Här får ni möta några av dem.

Alice Erlandsson

AT-läkare på Västerviks sjukhus och har sin första placering på medicinkliniken

– Jag kommer från Västervik och jag har arbetat både som undersköterska, läkarassistent och underläkare på sjukhuset under min studietid. Jag trivdes superbra så det var ett självklart och enkelt val att söka till Västervik! Den första tiden har självklart varit pirrig men vi nya AT-läkare har verkligen fått en väl genomtänkt introduktion. Jag arbetar mycket på akutmottagningen, på avdelning samt får följa med till spännande mottagningar för att lära mig av det jag kanske är lite extra intresserad av, såsom kardiologi och reumatologi. Det bästa med mitt jobb är att få göra skillnad och hjälpa patienterna. Jag tycker Västervik är unikt med hur positivt klimat det är, oavsett om man känner varandra eller inte - alla hälsar på alla. Här trivs man och vill stanna!

Ellen Willsund

Verksamhetscontroller, folktandvården

– Det som framför allt lockade mig med tjänsten var uppgiften att hitta förbättringsområden och vara en del i att göra folktandvården bättre. Till stor del kommer jag att jobba med verksamhetsplanering, styrning och uppföljning samt vara ett stöd för verksamheten kring statistik, analys och budgetarbete. De första månaderna har varit intensiva och väldigt roliga, med allt från nya system till nya arbetskamrater. Jag har fått möjlighet att vara ute i verksamheten på folktandvårdens kliniker. Det har gett mig så mycket viktig kunskap att ha med mig i arbetet, så det vill jag gärna göra mer utav.



Emmie Nestor

Utvecklare för besöksnäringen med fokus på Visit Småland på regionala utvecklingsförvaltningen

– Jag har de senaste åren jobbat på ett produktionsbolag som redigerare där jag har klippt TV-program, bland annat Högsnär och Poliserna i våldsvågen. Nu ser jag fram emot att jobba för Visit Småland tillsammans med Amanda Hedberg, utvecklare besöksnäring, och få bredda mina kunskaper inom kommunikation och samtidigt få lära mig mer om alla fina utflyktsmål i Småland!



Oliver Day Jensen

Trafikassistent linjetrafik, Kalmar länstrafik

– Förra året sommarvikarierade jag på Kalmar länstrafiks trafikledning för linjetrafiken och har därefter gått över som trafikassistent då jag uppskattar arbetsplatsen och kollegorna så mycket. Det är lärorikt och man ställs inför nya utmaningar varje dag. I mitt arbete får jag guida våra resenärer och hjälpa dem med problem som uppstår inför, under och efter en resa. Vår arbetsgrupp ansvarar även för Krösatågens bokningssupport vilket är ett mycket spännande del av mitt jobb.



”Finns mycket hopp även när det kan se nattsvart ut”



Sjukhusprästen Johanna Broselid samtalar med en patient på geriatrika kliniken Kalmar: ”Mötet blir av ett annat slag på sjukhuset”, säger hon.

En hand, ett samtal eller att bara finnas där. Sjukhusprästerna är hela tiden redo att hjälpa till där det behövs.

– Det jag uppskattar allra mest med jobbet är att vi får komma så nära så snabbt. Tilliten och förtroendet som finns, säger sjukhusprästen Johanna Broselid.

I korridoren i närheten av entrén till Länssjukhuset i Kalmar är det som vanligt en strid ström av samtalande medarbetare, patienter och anhöriga. Ljudnivån är hög. Men bakom en dörr med skylten

”Sjukhuskyrkan” är det helt stilla. Rummet är öppet nästan alla dygnets timmar och här kan vem som helst sätta sig en stund för att reflektera eller be.

Klockan är nio den här torsdagsmorgonen när sjukhusprästen Sofie Walter tar plats framför gardinerna i regnbågens alla färger för den dagliga morgonbönen. Sofie läser en bibeltext och efter att ha bett om en stunds tystnad för reflektion ber hon en förbön för alla medarbetare, patienter och anhöriga.

– När jag var 15-16 år kom jag i kontakt med sjukhuskyrkan i

Lund när jag var där för att hjälpa till. Det grep tag i mig. Framförallt mötet med människor där man snabbt kommer in på sådant som är viktigt i livet, berättar Sofie senare över en kopp kaffe.

I Kalmar finns sjukhusprästerna Johanna Broselid och Sofie Walter, plus pastorn Daniel Holmgren som är sjuk den här dagen. Som sjukhuspräst är en sak klar och det är att det alltid är oklart hur dagen ska bli.

– Men man kan säga att mycket kretsar kring mötet och samtal. Även gruppsamtal. Vi har ett gruppsamtal som heter ”Vägen vidare”

för anhöriga till någon som avlidit i suicide. Vi har även personalgrupper som vi har reflekterande samtal med. Antingen i samband med att något dramatiskt hänt på avdelningen eller om de upplevt mycket stress i samband med en händelse, säger Sofie.

”Vi är inte på hemmaplan och det trivs jag väldigt bra med”

Johanna skulle egentligen bara vikariera under en period 2022, men hittade helt rätt som sjukhuspräst och blev kvar.

– Vi är inte på hemmaplan i en församling och det trivs jag väl-



I sjukhuskyrkan finns möjlighet till reflektion eller att be. Vardagarna börjar alltid med en morgonbön. Sjukhusprästen Sofie Walter läser ur bibeln.



Johanna Broselid skulle bara vikariera som sjukhuspräst men stormtrivdes och blev kvar på Länssjukhuset i Kalmar.



Sofie Walter kom i kontakt med sjukhuskyrkan i Lund redan som 15-åring: "I mötet med människor kommer man snabbt in på sådant som är viktigt i livet."



digt bra med. Då blir mötet av ett annat slag, säger hon.

Kalmar har en av landets äldsta sjukhuskyrkor som invigdes 1979. Den har en kristen prägel, men är öppen för alla religioner. En pil i väggen pekar mot Mecka och det finns också bönematta, koran och kvinnliga bönekläder i rummet.

– Om man önskar förmedlar vi kontakt med exempelvis en imam eller en katolsk präst. Det är ett gammalt sjukhuskyrkouppdrag att lösa de förbindelserna. När vi går runt och pratar på avdelningarna så pratar vi med alla, oavsett tro, säger Johanna.

Viktig roll vid dödsfall

Sjukhusprästerna jobbar mycket uppsökande men kan även bli kallade. Bland annat när en patient avlidit.

– Om man inte varit med vid dödstillfället kan man ha föreställningar kring hur det är att se en avliden. Man kan vara rädd eller orolig. I bårhuset och i anslutning till de flesta avskedsrummen finns anhörigrum där vi först pratar med den anhöriga hur den avlidne ser ut och vad man kan göra vid ett avsked. Man berättar så ärligt som möjligt. Oavsett hur mycket ångest det har varit inför

ett avsked har jag aldrig varit med om någon som har ångrat avskedet i efterhand, berättar Johanna. Sofie:

– Vi försöker skapa en vänlig atmosfär där man kan känna sig trygg. Det är framförallt det vi eftersträvar. Sedan finns de som vill ha en bön, andakt eller psalm. Sjukhusprästerna har beredskap alla dagar till klockan 22. De har också den högsta formen av tystnadsplikt, har inte åtkomst till journaler och för aldrig några anteckningar. En trygghet för alla, menar de.

– Det finns mycket hopp och

humor även när det kan se nattsvalt ut. Det är hoppfullt att vi är så många som jobbar kring en person som är svårt sjuk. Det är fint att få vara en del i det sammanhanget. Vi finns alltid där på patientens och de anhörigas premisser, säger Sofie.

Sjukhuspräster finns även på sjukhusen i Västervik och Oskarshamn.

Text: Daniel Bogefors

Foto: Mattias Johansson

Amadeus läser till undersköterska efter svåra sjukdomen

"Jag vill göra skillnad för andra som har det svårt"

Amadeus Mellblom var allvarligt sjuk och behövde hemtjänst bara 25 år gammal. Tio år senare läser han till undersköterska på Gamleby folkhögskola. "Jag känner att jag kan göra skillnad med min erfarenhet", säger han.

– Kan jag finnas där för någon annan i en liknande situation, då kan jag dö lycklig.

Det säger Amadeus Mellblom, 36 år, som läser till undersköterska på Gamleby folkhögskola. Hans väg till yrket lämnar ingen oberörd. Under lång tid var han själv svårt sjuk utan att vården kunde förklara varför.

Problemen började när Amadeus hade fyllt 23 år. Han fick återkommande infektioner och hade svårt att svälja. Diffusa symptom och värk rörde sig runt i kroppen. Just då arbetade Amadeus som fritidsledare. En dag skulle han hjälpa en elev att dra en pulka när han plötsligt fick märkligt ont i ryggen. Senare på kvällen tog han sig inte upp ur soffan, benen var förlamade.

– Det var efter det hela cirkusen började.

Drogs till vårdyrket

Amadeus var allvarligt sjuk till och från i flera år. När han mådde som sämst satt han i rullstol, var halvsidesförlamad och kunde inte prata.

Idag, efter att till slut ha fått konstaterad borreliosa och behandling utomlands, är han frisk igen. Vägen tillbaka har varit tuff och han har gått mycket i terapi för att bearbeta det han har varit med om. Det var hans kurator som föreslog att han skulle använda sina

Amadeus Mellblom läser till undersköterska på Gamleby folkhögskola och jobbar extra på Västerviks sjukhus. Efter att själv ha varit allvarligt sjuk i flera år känner han att han vill hjälpa andra som har det svårt.



jobbiga upplevelser för att själv arbeta inom vården.

– Jag sa först tvärnej. Jag har alltid tyckt om att jobba med människor och jag gjorde det innan jag blev sjuk. Men efter min sjukdomsperiod tänkte jag att jag aldrig kommer att orka det igen. Dessutom kände jag att jag hade haft tillräckligt med kontakt med vården i mitt liv.

Samtidigt, det var något som drog honom till vårdyrket. Han påbörjade utbildningen till undersköterska vid folkhögskolan trots att han inte var hundra procent säker på att han gjorde rätt.

– Det var svårt i början. Jag blev ofta triggad och fick upp

minnen av vad jag själv varit med om. Jag litade inte på någon inom vården. Bara att befinna mig i lokalerna och känna lukterna blev en slags terapi för mig. Faktum är att utbildningen har fungerat som ett enormt exponeringsarbete som har hjälpt mig att läka.

"Känner en glöd nu"

Nu känner sig Amadeus säker på sitt val. Han tror att han med sina erfarenheter kan vara ett stöd för andra som går igenom svårigheter.

– Det påverkar en att man har varit där nere och vänt. Jag är så oerhört tacksam över att jag fått chansen att leva. Jag känner en glöd i att gå vidare nu och jag tror

att jag kan göra skillnad med de erfarenheter jag har. Jag ser det som att det är min uppgift att sprida glädje och ge omsorg till andra som har det svårt.

Amadeus är färdig undersköterska i december 2025. Redan nu arbetar han extra på medicinkliniken vid Västerviks sjukhus. Han är lockad av att arbeta inom den palliativa vården så småningom, men först vill han prova på att arbeta inom akutmottagning eller ambulans.

– Jag vill ha lite fart och fläkt, åtminstone till en början.

Text: Emma Rydh

Foto: Privat

Forskning i en lärande organisation



En anledning till att Region Kalmar län ska bedriva forskning är, enligt forskningschef Cecilia Fagerström, att man som patient ska ha möjlighet att vara med i en klinisk studie och prova nya läkemedel även när man tillhör en liten region.

Forskning för alla - oavsett yrkesroll

Genom att forska har Region Kalmar läns medarbetare möjlighet att inte bara utveckla sig själva utan också bidra till att förbättra verksamheten och skapa förutsättningar för nära vård. Och alla kan vara med, oavsett vad man jobbar med.

I Region Kalmar län bedrivs forskning inom alla förvaltningar i olika utsträckning. Här finns till exempel Akademisk primärvård Öland, APÖ - ett samarbete mellan hälsocentralerna och kommunerna på Öland och Linnéuniversitetet. Syftet är att öka samarbetet mellan primärvård, kommunal omsorg och universitet för att förbättra möjligheterna för forskning och utbildning inom området.

Vi har också en universitets-sjukvårdsenhet på infektionskliniken på länssjukhuset.

En universitetssjukvårdsenhet är en miljö som kännetecknas av

hälso- och sjukvård av hög kvalitet, ett uttalat uppdrag för forskning och utbildning, innovativ kultur och en incitamentsstruktur för kunskapsutveckling.

Att främja den akademiska miljön och öka antalet kliniska studier som görs i regionen är två prioriterade områden för regionens forskningssektion.

– Oavsett var man bor i landet ska man som patient ha möjlighet att delta i forskningsstudier, prova nya läkemedel och behandlingar, säger forskningschef **Cecilia Fagerström**. Jag vill synliggöra behoven i de små regionerna och visa att vi kan bidra. Till vår hjälp har vi ett starkt samarbete med Linköpings universitet och Linnéuniversitetet liksom med regionerna inom Sydöstra sjukvårdsregionen.

– Forskningen är också ett sätt för oss att rekrytera och behålla personal som får möjligheten att utvecklas genom sin forskning.

Den nyfikenhet och den nya kunskap som nydisputerade medarbetare har kan också vara det man vill möta som patient.

Cecilia är utbildad sjuksköterska och disputerad inom omvårdnad med fokus på äldres hälsa och välbefinnande. Som professor jobbar hon också fortfarande med forskning genom sina doktorander.

– Det är jättevärdefullt att inte bara jobba på strategisk nivå, som forskare får jag inblick i vad som fungerar och inte fungerar i systemet. Och så får jag uppleva och dela glädjen när någon kommer in

på forskarutbildningen. I regionen finns det en stor vilja att få vara med att förbättra och skapa förutsättningar för en evidensbaserad och nära vård.

– Man behöver inte vara disputerad för att medverka i kliniska studier. Alla kan vara med och alla är lika viktiga. Från den som öppnar dörren på mottagningen till den som ger läkemedlet eller samlar in data.

Text: Camilla Breiler

Foto: Mattias Johansson

Forskning i Region Kalmar län

- Här finns 70 disputerade medarbetare.
- Ungefär 8 medarbetare disputerar varje år.
- Här finns 33 regionfinansierade doktorander.
- 22 sjuksköterskor ingår i nätverket för forskningsstödjande personal.
- Under 2024 publicerade totalt 110 forskare hos oss över 100 publikationer.

Forskning i en lärande organisation

Så är det att forska hos oss

Nerven har träffat fem forskare för att höra hur det är att forska i Region Kalmar län.



Elena Shmarina

Tandhygienist, folk tandvårdens folkhälsoklinik

Berätta om din forskning!

Jag är involverad i flera forskningsprojekt men mitt främsta intresse är hälsofrämjande arbete där jag undersöker nyttan av folk tandvårdens dramapedagogiska insatser i skolor. Vi vill veta vilken effekt dessa insatser har på barnens munhälsa och munhälsorelaterade kunskap, attityder och beteende.

Varför forska du?

Jag är nyfiken och vill hitta lösningar som gör skillnad både för individen, organisationen och samhället i stort. Hur kan vi skapa miljöer som stödjer invånarna i att

göra hälsosamma val? Hur kan vi öka deras delaktighet och tilltro till sin egen förmåga? Det vill jag gärna veta mer om.

Hur är det att vara forskare här?

Vi har en stödjande forskningsmiljö. Det finns resurser och system som vanligtvis endast är tillgängliga för forskare vid universitet - vägledning i praktiska frågor, metodstöd, finansieringsmöjligheter, tillgång till forskarnätverk och mycket mer. Att forska i regionen erbjuder dessutom en kortare väg för att omsätta sina forskningsresultat till praktiska lösningar och

direkt nytta. Det är väldigt givande.

Vad vill du säga till kollegor som funderar på att börja forska?

Om du är nyfiken, tar första steget! Prata med en forskare inom det område du intresserad av eller kontakta regionens forskningssektion för vägledning. Det finns många möjligheter!



Jonna Idh

Överläkare, operations- och intensivvårdskliniken Västervik

Berätta om din forskning!

I vår forskargrupp studerar vi hur olika behandlingar inom intensivvården påverkar kritiskt sjuka patienters överlevnad. På intensivvårdsavdelningar vårdas patienter med svikt i vitala parametrar, men i övrigt har våra patienter få gemensamma nämnare med stor spridning i ålder, funktionsnivå och diagnoser. Det är därför komplext att utvärdera hur själva intensivvården påverkar patientens chanser att återhämta sig.

Under pandemin fann vi förvånansvärt stora regionala skillnader i behandlingsval mellan intensivvårdsavdelningarna i Sydöstra sjukvårdsregionen och vi fortsätter nu att studera om dessa skillnader består i ett normalläge.

Varför forska du?

Forskningen ger mig möjlighet att utvärdera vårdförlopp, ifrågasätta och söka svar på frågor som uppkommer i patientarbetet. Till skillnad från det kliniska arbetet, som oftast är stimulerande men till och från går på rutin, erbjuder forskningen utrymme för kreativitet och ständigt nya utmaningar.

Hur är det att vara forskare här?

Forskningsmöjligheterna är goda skulle jag säga. Anslag finns att söka för stort som smått och det finns en välfungerande plan för både doktorander och postdocs. Därefter blir det mer otydligt hur forskarlivet som anställd i Region Kalmar ska se ut. Jag tror att det är viktigt att vi behåller aktiva forskare även senare i karriären för att

ha tillgång till forskningshandledare med pågående kliniska forskning för att driva sjukvården framåt.

Vad vill du säga till kollegor som funderar på att börja forska?

Att kombinera forskning med kliniskt arbete är en investering för både dig personligen och för de patienter vi ska vårda i framtiden. Forskningen kommer säkert föra dig samman med nya kollegor med gemensamma intressen och utmana dina föreställningar om

hur saker ligger till. Jag hoppas att du antar utmaningen och att vi ses vid något av regionens forskningsforum framöver!

Är du intresserad av att forska?

Läs mer här!



Har du frågor?

Boka ett möte med forskningssektionen: forskningssektionen@regionkalmar.se

Forskning i en lärande organisation

Berätta om din forskning!

Mitt doktorandprojekt fokuserar på att översätta och kulturellt anpassa ett verktyg och en enkät för att hjälpa personer med högt blodtryck. Projektet syftar också till att utvärdera enkätens mätgenskaper samt att undersöka egenvård hos personer med högt blodtryck.

Varför forskar du?

För att jag vill bidra till att förbättra och utveckla vården. Genom att utveckla och implementera verktyg kan vi få en bättre förståelse för patienternas behov och därmed erbjuda mer individanpassad och effektiv vård. Dessutom är forsk-

ning en fantastisk möjlighet för personlig utveckling då det ständigt utmanar mig att tänka kritiskt, lära mig nya saker och växa både professionellt och personligt.

Hur är det att vara forskare här?

Det är väldigt lärorikt samtidigt som det är utmanande. Regionen erbjuder en stödjande miljö med tillgång till resurser och nätverk som underlättar forskningsarbetet. Samtidigt finns det en stark koppling mellan forskning och klinisk verksamhet, vilket gör att resultaten snabbt kan omsättas i praktiken och komma patienterna till nytta. Det är inspirerande att vara en del av en region som värdesätter och satsar på forskning.

Vad vill du säga till kollegor som funderar på att börja forska?

Att forskning är en fantastisk möjlighet att göra skillnad och bidra till utvecklingen av vården. Om du är nyfiken och villig att lära dig nya saker, är forskning definitivt något för dig. Det kan vara utmanande, men det är också otroligt givande. Dessutom är forskning en utmärkt möjlighet för personlig utveckling, då det ger dig chansen att växa både professionellt och personligt genom att ständigt utmana dig själv och lära dig nya saker.



Maria Modig

Sjuksköterska, enheten för palliativ medicin, Kalmar

Berätta om din forskning!

Min forskning fokuserar på att utveckla och utvärdera en ny digital behandling för barn och ungdomar med ångestsyndrom. Vi tar fram behandlingen i nära samarbete med barn, ungdomar och deras föräldrar. Genom att kombinera deras unika perspektiv och erfarenheter med vår psykologiska och kliniska expertis är målet att skapa en behandling som är både

är effektiv och relevant för de som kommer att använda den.

Varför forskar du?

Att forska ger mig möjligheten att både bli expert inom ett specifikt område och att lyfta blicken för att arbeta med något som på sikt kan förbättra vården. Mitt forskningsprojekt är också nära kopplat till kliniken där jag arbetar som klinisk psykolog, vilket gör att forskning- en och det kliniska arbetet gynnar varandra – en "win-win"!

Hur är det att vara forskare här?

Eftersom större delen av min forskargrupp finns i Lund kan jag ibland sakna den dagliga kontak-

ten med dem. Samtidigt har jag en doktorandhandledare på plats i Region Kalmar län, vilket är ett stort stöd. Jag uppskattar också de regelbundna träffarna för doktorander i regionen.

Vad vill du säga till kollegor som funderar på att börja forska?

Forskning är kanske inte för alla, men för mig har det varit helt rätt. Du blir inte bara expert inom ditt ämne, utan får också med dig massor av värdefulla färdigheter – som att skriva och tala för olika målgrupper, leda och koordinera projekt, statistik och mycket mer.



Sandra Andrekson

Psykolog, barn- och ungdomshälsan Kalmar

Berätta om din forskning!

Min forskning handlar om digitala vårdmöten i primärvården. Jag vill försöka förstå hur den digitala transformationen kan bidra till ökad effektivitet och kvalitet i vården och hur den nya tekniken används och tas emot av patienter och vårdpersonal.

Varför forskar du?

Jag tycker det är viktigt att vi som arbetar i eller nära verksamheterna har insikt i och kunskap om forskningsmetoder och att vi är a jour

med vad som publiceras och vad som händer på forskningsfronten. Ett sätt att vara uppdaterad är att forska själv, kan man göra det på deltid som jag har fått möjlighet till så är det en stor fördel.

Hur är det att vara forskare här?

Jag tycker att det funkar väldigt bra, man har stor frihet men också ett stort ansvar. Vi har en aktiv doktorandgrupp och ett mycket bra team på forskningsenheten som arrangerar möten och seminarier.

Vad vill du säga till kollegor som funderar på att börja forska?

Jag skulle rekommendera att börja forska, men man måste ha en tydlig idé om vad man vill göra och man behöver ha tänkt igenom hur mycket tid och arbete det tar i anspråk. För mig har det fungerat bra att forska på halvtid, men det är klart att ibland så tycker man att det inte händer något, man kommer ingenstans. Men jag tycker det har varit en fördel att kombinera det verksamhetsnära arbetet med att forska.



Pär Eriksson

Folkhälsoepidemiolog, regionstab lärande och förnyelse

A clown with a red nose, white headband, and colorful suspenders is clapping and smiling in a hospital setting. He is wearing a yellow and black long-sleeved shirt and white pants. A black suitcase is visible in the foreground. The background shows a hospital room with a whiteboard and a door.

Populära
sjukhusclowner
lockar fram
det friska

“Vår roll är tydlig, vi kommer med våra röda näsor och det är en signal för att det är något annat än vården.”





"KaBom sticker in huvudet i ett rum där en pojke sitter på sängen och bygger med klossar tillsammans med föräldrarna. Det blir starten på en privat liten show för en pojke."



Treåringens förvånade och osäkra blick förändras plötsligt. Ett leende anas och snart sjunger han tillsammans med sjukhusclownerna.

– Vi jobbar aldrig med sjukdomen. Vi ska locka fram det friska i patienten, säger Mikael Lovestedt, mer känd som clownen Mike.

Längst upp i hus 18 på länssjukhuset, ett omklädningsrum med plastgolv och solrosgula plåtskåp. Martin Ibohm tittar djupt in i spegeln samtidigt som han för kajalpennan mot överläppen. Ett sista steg mot att bli clownen KaBom.

– Ibland börjar föräldrar gråta och vi förstår inte vad det handlar om och sedan får vi reda på att barnet inte har skrattat på flera veckor men plötsligt, i mötet med clownerna, händer något. Då förstår man vilken skillnad det kan göra, säger han.

Ett ögonkast bort rättar trollkonstnären och den magiska clownen Mike till den röda bas-kern. Snart är de redo att möta barn på sjukhuset.

– Ena dagen kan jag göra en krogshow för 250 personer som magiker och nästa dag är jag på sjukhuset och möter barn i sjukhussituationer. Kontrasten är väldigt stor men rolig. Har vi bara fått ett leende av ett barn känns det som en löneförhöjning.

Det säger Mikael "Mike" Lovestedt som har arbetat som sjukhusclown i Kalmar sedan 2002. För snart tio år sedan fick han sällskap av Martin "KaBom" Ibohm när han flyttade hem till Kalmar. Då hade Martin under flera år arbetat som sjukhusclown i Skåne. Tillsammans bildade de Clownlabbet.

– Vi är en del av vården även om vi inte är anställda av regionen. Ett komplement till det medicinska, säger Mikael Lovestedt.

Så snart de lämnar omklädningsrummet är de i sina roller. På sin väg mot barnkliniken sprider de glädje till både unga och gamla. På barnkliniken får de reda på vilka barn de kan besöka den här dagen. KaBom sticker in huvudet

i ett rum där en pojke sitter på sängen och bygger med klossar tillsammans med föräldrarna. Det blir starten på en privat liten show för pojken.

– Vår roll är tydlig, vi kommer med våra röda näsor och det är en signal för att det är något annat än vården. Det är jag men genom ett filter av KaBom. Vi möts och då ser vi inte sjukdomen utan människan, säger Martin Ibohm.

Ett möte som har etsat sig fast var när de träffade en bebis på en månad. Barnet vilade huvudet mot mammans axel när KaBom började spela en vaggvisa på sin ukulele.

– Då började huvudet röra sig och när Martin slutade spela blev barnet stilla. När Martin började spela igen vaknade barnet på nytt. Det var som en ballerina i ett skrin som du öppnar upp. Det var så fint, säger Mikael Lovestedt.

Text: Daniel Bogefors

Foto: Roger Sjöström



Fakta clownlabbet

Finansieras bland annat genom bidrag och donationer som kommer från stiftelser, fonder, företag och privatpersoner. Barnklinikerna i Kalmar, Västervik och Karlskrona får nu regelbundet besök av clownerna.

Ju sämre tider, desto mer vill folk engagera sig

Larita Wigander står nästan aldrig still. Hon jobbar som obduktionstekniker, är ordförande för Kommunal HST Kalmar län och är engagerad i flera olika föreningar vid sidan om. Bland annat har hon prisats för sitt jobb i Västervik simsällskap.

Om lunchen

Hur viktig är lunchen för dig?

Den är jätteviktig. Alla måltider: frukost, lunch och middag.

Vad äter du helst till lunch?

Det blir något hemifrån för jag har alltid matlåda med mig.

Vilken tid äter du?

Det blir runt klockan 12.

Hon brinner för att stoppa orättvisor och att hjälpa sina medlemmar. Förutom att vara ordförande i Kommunal hälso- och sjukvård och trafik, HST, Kalmar län jobbar Larita Wigander som obduktionstekniker i regionen. Hon är även föreningsmänniskan som har prisats som en eldsjäl för sitt arbete i Västerviks simsällskap.

”Det handlar om prioriteringar”, konstaterar Larita Wigander med ett leende, när undertecknad undrar hur hon hinner med allt. I ingressen fick vi nämligen inte plats med att hon även är kassör i personalklubben Fyren och Svensk förening för obduktionstekniker.

– Jag gillar gemenskapen i föreningar. Inom simningen finns det inget roligare än att se barnen lära sig simma, ta steget upp i tävlingsgrupper och sedan åka i väg på sina första tävlingar. Det är så roligt att följa dem, säger Larita Wigander som själv har en bakgrund som simmare på SM-nivå. Hon fick en fast tjänst på IVA i Västervik under andra halvan av 1980-talet och av en slump blev hon snabbt skyddsombud. Där väcktes det fackliga intresset.

– Efter första utbildningen insåg jag hur mycket det fanns, jag ville veta mer och blev väldigt engagerad direkt. Då var jag ung och i det läget blev det mycket ungdomsfrågor.

”Fick lära mig att obducera”
1994 handplockades hon till tjänsten som obduktionstekniker.

– Jag fick lära mig att obducera. Människokroppen är så himla intressant och varför en människa avlider. Att få vara med en läkare och undersöka vad som har hänt men framförallt att anhöriga kan få svar.

Har du hamnat på många middagar där folk vill prata om ditt jobb?

– Det är inte alltid att jag berättar vad jag jobbar med utan det beror lite på vilket humör jag är på.

För du vet reaktionen?

– Ja, dels tycker folk att det är otäckt men många är också nyfikna och har ett behov av att prata om döden. De kan ha varit med om något som gör att de behöver prata och sådana samtal hamnar jag i. Det är jag van vid och oftast har jag inga problem med att säga att jag jobbar som obduktionstekniker.

Viktiga frågor i framtiden

Nyligen blev Larita vald på två nya år som ordförande för Kommunal HST Kalmar län vilket gör att hon börjar närma sig 20 år i rollen.

– Det bästa är att kunna hjälpa andra och i samarbetet med Region Kalmar län vara med att påverka beslut, inriktningar och dokument. Sedan tycker jag inte om orättvisor och brinner för att hjälpa medlemmar som har hamnat i olika situationer, säger Larita.

Hur är det att ha förhandlingar med sin arbetsgivare?

– Det går bra. Det är sällan vi står jättelångt ifrån varandra. Båda vill att det ska vara så bra som möjligt för medarbetarna.

Vilka är de viktigaste frågorna för era medlemmar i framtiden?

– Schemaläggning på arbetsplatserna. Dygnsvilan på elva timmar har påverkat våra medlemmar på ett negativt sätt. Man får sämre återhämtning även om intentionen är att det ska bli bättre. Man får kortare återhämtningstid mellan passen, samt att du antingen bara jobbar kväll i flera dagar eller endast dagturer.

Hur ska man lösa det när det är ett EU-direktiv?

– Sverige har gjort sin tolkning, andra länder göra andra tolkningar.

Vad tycker ni att man bör göra?

– Lyssna på hur man mår ute på arbetsplatserna. Man kan behöva jobba kväll och morgon för att få längre återhämtning. När man går

av dagpasset kanske du inte ska jobba förrän nästa dag på kvällen.

Vilka ska lyssna på medarbetarna?

– Arbetsgivaren och politikerna. Det kan behövas fler människor som ska jobba för att få ihop ett bra schema. Det kan behövas kortare veckoarbetstid för att få bättre återhämtning.

Insatser som kostar mycket pengar?

– Man behöver folk som mår bra och trivs på jobbet för om folk blir sjuka kostar det mycket mer.

Facklig återväxt

Av Region Kalmar läns medarbetare är runt 1 500 medlemmar i Kommunal. Till och med den 28 februari hade man också medlemmar som arbetar hos privata

arbetsgivare, men de tillhör nu en annan sektion i Kommunal.

– Återväxten ser bra ut. Ju sämre tider, desto mer vill folk engagera sig. Det är viktigt för arbetsgivaren vill ha en motpart att prata med.

Varför tycker du att man ska välja att engagera sig fackligt?

– Det finns så otroligt mycket att lära och få kunskap kring. Vad är det för underlag politiker och regionen tar beslut utifrån? Och hur kan jag vara med och påverka det tillsammans med mina kollegor? Det finns massor av uppdrag att engagera sig i och det får man utbildning kring.

Text: Daniel Bogefors

Foto: Mattias Johansson



Enligt Larita Wigander är schemaläggningen på arbetsplatserna den enskilt viktigaste frågan för Kommunals medlemmar i framtiden.

"Jag åker varje dag till jobbet med en varm känsla av att träffa och jobba tillsammans med mina kollegor"

Tänk så många fantastiska kollegor vi har! Här är några av de som nominerats till Nervenfikat.

1 Jag vill nominera min kollega överläkaren **Jonas Lundin**. När man jobbar med Jonas så finns det sällan några hinder, bara lösningar för de utmaningar vi ställs inför. Om man har en fråga eller fundering "hur gör vi nu" så kan man alltid lita på att Jonas hjälper till och tillsammans arbetar vi fram en lösning. Att arbeta med Jonas ser man fram emot, man vet att inget kommer kännas jobbigt, eller att man kommer arbeta med känslan "jag är ensam".

/ **Carolina Hallinder, röntgen-sjuksköterska, Västerviks Sjukhus**

.....

3 Jag skulle vilja ge psykolog **Maja Hansson**, BUP öppenvård söder i Kalmar Nervenfikat! Maja är en godhjärtad person som alltid gör sitt yttersta för både patienter och kollegor. Maja bidrar till en god stämning på arbetsplatsen och har alltid en stund över om någon har behov av hennes tid.

/ **Linda Lindersson, psykolog, BUP öppenvård söder Kalmar**

.....

Vi skulle vilja nominera lönekonsult **Jenny Sigheim** som är hjälpsam, engagerad och väldigt kunnig. Hon svarar alltid glatt och tålmodigt på alla våra frågor och ärenden som rör vår verksamhet. Vi känner stort förtroende för henne då hon alltid bemöter oss med respekt och förståelse. Hennes kompetens, engagemang och det ansvar hon visar ger oss trygghet i vårt arbete och hon är så värd att uppmärksammas.

/ **Anna, Christina, Helene, Karin, Sakar och Åse, avdelningschefer på medicin-kliniken, Kalmar**

2 Jag kan inte bara nominera en kollega, utan vill göra det för **alla på avdelning 2** på kirurgen i Västervik. Jag tycker att mina kollegor är värda en liten extra fika efter allt tufft vi har haft på avdelningen, många sjuka och mycket unga patienter. Det skulle vara snällt att uppmuntra dem lite och peppa på inför våren och sommaren. Så de orkar ett tag till!

/ **Fanny Spataru, undersköterska, kirurgavdelning 2, Västervik**

.....

Vi vill nominera våra chefer **Annelie Gustafsson och Ann-Caroline Lönnqvist** på enheten för palliativa medicin för nästkommande Nervenfika då de går i pension efter 25 år som chefer (och än så länge enhetens enda)!

I början av milleniet, en ny enhet föds.

Vi många anställda en ny tjänst erbjöds.

Att jobba ihop, sida vid sida, för att tillsammans den palliativa vårdens kunskap sprida.

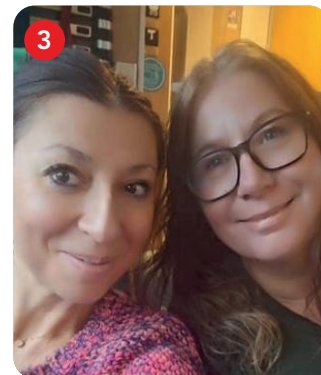
En 25-årig epok, väl värd att hylla Annelie och Ann-Caroline lämnar efter sig stora skor att fylla!

/ **Hanna Svensson, Agnes Annerbrink, Emma Svensson, sjuksköterskor, enheten för palliativ medicin**

.....

Vi är ett gäng på akuten i Västervik som vill ge **röntgenpersonalen** Nervenfikat. De ställer alltid upp med att lämna/skifta patienter hos oss. Otroligt mycket värt då vi oftast har fullt upp och har svårt att komma ifrån.

/ **Medarbetarna på akuten i Västervik**



Jag skulle vilja nominera hela **psykiatrisk avdelning 2**, vuxenpsykiatri i Kalmar. Jag har jobbat närmare 18 år inom psykiatri i Kalmar och bytt från barn- och ungdomspsykiatriska akutavdelningen hit. De har tagit emot mig så himla bra och visar mig och nyanställda studenter ett sådant fint bemötande och professionellt sätt att arbeta på. Jag lär mig nya saker varje dag trots att jag har jobbat så många år inom psykiatri. Bra sammansvetsat gäng. Tydlig struktur och rutiner som man behöver för att kunna sköta sitt jobb på bästa möjliga sätt. Patienter som får trygghet och stabilitet i det svåra läge de befinner sig i. Så därför vill jag tillägna dem Nervenfikat utan att blinka. Proffsiga är ordet.

/ **Marcus Svensson, avdelning 2 vuxenpsykiatri i Kalmar**

Jag vill nominera mina fantastiska kollegor på **Hultsfreds hälsocentral**. De är värda en fika och uppmärksamhet för det är de som gör min arbetsdag så fantastiskt rolig. Flexibilitet är ett ledord vi sällan använder men den är stor varje dag i alla möten och situationer. Teamkänslan är hög och alla mina kollegor jobbar varje dag för att den känslan ska befinna sig på toppnivå. Vi är ett glatt gäng av undersköterskor och sjuksköterskor som ser till att hjulet rullar på hälsocentralen, då vi endast har hyrläkare ställer det extra krav på oss varje dag. Vi skrattar mycket och ofta, hittar på lite roligheter och lustigheter när andan faller på. Jag åker varje dag till jobbet med en varm känsla av att träffa och jobba tillsammans med mina kollegor. Väl värda att fira med en fika!

/ **Petra Johansson, undersköterska, Hultsfreds Hälsocentral**

Jag skulle vilja nominera **Ankars-rums hälsocentral** till Nerven-fikat. Alltid så trevliga och tillmötesgående när man hör av sig dit. Antingen det gäller mig själv som patient eller som anhörig till åldrande föräldrar. De fixar och donar för att underlätta allt från tillgängligheten på bokade tider till om det blivit något strul med förskrivningar eller recept. Antingen man ringer eller tittar in så löser de det mesta. En god stämning i personalgruppen smittar verkligen av sig till oss som är patienter där.

/ Tina Engström, systemförvaltare, Regionstab HR

.....

Jag skulle vilja nominera **Ann-Sofie Hägg** som är klinikassistent på kirurgen i Kalmar. Hon är alltid hjälpsam och sprider så mycket positivitet omkring sig. Ingenting är omöjligt och hon är outhärlig för oss alla. En riktig tillgång på kliniken!

/Lena Ingvarsson, avdelningschef, kirurgavdelning 6, Kalmar

Barnkliniken i Västervik har en verksamhetschef, **Lotta Ohlsen**, som har arbetat i en mindre mansålder på kliniken. Hon är barnsjuksköterskan som har arbetat sig upp från sjuksköterska på golvet till 1:a linjens chef och sedan verksamhetschef. Hon slutar nu innan sommaren efter många år på kliniken och vad vore finare än att uppmärksamma hennes långa viktiga tjänst med en Nervenfika? Hon kan kliniken och dess organisation vilket ger en trygghet och hon är dessutom en duktig barnsjuksköterska som kavlar upp ärmarna när det krisar och vi behöver extra personalresurser. Lotta är en klippa som kommer att vara saknad när det är gungning och chefsposterna byts ut med jämna mellanrum.

/ Pia Winness, barnsjuksköterska, Västerviks sjukhus

Följ oss i sociala medier!



YouTube



Instagram



LinkedIn



Facebook



Foto: privat

Tipsa Nerven om din hobby!

Vad gör regionens medarbetare på fritiden för att koppla av, samla energi och återhämta sig? Det vill vi på Nerven-redaktionen veta!

Du kanske håller på med brasiliansk jiu-jitsu, syr discodans-dräkter eller står på revy-scenen?

Hör av dig till oss på nerven@regionkalmar.se!

Nervens redaktör Camilla Breiler, kommunikatör, Regionstab kommunikation, dansar och undervisar i Lindy Hop tillsammans med sin man, Joacim Breiler.

– Lindy Hop kallas också för jitterbugg och är en swingdans med rötterna i 30-talets Harlem, New York. Den dansas till storbandsjazz och är känd för sin energi, glädje och lekfullhet. Jag dansar Lindy Hop för att det gör mig glad! Jag älskar musiken och så gillar att få klä mig i 40-talskläder ibland, säger Camilla.

Var i Kalmar län?

Sommaren närmar sig och med det alla härliga utflyktsmål vi har i länet. Kan du och dina kollegor tillsammans luska ut var i länet dessa platser finns? Svaret finns om du vänder på tidningen.



1. St Knuts kapell, Gräborg Öland 2. Blå Jungfrun 3. Paskallaviks gästhamn 4. Hamnen, Kalmar 5. Nybro station 6. Vimmerby stora torget

Varjedag-berättelse

Berättad av Minna Roland Alves, patient- och kvalitetssäkerhetssjuksköterska på medicinkliniken på länssjukhuset.

Jag vill dela med mig av en händelse som stannat kvar i mig. Ett möte som för mig var speciellt och som gav de finaste känslorna av att kunna hjälpa till.

Det hände för ett tag sedan när en annan sjuksköterska kom förbi mitt rum och frågade mig om jag hade tid att hjälpa till med en sak. Det gällde en äldre kvinna som kommit in till sjukhuset med en massiv hjärnblödning och som inte kunde prata, bara gestikulera – men ingen förstod vad hon försökte säga.

Sjuksköterskan frågade mig eftersom hon visste att jag kunde teckenspråk. Kvinnan hade tidigare varit speciallärare, och hennes familj hade sagt att hon kunde teckna. Kanske var det hennes sätt att nå ut? Det är inte helt ovanligt att personer som får stroke kan börja prata ett annat språk som de lärt sig tidigare.

När jag kom in på salen låg kvin-

nan i sängen och verkade ganska lugn förutom att hennes händer for runt i luften. Jag förstod direkt vad det var hon tecknade och svarade henne. Men hon tittade inte på mina händer eller mig så jag anade att stroken även drabbat synen, och kanske även hörseln.

Hon tecknade sitt namn, om och om igen, och pekade på sig själv. Jag tog varsamt hennes händer och sa:

– Ja, det är du. Samtidigt formade jag orden med händerna så att hon kände mina tecken.

Hon fortsatte att upprepa sitt namn och jag bekräftade henne och svarade. Jag frågade hur hon mätte och om hon hade ont. Efter ett tag tecknade hon att hon var törstig.

Familjen blev väldigt lättad över att jag fick kontakt med henne, och att jag kunde översätta de tecken hon gjorde. Att hon inte verkade ha ont eller var orolig gav dem sådan tröst. De förstod att kvinnan, som var väldigt till ären, antagligen inte skulle återhämta sig efter detta och det gjorde situationen ännu mer känslösam.

– Tänk om hon försökt säga nå-

Mina händer i hennes

got ännu viktigare och vi inte förstod, sa dottern med låg röst och log svagt mot mig.

Jag stannade en stund och såg att tecknen ständigt var desamma. Jag erbjöd mig att komma tillbaka om de tyckte att hon börjat göra

nya rörelser som kunde betyda något annat.

När jag gick därifrån kände jag att jag bidragit till att ge lite lugn åt familjen och kanske även kvinnan. Ett möte där händer som möter händer fick vara del i hur stunden blev.



Illustration: Simon Leijnse

Om Varjedag-berättelser

I och kring vår organisation finns sanna, positiva berättelser om händelser, mänskliga möten och insikter i vår arbetsvardag som vi valt att kalla Varjedag-berättelser. De ger en bild av vårt bemötande och våra värdegrundsord: öppet, engagerat och kunnigt. De omvandlar också orden till verklig handling och visar att vi lever efter dem och blir en del av vår strategi för kvalitet och utveckling. Varje dag lite bättre – kraften hos många!

Regiondirektören

Även om vi i Region Kalmar län är en mindre region, sticker vi ofta både upp och ut när det gäller fina verksamhetsresultat. Inledningen av 2025 visar att vårt goda arbete håller i sig.

Under våren har vi fått ta del av utmärkta resultat ibland annat hälso- och sjukvårdsbarometern och den nationella patientenkäten för akutmottagningar. Våra invånare fortsätter att visa stort förtroende för sjukvården i länet och det är ett förtroende som vi ska vara tacksamma för och rädda om.

Ni är många som bidrar till de goda resultaten. Vi jobbar tillsammans med våra invånares

bästa för ögonen, oavsett om det handlar om att servera Sveriges bästa sjukhusmat eller se till så att våra patienter kan komma till sina vårdbesök med hjälp av kollektivtrafiken. En stabil och säker IT-miljö är också en del av helheten, liksom det jobb som görs i de olika stabsfunktionerna. Det är när vi jobbar tillsammans som vi når framgång.

Vi har lämnat ett par svåra ekonomiska år bakom oss och även om vi klarade av det bättre än många andra, har vi med oss stora underskott som vi nu behöver återställa. För 2025 har vi budgeterat ett överskott på 364 miljoner kronor. Det behövs för att fylla på i ladorna igen. Framöver väntar

fortsatt fokus på vår ekonomi och på effektiviseringar, att hitta nya arbetssätt och anpassa verksamheterna på olika sätt.

Vi är också en viktig aktör när det gäller regional utveckling i Kalmar län. Under hösten 2024 blev vi medlemmar i Business Sweden, vilket innebär att arbetet ytterligare har växlats upp.

I slutet av mars lanserades den nya satsningen på etableringar, investeringar och ökad inflyttning tillsammans med länets tolv kommuner. Den tidigare satsningen Flyttahit.nu har utvecklats till Smorgasbord of Scandinavia (Skandinavians smörgåsbord). Det är en viktig del i arbetet med att marknadsföra Kalmar län som inte

bara ett självklart besöksmål på semestern utan även en attraktiv plats att leva, bo och verka i.



Foto: Roger Sjöström

Ingeborg Eriksson

Ingeborg Eriksson | Regiondirektör

Nervenfikat

Yvonne "Tosse" Tillman, trafikplanerare, Kalmar länstrafik



Yvonne "Tosse" Tillman (till vänster) med Caroline Svensson.

Vill nominera vår kollega Yvonne "Tosse" Tillman som är ryggraden på vår avdelning vilket inte är konstigt då hon har 42 års erfarenhet (!!) på Kalmar länstrafik.

När hon nu kommer att gå i pension till sommaren blir det svårt att föreställa sig en vardag utan henne vid vår sida. Hennes engagemang för resenärer, förare, trafik och kollegor är stor. Hon är generös med att dela sin kunskap och är den som lyssnar när någon behöver prata och ställer alltid upp när någon behöver hjälp. Hennes närvaro är en gåva till hela arbetsgemenskapen och hennes bidrag kommer att vara svårt att ersätta. Vi är oerhört tacksamma för allt hon har gjort för oss och för den energi hon har spridit under många år.

Nomineringen kommer från

Caroline Svensson, trafikplanerare, Kalmar länstrafik

Hur känns det?

– Jag blev verkligen överraskad och rörd, hade ingen aning om detta!

Vad gör du på jobbet?

– Jag planerar linjetrafik och skolskjuts i delar av länet.

Vad är det bästa med ditt jobb?

– De både rutinnässiga och omväxlande arbetsuppgifterna i samarbete med fantastiska arbetskamrater och kontaktpersoner på trafikföretag, kommuner och i grannlän.

Har du något särskilt minne från arbetslivet du vill dela med dig av?

– Det har blivit många speciella minnen under åren men ett dök upp direkt. Det var en vinter under mitten/slutet av 80-talet när det var snökaos med flera meter drivor på många platser i länet. Då satte sig självaste VD:n i trafikledningscentralen och med stort kunnande dirigerade han om bussar/förare, som lyckats ta sig i väg från depåer, till farbara vägar. Övrig personal svarade på kundsamtal i alla tillgängliga telefoner. Mat beställdes från Vårdshuset i Högsby, det var ingen som kunde lämna arbetsplatsen för att ta lunch. Tror till och med att en och annan cigarett röktes vid arbetsplatsen den dagen när röksugget hos VD:n blev för alltför stort.

Vilka egenskaper uppskattar du hos dina kollegor?

– Öppenheten, hjälpsamheten och ärligheten är ovärderlig.

Vad gör du på fritiden?

– Vi har fyra barnbarn som jag gillar att umgås med. Den varmare delen av året tillbringas gärna vid havet i mitt föräldrahem som jag har tillsammans med en syster. Där blir det en hel del härliga båtturer. Jag sydde mycket kläder till hela familjen när barnen var små och kommer nog att "ta upp den tråden" igen när jag går i pension.

Berätta något dina kollegor inte vet om dig!

– Som upp vuxen vid havet vindsurfade jag mycket förr, äger också en kajak. Kanske ska ta upp även de intressena igen.