



*Naturen
som arena*

INNEHÅLL

- DET VAR EN GÅNG
- ALLEMANSRÄTT
- DELA BRÖD
- PÅ VANDRING
- ELDEN
- SAMTAL VID LÄGERELDEN
- FISKE
- ÖVER VATTEN
- UTANFÖR SCHEMAT



DET VAR EN GÅNG

En gång i tiden – när projektet med nyanlända påbörjades – planerade vi som vi alltid gjort inför vandringsprojekt: fem-sex timmar i skogen med en timmes lunchrast för grillning. Var och en tar med sig och bär sin egen mat. Vi tänkte på typiskt svenskt vis; någon grillkorv, mackor eller kanske en seven-eleven-sallad. Viktigast för oss var aktiviteterna: promenaden, genomgången av allemansrätten och svenska djur, fisket, paddlingen, skapa en hållbar lägereld för brödbak med mera. Lära sig om svensk natur, förbättra sin hälsa, lite nya ord och så klart att interagera.

Redan första dagen kollapsade planeringen. Eleverna hade tagit med sig en hel buffé, som räckte till alla och lite till. Det var ris- och grynrätter med saffran, asiatiska nudlar, olika sorters dolmar och piroger, smakrika sallader och frukter och söta bakverk som baklava och omsorgsfullt marinerat kött för grillning. En hel del råvaror som krävde omsorgsfull bearbetning. Allt eftersom välstuvade korgar och kassar och grytor packades ur gick det upp för oss att eftermiddagens planerade aktiviteter måste koncentreras. Ordentligt. Vi löste det, så klart. Vi sorterade ut det allra viktigaste i schemat, fick ihop dagen och alla åkte hem med nya kunskaper och en extraordinär känsla av välmående.

Det stod snart klart för oss att detta med buffé inte var någon unik engångsföreteelse, det var en alla-dagars-företeelse. Vi gjorde ett par försök att tydligt markera ”medtag lättare lunch” men språkförbistring och kulturell vana fällde krokben på föresatserna och var dag blev vi stående framför dessa dignande bord.

Det var stressande att se schemat krackelera, men när vi väl hade summerat resultatet av våra första erfarenheter kom förståelsen och vi förändrade rutinerna. Den aktivitet på dagen som gav allra bäst utbyte var – tillredningen och samvaron kring lunchbuffén. Interaktionen mellan elever, lärare och oss naturvägledare var definitivt störst då. Lunchen blev som ett kitt mellan oss, förde oss närmare varandra och gjorde oss mer avslappnade i varandras sällskap. Oavsett var i världen vi var sprungna. Samtalen blev personliga och vi utbytte ofta kontaktuppgifter, framtiden får utvisa vart de leder.

Forskning visar att:

- besök i grönområden ökar positiva affekter som glädje, nyfikenhet, förvåning och minskar de negativa.
- naturen har läkande förmåga: ju fler besök i grönområden, desto lägre risk för depression.



ALLEMANSRÄTT

En början

Det klirrar om porslinet när eleverna hjälps åt att dela ut de skavda muggarna. Jag häller upp rykande hett kaffe och te från kannorna. Det rasslar från sockerburken när ivriga fingrar fångar upp de begärliga bitarna. Jag ser fyra-fem sockerbitar som slinker ner i en enda kopp. Själv njuter jag helst av den bittra smaken, utan inblandning av det söta, men funderar ibland på hur livet skulle te sig under nödtillstånd. Då bröd, te och socker blir ens livlina.

Vi är ungefär tjugo stycken som slår oss ner på träbänkarna runt lägerelden. Det är också tjugo förnöjda ansikten som strax vänds mot mig, var och en med händerna andäktigt kupade runt muggen med den heta drycken. Det är intimt, rofyllt, som en enda gemensam njutning.

Om en liten stund ska jag inleda min genomgång om svensk allemansrätt och friluftsliv, men först ska de få suga i sig av stunden. Av samvaron, av harmonin, av den sköna miljön.

Förhoppningen är att de aldrig ska glömma den här dagen, och längta tillbaka till den här platsen. En dag tar de sina vänner eller familj med på tur hit. En annan dag upptäcker de andra sköna platser för friluftsliv och välmående. Idag ska bli en bra början.



Elden är speciell

- *Att* sitta så här vid elden får mig att tänka på att den är speciell för mig, både i Sverige och mitt hemland, och det är alltid skönt för mig att sitta bredvid elden. Under min uppväxt brukade vi samlas bakom något hus, plocka pinnar från pinjeträden och trä från kasserade möbler. Sedan satt vi runt elden till långt in på natten. Det var sköna kvällar. Vi fick såklart inte vara där, det är annorlunda i Sverige. Här finns speciella rastplatser där man får träffas och elda.

Lära om regelverk

- *N*är jag lär mig om allemansrätten förstår jag mycket mer om olika regler i Sverige. För mig är det mycket intressant. Till exempel varför en cigarettfimp som är så liten blir så viktig att plocka upp.

Vi sitter som vanligt runt lägerelden och talar om rättigheter och skyldigheter i naturen, om att inte störa och att inte förstöra. Mannen som kommenterar är lätt sammanbiten, jag uppfattar det som att han försöker ta in allt – in i minsta detalj. Vad orden ”naturreservat” och ”fridlyst” betyder och hur man tar reda på vad som är fridlyst. Vart man ringer för att kontrollera om det är eldningsförbud. Hur många meter ”utom syn- och hörhåll” från en privat bostad egentligen är. Hur mycket som är ”husbehov” om man vill plocka mossa eller något annat. Någon annan i gruppen undrar varför man bara får övernatta någon enstaka natt på ett och samma ställe. Hon är fascinerad över att man får lov att tälta utan att fråga överhuvudtaget, men varför är tiden begränsad? Vi pratar om förslitningar på naturen, intrång för markägare och att vårda allemansrätten i sig. Frågorna och tankarna är så många att vi drar över tiden. Plötsligt är den gruppen som promenerat på plats och det är dags för lunchpaus. Allvaret skingras, skratten tar vid och snart sprider sig den välbekanta grilldoften.

SFI-klass, Klåveröd

Att som pedagog hålla samma lektion två gånger per dag hela säsongen kan tyckas enformigt och kanske lite tråkigt. Men med elever intresserade från grunden blir lektionerna enormt inspirerande och varierade. Man vet var samtalen börjar men aldrig någonsin var de slutar. En klass som är långt kommen i sin SFI-utbildning ger utvecklade samtal, men det blir minst lika kreativt när eleverna inte greppar det svenska språket och överdrivet kroppsspråk och samarbete inom gruppen leder diskussionerna vidare.



“Allemansrätten” är inte bara rättigheter och möjligheter i naturen i Sverige, det handlar också om svensk kultur och hur man ska vara en del av samhället.

Allemansrätten kan ses som en av inträdespunkterna i samhället.”

Herr & fru Svamp

Vi skrattar gott åt herr och fru Svamp som plötsligt gift sig.

Hela gruppen är förnöjd nu när vi rätat ut alla frågetecken och de fick ett nytt ord. Eller ett nymmalt.

Alltihop började med berättelsen om den vita flugsvampens starka gift. Svampen som förgiftat rekordmånga i Sverige, av de som förgiftats av svamp var de allra flesta nya i landet. När jag berättade om svamparnas gift tittade hela elevgruppen misstroget på mig, som om det jag sa inte kunde stämma. Jag såg hur några skruvade på sig, överlade med sig själva om de skulle ifrågasätta. Kanske blotta sin okunskap. Till slut tog en ung kvinna bladet från mun:

-Samma gift som när en kvinna och man gift sig? Hon visar med högerhanden på sitt vänstra ringfinger.

-Oh, nej! Utropar jag och skrattar till, den vändningen hade jag inte förutsett. Vi enas om att "gift" i alla fall kan påverka livet på många olika sätt, både positivt och negativt.

SFI-klass, Klåveröd

Jag vet nu, av erfarenhet efter många möten med nyanlända i Sverige, att ormsnack intresserar. Även samtal kring giftiga svampar och vilda djur som björnar och vargar. Alltihop handlar om faror. Det handlar om trygghet och om att få kunskap för att kunna delta i samhället.

Infödda svenskar säger sig värdera naturen och naturaktiviteter högt, många lägger en stor del av sin fritid där. Man åker till sommarhuset eller till landet, till skogen eller till fjällen. Fritiden är också den i särklass bästa tiden för möten människor emellan, och naturen är visst och sant en lämplig arena.

När jag som naturvägledare talar om sådant som ormar, rovdjur och fästingar eller skrämmande ljud som skällande rådjur och ugglors hoande handlar det alltså egentligen om att ge nyckeln till en väldigt viktig del av samhället. Och därmed integration.

Fara å färde

- *Fiii!!!* Skriker hon och sätter händerna för ansiktet.

Jag har precis visat bilder på svenska ormarter, snok och huggorm, och nästan hela elevgruppen har reagerat med avoghet.

- Det är ingen fara, säger jag förvånad, det är bara vanliga ormar.

Kvinnan vill fortfarande inte ta händerna från ansiktet, men övriga elever tittar intresserat på bilderna.

- Vad betyder "fara", frågar en yngling.

- Fara betyder ungefär "farligt" och jag menar att svenska ormar inte är så farliga. Dessutom är de rädda för människor.

-I mitt land är ormar som döden och man måste döda alla ormar man ser. Han visar med händerna hur man bryter nacken av en giftorm.

När jag avslutar med att berätta för klassen att ormar är fridlysta då kapitulerar eleverna helt. Kunskapen om att ormar är så pass sällsynta att de måste skyddas är betryggande nog.

SFI-klass, Snogeholm

"I Eritrea kan du inte gå utanför byn ensam, då kommer hyenor och tar dig."

Jakobi, Eritrea

"Du säger att man inte får skada ormar i Sverige, i Kongo dödar man varje orm man ser. De är mycket farliga."

Junior, Kongo

"I mitt land går man inte ut i skogen, det finns farliga djur och ibland människor som anfaller. Man åker istället på utflykt till stranden med hela släkten och grillar och leker."

Mohammad, Syrien

Bröd-revansch

*J*ag hade förberett mig väl, suttit under äppelträdet i min trädgård och gräddat olika typer av brödkakor på stekhällen. Den stora utmaningen var inte att få degen följsam och len utan att reglera värmen, alltså att mata elden lagom mycket och med lagom storlek på veden. Inte för att jag är en hejare på deg, men lite erfarenhet av bakning har vi nog nästan alla.

Efter provsmakning av de olika brödkakorna hade jag kommit fram till att tunna bröd blev mest lyckade. Tunn ved gjorde det lättare att minska eller öka värmen så att bröden blev jämnt gräddade, inte brända. Ett gäng kavlar, skärbrädor att kavla på och rejält med spintad tunn ved packades ner. Och så recept nerskrivna på enkel svenska, med förklaringar för l, dl, cl och ml.

Dagen är inne och jag står förberedd, packad och klar - det är dags för premiär! Jag ska baka inför och tillsammans med en grupp kvinnor från Afghanistan. Nerverna fladdrar lite i maggropen, jag är ingen bagare. Inte ens erfaren hobbybagare. Tänk om det inte blir bra?! Tänk om de skrattar åt mig!?

Jag hör glada tillrop när de får syn på bakutrustningen, några klappar förtjust i händerna. Vi tvättar oss omsorgsfullt, sedan sätter alla igång. Det behövs inga recept, men det roar eleverna att dekryptera uppgifterna om måttenheter. Det behövs inga kavlar, kvinnornas händer slungar vant degen och jag filmar fascinerat. Regleringen av eldens värme, som jag oroat mig för, löser kvinnorna genom att göra som de brukar. De kryper tätt intill elden och huksittande sköts eld och värme utefter deras gedigna erfarenhet. Som om de har en termometer inbyggd i kroppen.

Bröden blir välformade och vackert brungräddade, med en mycket smaklig seg konsistens. De når en helt annan nivå än mina egna ordinära bakverk. Min okunskap om bakning lyser tydligt igenom och det gläder mig. Mitt konstanta överläge – och kvinnornas underläge – i det svenska samhället och i det svenska språket har jämnats ut för en stund. Jag njuter av att de undervisar mig i hur man bäst hanterar en deg och skapar ett gott bröd. Vi tar och vi ger, nu är vi jämlikar.

Nyanlända, Vedema



Bryta bröd

Den tioåriga flickan går runt med ett stort platt bröd i sina händer, det går inte att ta miste på stoltheten. Hon har bakat det alldeles själv: blandat, kavlat och gräddat på elden. Nu bjuder hon alla deltagare och de bryter små bitar av brödet och smakar. Tack! Gott! Säger de alla, fast ibland på annat språk.

Till hennes glädje tar brödet slut innan hon hunnit bjuda alla, nu blir hon tvungen att baka ett till.

Familjedag, Klåveröd



Bröd & salt

- *Vet* du att i Syrien säger man att den som delat bröd och salt inte kan bråka?
- Nej, det visste jag inte men jag har hört ”den man bryter bröd med den bråkar man inte med”.
- Det gäller egentligen vilken mat som helst, om man delar bord så delar man också fred.
- Alla borde dela bröd – eller mat – så att det blev fred någon gång. Det känns i alla fall bra att vi bryter bröd med varandra här i skogen.
- Det tycker jag också.

Jag tänker på pojkens perspektiv, han som sitter vid min sida. Han som lämnade sina föräldrar och sitt land och flydde ett krig, som 15-åring. Och som dessförinnan såg sin bästa vän dö. I sin egen famn.

SFI-elev, Fulltofta

Forskning visar att:

- matkultur bidrar till att skapa en identitet samt en känsla av tillhörighet och gemenskap.

- genom mat uttrycker vi vår identitet, sociala strukturer och meningen med livet.

- mat och matlagning är en relationsskapande funktion av social betydelse.



Att bryta bröd med någon är en symbolhandling för fred i många kulturer. Att ge en gåva av mat är att visa sin uppskattning, sin tacksamhet och sin goda vilja.

Ord som kompanjon och kompis lär komma från brödbrytande (latin).



Det handlar också om integration

Den äldre kvinnan ser bistert på mig och lommar bort till sin plats på picknickfiltarna. När hon slår sig ner säger hon något till sin filtgranne och tittar åter med bister min bort mot mig. Hon har varit förnöjd hela förmiddagen men nu är det något som inte stämmer, men vad?

Eleverna har brett ut filtar på marken som ett långbord och placerat all medtagen mat längs hela sträckan. Det handlar gissningsvis om 13-14 meter filt, dukade med maträtter från världens olika delar. På filthörnen har elever och lärare tagit plats och sitter nu där i vårsolen och äter. Ljuden av uppskattande hummande och lågmälda skratt fyller luften.

Mitt bland dem sitter naturvägledaren Anders med tre överfulla papptallrikar:

-Du får gärna ta av min mat, jag kommer inte orka äta upp den. Jag tittar på hans tallrikar och sedan på mina två. Konflikten mellan att ”man ska äta upp sin mat” och mängden rätter jag tilldelats av de givmilda eleverna har blivit till en tankevrupa och jag vet inte hur jag ska lösa den.

Jag tänker på den äldre kvinnan. Hon med mycket begränsad kunskap i svenska, förmodligen är hon analfabet, hon som ville bjuda mig på sin mat. Sin tradition. Sin kultur. Sin identitet. Sin omtanke. Hur kunde jag tacka nej? Även om min tallrik var full.

Det prasslar om de torra löven på marken när jag reser mig upp. Jag bär min ena tallrik med mig och går fram till den äldre kvinnan:

-Får jag smaka? Hennes ansikte strålar ikapp med vårsolen när hon lastar upp av rätterna. Jag smakar, smackar uppskattande och berättar på lätt svenska hur gott det är. Jag sätter mig på min plats med mina överfulla tallrikar. Som gumman i lådan dyker hon upp, ständigt leende, och fyller på allt eftersom. Jag åt av hennes mat, och vi är vänner igen.

Det har den här tiden lärt – man tackar absolut inte nej till mat när man bjuds. Det handlar om artighet, uppskattning och acceptans. Det handlar också om integration. Eller som en SFI-lärare uttryckte det: ”man blir lätt lite mullig”.

Förberedelseklass, Snogeholm

Smugglare

- *Du* är som min smugglare. Bara så där slänger han det ur sig, med ett leende.

Jag går i täten för SFI-studerande för att bereda väg ut i naturen och den unge mannen som uttryckte det går vid min sida på stigen. Vi följer strandbanken invid Snogeholmssjön och det är alldeles vid vårens magiska lövsprickningstid. Ovanför oss sträcker väldiga trädkronor sina halvnakna grenar mot skyn, i vattenkanten simmar en skrämnd andfamilj undan oss och högt över cirklar vingbreda rovfåglar på jakt. Eller gör de det bara för att de kan? Jag vet vad jag hade gjort om jag hade haft vingar. Lekt med vindarna.

Stunden är fridfull. Men att benämnas ”smugglare” ger mig en klump i magen. Jag kikar hastigt på honom igen och sväljer lite nervöst, förväntar mig att han ska visa någon känsla av obehag eller rent av bryta ihop. Vad vet jag vad en ”smugglare som jag” ger för associationer. Men ynglingen tittar glatt leende tillbaka på mig.

- Heter du Sia, vet du att det heter jag också?!

Och så kommer vi in på samtal kring namn och stavningar, feminint och maskulint, och ingenting kommer att handla om att ta sig till fots genom farofyllt land. Istället utvecklas promenaden till en upptäcktsfärd, med blågnistrande skalbaggar som hamnat på rygg, lena klappvänliga videokatter och spröda örter att smaka. Det kom helt och hållet att handla om upplevelse och kunskap.

Lika mycket handlar det om att njuta - av naturen och dess dofter, ljud och rörelser – och min ständiga förhoppning att förmedla hur naturen kan ge harmoni i kropp och själ och kanske lyckas befästa så pass mycket naturkänsla att det kan bli en ny vana. Och att farorna kan inskränkas till en fästing eller två. Sådant vet man ju inte när man är ny i ett land.

Kan en ”smugglare som jag” ge andra perspektiv på skogspromenad? Jag hoppas och tror det.

SFI-klass, Snogeholm

Forskning visar att:

Naturen tillåter känslor som kan behöva få sitt utlopp, vilket är nödvändigt för att komma vidare i en återhämtningsprocess eller livsprocess.

På pricken

Vi följer den smala vindlande stigen över den stenrika marken och förbi busksnår och till hälften fallna lövträd, det är sommar och barbenta barn skuttar på stenar en bit före oss. Jag och en grupp med nyanlända familjer är på väg till fots genom ett naturreservat. Vi närmar oss en större stig, som är markerad som vandringsleden Skåneleden, när den ena deltagaren skyndar sig fram och signalerar att han vill visa mig något. Han pekar exalterat på den orange pricken som målats på trädstammen.

Jag känner mig minst lika exalterad. Ett par meter från trädet har jag tidigare på morgonen lagt en skåneledskarta som ska förklara och med orange prickar utvisa ledens dragning genom hela Skåne.

Med hjälp av tolk förklarar jag att färgprickar på träden oftast betyder att man kan följa dem och gå en promenad runt i naturen. Men att just orange betyder att promenaden kan vara väldigt lång. Över hundra mil när det kommer till Skåneleden.

Vi pekar på kartan var vi befinner oss, ser den blå ytan som föreställer sjön vi står invid och ser den markerade etappen som mestadels följer sjökanten. Vi ser också hur vandringsleden förgrenar sig både norr- och söderut.

- Aha, säger mannen förtjust, nu förstår jag! Han berättar vidare att han bor alldeles i närheten och oron för sin asylsituation driver honom ut att röra sig överdrivet mycket. Han har då fått syn på de mystiska färgprickarna och börjat förstå att det finns ett system, men han har inte kunnat gissa vilket. I landet han kommer ifrån finns inget liknande, ingen kan bege sig fritt ut i terrängen med livet i behåll. En dag tog nyfikenheten överhand och mannen gick från prick till prick. Han gick hela dagen, runt hela sjön och kom tillbaka hem igen. Som magi!

Vi är lättade båda två, tycker att det är fantastiskt. Han för att han fick svaret på gåtan och jag för att alla i gruppen verkligen förstod syftet och värdet med de målade prickarna. Känner mig dessutom väldigt tacksam att det var en av Skåneledens rundleder han följde, som inte förde honom ända till Blekinge, Halland eller rent av Köpenhamn.

Nyanlända, Hovdala

Kniven på strupen

Bredvid mig på stigen går en man och gråter. Värken i hans hjärta är så stark att den på något sätt spiller över på mig och jag upplever hans tacksamhet ända in i mörget. Vi har haft en fin dag i skogen tillsammans och portarna till känslolivet är på glänt.

Mannen är i sextioårsåldern och går i svensk förberedelseklass. Hela klassen har med hjälp av tolk fått lära sig om svensk natur, djur och allemansrätt. De har fått prova på lite typiskt friluftsliv som promenad längs markerade stigar och göra upp eld med tändstål. Tanken var en enkel matsäckslunch men på typiskt mellanösternvis har de haft med sig en hel buffé av maträtter och återigen visat mig sin väldiga generositet och att grillandet är en stor konst som kräver tid och engagemang för att smaka som bäst.

Han som gråter har mindre än en veckas svenskundervisning så språket sträcker sig till ”Hej, jag heter Ahmed. Vad heter du?”. Engelska bemästrar han desto bättre och han ber omsorgsfullt om ursäkt för att han gråter. Två månader tidigare befann han och större delen av hans familj sig i ett krig. Den äldsta sonen och hans dotter hade tidigare lyckats ta sig från Damaskus i Syrien, över Medelhavet, genom hela Europa och till Sverige. Här fick de alldeles nyss tillstånd att föra hela familjen i säkerhet och en flygplansresa senare är familjen förenad på skånsk mark.

Med ögon översvämmade av tårar och handen på hjärtat går en man på en stig i den praktfulla skånska bokskogen och från gläntor i lövtaket strålar ljuset över honom.

- Min familj är mitt allt. Mina barn och mina barnbarn är alla här, vid liv. I Sverige.

När jag sätter mig i bilen och kör hem, tar jag med mig en liten skärva om hur det är att leva med kniven på strupen. På riktigt.

Förberedelseklass, Fulltofta



“Att fly är att förlora en del av sin identitet.

Att återknyta till traditioner och vanor är viktigt för att återvinna sin identitet, sin självberättelse och känslan av sammanhang.”

Mitt hemma

*L*ängst in i raststugan flammnar elden och två kittlar med vatten står på uppvärmning. Bussen från Malmö har precis anlänt och kvinnorna flockas nu framför eldstaden med sina mobilkameror. Inomhuselden brukar inte vara tänd då brödbakandet kräver uppsyn över tillräckligt många eldar ändå. Men den här dagen krävde vädret en plats att torka upp och värma regnvåta och kylslagna händer, och just den här lilla fingervärmarelden kom att spela dagens huvudroll och lindra även en annan sorts kyla.

Att människor lockas till elden är ingen nyhet. Liksom nattflyet dras till ljuset - så frestas människan av elden - och så verkar det vara över hela jordklotet. Men det är något utöver det vanliga den här dagen. Inte något basalt behov av att finna ro av att blicka in i de dansande flammorna eller lyssna till eldens meditativa knäppande. Det är något djupare.

Kvinnorna är på en gång upprymda och upprörda. De rör sig oroligt runt elden, varv på varv. Läger längtansfullt händerna på stenväggen, smeker över stenarnas svala välvda yta. Sväljer ner lite vemod. Rättar till något vedträ så att syret får bättre tillträde. Klappar uppmuntrande på träbjälkarna.

Tystnaden har talat redan innan den spruckna kvinnorösten lägger till:

-Precis som hemma, precis som mitt hemma.

Sucken som följer är befriande och jag tänker tacksamt på det väntande gemensamma brödbakandet som kommer att föra dem ännu närmare sitt hemma.

Eld som förför och förgör

- Bästa platsen, säger han och sveper med armarna framför eldstaden. Han har suttit ensam inne i raststugan en god stund, blickandes in i lågorna. Klassen ska samlas utanför, vid den större lägerelden, och vi ska gå igenom svensk allemansrätt och friluftsliv. Efter några påstötningar får jag slutligen honom att lämna den Bästa platsen.

Efter genomgången tar vi upp tändstålen och eleverna får prova på att tända eld. Inför det kommande brödbaket behöver vi ha fyra eldar igång. Jag inser snabbt att den unge mannen är erfaren eldare, han bygger omsorgsfullt från enkla gnistor till stora välmatade eldar.

Han fläktar ihärdigt på dem alla, en efter en. Allt eftersom betar han sig alltmer som en furie och far hastigt fram emellan dem. Klasskamraterna runt eldarna verkar han helt glömt bort och de backar undan för att inte bli nersprungna eller få de uppfläktade eldslågorna på sig.

Efter en halvtimmes nästan maniskt eldande lugnar han åter ner sig, lommar in i raststugan och sjunker ner på Bästa platsen. Hans lärare vänder sig mot mig och säger stillsamt:

-Han får upp minnen. De tre sista åren i Syrien eldade han mycket, Gud vet vad han tvingades elda.

SFI-klass, Klåveröd

“Krig är den mest dramatiska koncentrationen av kraftfulla, destruktiva stressorer som människan känner till.”

Mot sin vilja

Jag försöker förstå hans irritation. Han visar med hela sitt väsen att han inte vill att jag ska lära honom hur man gör eld med tändstål. Vissa saker kan vara svåra att få instruktioner av en kvinna, om man är man. Eldning är en sådan. Eller hade han helt enkelt tappat humöret den här dagen.

Föremålet i sig, alltså tändstålet, brukar trolla bort allt motstånd. Lusten att få veta hur det funkar och få prova själv är nog större än behovet att ”vara bäste dräng själv”. Men den här unge syriska mannen ignorerar både mig och eldövningen. Han väljer istället att spela hög musik och lasta ved på elden nästan värdigt ett valborgsbål, allt medan ilskan sipprar och pyser om honom.

Försiktiga frågor om hans tid i Sverige och hemland avslöjar att han haft två ynka månader på säker svensk mark. Jag minns stresspåslaget hos mina vänner på asylboendet hemmavid och bidar min tid. Jag låter musiken lugna honom lite, justerar den brinnande vedtraven och räknar högt till fem på arabiska. Mannen höjer på ögonbrynet. Min arabiska sträcker sig inte mycket längre än så och hans svenska och engelska är lika begränsad - det finns inte så mycket vi kan säga till varandra. Men musiken! Han gör några instinktiva rörelser till musiken, plötsligt ser jag min chans och svarar med samma axelrörelser. Strax är vi fullt upptagna med att dansa kring elden med våra regnrockar flaxande kring kropparna. Dansglädjen sprider sig som en löpeld och övriga elever sluter upp. De klappar, dansar och filmar. Förutom att dans frigör mängder av oro så är elevernas glädje över att finna en svensk tant som dansar orientalisk dans faktiskt obetalbar.

- Dansa mera! Kvinnorna tar mig i handen och leder mig bakom ett uthus. Här kan även de dansa utan att blygas. Höfterna vibrerar, glädjeronen ljuder, skratten ekar och svetten lackar. Slutligen - när musklerna är som spända fjädrar och andningen så ansträngd att bröstet känns som sandpapper - plockar jag fram tändstålet och visar hur man skapar ett gnistregn och för det vidare och får till en liten eld. Alla kämpar hårt och får in tekniken. Den unge mannen strålar av glädje och stolthet. När han mot slutet av dagen ska stiga på bussen tar han min hand i sina båda och tackar, och det finns inte ett spår av hans tidigare irritation.

Förberedelseklass, Fulltofta



Att känna sig hemma

- *F*år jag? Säger han lite blygt och gör en rörelse med handen mot den utposterade huggkubben och yxan.
 - Hugga ved menar du? Ja, det får du gärna, säger jag, nickar och ler. Man vet aldrig hur mycket svenska eleverna fångat upp så jag använder gärna både tal- och kroppsspråk. Eleverna brukar få prova på att hugga ved, de som vill. Ibland blir det mest en selfie med yxan i högsta hugg, ibland önskar de verkligen bemästra vedhuggandets konst, andra gånger handlar det om att vi de facto behöver veden. Vilket som så är säkerheten viktig och jag följer honom fram till huggkubben.
 - Vet du hur man gör?
 - O ja, jag kan. Mycket i mitt land. Han fattar yxan och visar sig vara den mest erfarne vedhuggare jag mött. Och den mest dedikerade. Mellan dagens olika aktiviteter ser jag honom allt som oftast med yxan i näven, som om yxan och mannen blivit ett. Vårt dagsbehov av ved blir med råge uppfyllt och förmodligen också hela veckans.
- När det till slut är dags att säga adjö för dagen ser han nästan kärleksfullt bort mot kubben:
- Jag har aldrig känt som hemma i Sverige, förrän nu.

SFI, Fulltofta

VID LÄGERELDEN

Jag älskar Sverige!

- Jag äälskar Sverige! utbrister hon och far ut med armarna som om hon vill ge hela världen en stor kram.

- Här kan jag gå ut när jag vill och nästan göra precis vad jag vill. Och min mamma kan vara lugn. Jag kan studera och bära fina kläder.

Jag har betraktat henne under förmiddagen. Svårt att låta bli, hon är en karismatisk person med mycket skinn på näsan. Kanske i 18-årsåldern. Nu sitter vi samlade kring lägerelden och pratar om allt och inget. Enormt bra flöde att placera främlingar runt en lägereld.

- Mitt hemland är inget för flickor, fortsätter hon. Jag kunde inte gå ut fem minuter och vågade absolut inte gå i skola. De bompar där förstår du?. Hon tittar frågande på mig men fortsätter utan att vänta på svar:

- De bompar ”pang” med bomper, eller kastar syra i flickans ansikte. Ibland förgiftar talibaner vattnet så alla flickor måste åka till sjukhus. De vill inte ha skola för flickor, förstår du. Flickor ska vara hemma.

Jag rätar spánt upp mig, jag har inte känt igen dragen i hennes ansikte, heller inte huvudduken som inte sitter lättsamt draperad som brukligt hos många av dem jag mött. Den är snarare hårt dragen kring huvudet och visar inget annat än själva ansiktet. Men jag känner igen hennes berättelse:

- Var är du född? undrar jag.

- Kandahar, svarar flickan och det klickar till i mig. Jag som läser ”allt” om Afghanistan. Landet jag inte ens kunde placera geografiskt för ett par år sedan. Framför mig sitter nu en livs levande pusselbit till mer kunskap. Jag förstår nu den tajta huvudduken, kvinnorna i Kandahar är extremt hårt utsatta. Troligen en av världens tuffaste område för kvinnor och flickor.

- Ojoj, senast igår var det en bilbomb som skadade och dödade över femtio personer i Kandahar, mumlar jag. Hon tittar förvånad på mig.

- Känner du Afghanistan?

- Ja, jag läser nyheter därifrån. Hon tittar förnöjt på mig och fortsätter:

- Så bra! Då vet du att människorna inte har mat, inte ens bröd.

Hon är tillfreds, det syns tydligt, över att ha hittat någon som uppmärksammat nöden i hemlandet. Någon som kan bära informationen vidare och kanske göra någon nytta. Flickan fortsätter:

- Människor dödas hela tiden där, de har slutat bry sig. Min kusin arbetar med nyheter och företaget måste hämta henne med bil varje dag.

Jag försöker visualisera kusinen med sin täckande dräkt, den framkörda bilen och nyhetsbyrån. Det går sådär, mina referensramar räcker helt enkelt inte till. Flickan fortsätter:

- Min kusin säger ”Gör som ni vill” till talibanerna. De har hotat att döda henne flera gånger, om hon inte slutar arbeta. ”Gör som ni vill, men jag måste arbeta. Jag är äldst. Min far saknar arbete och röker haschisch hela dagarna”.

Runt vår lägereld sitter en handfull människor, både män och kvinnor. Alla är förskräckta. Och så tar samtalet om kvinnors liv och begränsningar i olika länder fart. Vi är alla födda på olika platser: Sverige, Syrien, Förenade Arabemiraten och Afghanistan. Men flickans berättelse går utanpå alltihop, kryper innanför skinnet och lämnar ingen oberörd.

Förberedelseklass, Bockeboda

Fem månader från vad?

Hon talar sakta och med väl valda ord. Som om orden vore guld värda och som om formandet av läpparna handlade om akrobatik på elitnivå. Kvinnan är i tjugooårsåldern och vacker som en dröm. Hennes änglalika leende sprider obeskrivlig värme omkring sig, en sådan mildhet som bara gravida och nyförlösta mammor besitter.

-Kom till vårt bord, sitt med oss! Välkommen!

Hon sitter vid ett rastbord lite högre upp i backen, i skuggan under björkarna. Mitt emot sitter hennes nästan jämnåriga syster och bredvid dem står två barnvagnar parkerade.

Jag slår mig ner vid det stora träbordet och bjuds på en mix av grillad kyckling, kött inbakad i deg, sockerstinna bakverk och tjock yoghurt att dricka. Kvinnan trugar mig att äta och berättar sin historia, så långt som hennes svenska bär. Hon vill att jag ska smaka allt, förstå allt, lära känna hennes familj, och hennes kultur och hennes nyfikenhet på mig har heller inga gränser. Hon tar mig med på en vidunderlig resa, endast fem månader lång.

Det är den tid det tog att lära sig den vackraste och mest välartikulerade svenska jag hört. Jag ser framför mig den höggravida kvinnan ljudande till övningsfilmer på Youtube. För det var det enda hon hade att tillgå.

Fem månader var den tid som behövdes för att fly ett krigshärjat Syrien, föda sitt första barn och nu hålla picknick vid kanten av en skånsk sjö. Storögt tittar jag på henne, vilken kvinnekraft! Och denna sprudlande livslust! Jag lapar den i mig, jag fyller lungorna och hela mellangärdet med den, och jag verkar aldrig få nog.

Barnvagnen vid hennes sida gungar till och den lilla människan i vagnen vaknar ur sin sömn. Kvinnan lyfter försiktigt upp sitt barn och lägger honom i sin famn. Jag tänker ”fem månader bort från en sönderbombad stad. Eller ett flyktingläger”. Vi fortsätter nyfiket vårt samtal.

-Hur gammal är din baby?

-Han är fyra månader, svarar hon och ler stolt. Det surrar i skallen på mig när jag inser ansträngningen och oron vid flykten, gravid i åttonde månaden.

Jag vill gärna knyta oss samman som de mammor vi är och funderar på om våra barn har sett dagens ljus på samma sjukhus, chansen för det är ganska stor.

-Föddes din pojke på Centralsjukhuset? Mina pojkar föddes där.

-Nej, han föddes i byn.

-Men... i byn finns inget sjukhus???

-Min mamma kan. Hon vänder en tacksam blick mot sin mamma som sträcker på ryggen och ler stort mot mig.

Jag blinkar förvånad. Hur naturligt det än verkar att föda sitt barn hemma så tar det tid att smälta den tanken. Jag vänder mig mot den äldre kvinnan och frågar om hon förlöst sitt barn hemma. Den nyblivna mamman översätter och svarar mig:

-Mamma har hjälpt både mig och min syster, min systers barn är tre månader.

Jag ser baljor med klart vatten, högvis med lakan och handdukar framför mig och undrar om jag själv har förmågan att hjälpa vid en förlossning. Jag liksom många andra har kommit väldigt långt bort från det som tillhörde vardagslivet för hundraåret sedan. Det är trösterikt att se hur dessa tre kvinnor bemästrar kaoset, i spåren av att den ordnade tillvaron övergett dem. Kriget i Syrien startade 2011.

Förberedelseklass, Breanäs

Om jag har ett spö, då fiskar jag!

- Om jag har ett fiskespö, då fiskar jag! Den unga mannen säger det med eftertryck, och fortsätter:


- Alltså, vad jag menar är att jag fiskar mycket för det känns bra. Man kan ta det lugnt och bara tänka på om man får fisk. Och glömma sina problem.

Det är vintergrått ute och vi sitter inomhus och har ett samtal om friluftslivet i Sverige och erfarenheter från hemlandet. För det vill jag tillägga att det är minst lika spännande att få höra om elevernas tidigare erfarenheter och reflektioner som det är att visa och berätta något nytt för dem.

- Eftersom jag vuxit upp i en stad utan sjö och skog nära blev det första gången jag fiskade och min första skogspromenad - tillsammans med er. Sedan har jag blivit fiskeexpert! Han skrattar gott åt det där, för antalet fångade fiskar är inte extremt och storleken på de fångade fiskarna är inte heller så imponerande, men antalet gånger är definitivt utöver det vanliga. Längs stränder, på fiskebryggor och från små båtar. Runt om i nästan hela Skåne. Jag tänker på hur många av eleverna som berättat just detta, att fiske blivit en värdefull hobby för dem. I synnerhet männen nämner fisket som en ny vana. Han funderar lite och fortsätter:

- Jag minns att jag tyckte det var väldigt vackert med träden och skogen när jag kom till Sverige, fast kallt. Även om skogen var vacker så vågade jag inte gå ut i den. Alla på asylboendet tänkte att skogen var farlig, så vi var alltid inne. Sen kom ni och promenerade med oss, och vi var alla glada. Glada för att vi för första gången fick komma ut i skogen och uppleva den. Glada för att det kom svenska människor och hjälpte oss. Två dagar efter utflykten gick vi ut själva, jag och en familj från min hemstad. Vi gick samma väg som vi hade gått med er, ni hade lärt oss följa prickarna på träden.

- Till sommaren vill jag ut och fiska igen, och paddla kanot. Det ser jag fram emot!



“Vild natur kan befria människor från krav och skapar frihet att bara vara och inte behöva göra någonting.”

Tack, men jag går hellre

- *Tack*, men jag går hem senare.

- Går??? säger jag förskräckt och fortsätter, vi är 25 km från din stad nu. Det är söndag och det går inga andra bussar idag, förutom den vi hyrt.

- Tack, men jag går hem.

- Men... bussen väntar på dej nu och det blir mörkt om 3-4 timmar.

Jag börjar bli stressad över bussen som väntar en bit bort, den har redan väntat en bra stund medan vi letade efter den saknade passageraren. Jag oroar mig över om mannen verkligen förstår mig. Vår gemensamma svenska har inte räckt till så för tillfället har vi övergått till engelska. Tanken på att lämna en elev i skogen ger en väldigt märklig känsla. Mitt arbete är att alla ska ha en trygg och trivsamt dag ute i naturen, och då ingår inte "ett visst svinn".

- Tack men jag har i princip gått till fots från Syrien, denna promenaden är inget problem för mig. Även om det blir mörkt.

- Jag förstår, men varför? Du har redan varit här fem timmar, strax åker all personal hem och då blir du alldeles ensam.

- Tack, men jag har inte fått någon lugn och ro här på hela dagen. Hela tiden så många människor och allt jag längtat efter är att sitta här, fiska och få känna lugnet. Du förstår, det här är mitt liv. Det som får mig att må bättre och vilja leva. Så fort jag är ledig från skolan tar jag fiskespöt och söker upp en lugn och skön plats. Jag har sett fram emot den här dagen, då jag skulle få resa till Snogeholm och koppla av. Men hela dagen har människor stört mig, ställt frågor, varit högljudda. Jag blev irriterad och frustrerad och nu behöver jag verkligen få vara här för mig själv en stund. Då blir allt bra. Jag lovar dig att jag kan ta vara på mig och ta mig hem. Tack för din omtanke, men jag ber dig låt mig få denna stunden.

Vad gör man? Jag gav honom stunden, satte en karta i hans hand, markerade de hållplatser som finns nära och skrev upp busslinjerna. En helt ny erfarenhet för mig som naturvägledare.

SFI-klass, Höstdagen i Snogeholm



“Den inbyggda långsamheten i naturen är särskilt betydelsefull för individer med utmattningssyndrom.”

ÖVER VATTEN

Dåliga känslor

- Jag får dåliga känslor när jag ser de där. Hon pekar på högen med flytvästar och ruskar på sig som om hon försöker skaka av sig något obehagligt.

- Jag förstår att det är bra att man har dem, men jag får verkligen dåliga känslor. Hennes blick ser ut att försvinna bort i fjärran när hon rör vid minnen från flykten och hon fortsätter:

- Du vet att stranden i Grekland var full av sådana? Och jag vill helst inte tänka på det alls!

Hon och väninnan vänder på klacken och beger sig iväg bort mot skogsdungen med fiskebryggorna. De har fiske på schemat och har varit taggade att få prova hela morgonen. Förutom bryggorna finns det fyra roddbåtar att åka ut och fiska med, men för det krävs att man tar flytväst på sig.

Jag blir strax upptagen med gruppen som ska elda och baka tillsammans med mig och släpper mina tankar på de fiskande tjejerna. Under den närmaste timmen har jag fullt upp med gnistor, bakdeggar och att informera om allemansrätt. Men när lektionen avslutats börjar jag åter fundera på tjejerna, fick de någon fångst egentligen? Jag hoppas det. Om livets premiärfiske ger napp är chansen för ett nyvunnet fiskeintresse större. Och kanske ett frö till ett naturintresse på köpet. Jag tittar bort mot fiskebryggorna men träd och buskar som så vackert hänger ut över vattnet skymmer sikten. Längre ut på sjön är alla fyra roddbåtarna igång och skratten kommer rullande längs vattenytan. Elevernas kontroll över åror och riktning är lite si och så men glädjen över deras vingliga färd desto större. Båtarna går i sicksack, lite framåt, lite bakåt och för somliga mest runt runt.

Jag kliver nerför den sandiga backen till sjöstranden och till naturvägledaren som står nedanför, tänker att jag behöver få bekräftat att det är dags att tända grillarna inför lunchen.

- Förresten, hur gick det för de två fisketjejerna? frågar jag.

- Jodå, de är där nu, svara han och pekar ut mot en av roddbåtarna.

I båten ser jag tjejerna, glada och avslappnade, med flytvästar på. De kan nog behöva lite assistans för att ro i land men bara genom att trä flytvästen över huvudet tog de själva det absolut viktigaste steget.

Lite senare, när lunchpausen inletts, hörs musik utifrån den stora badbryggan. Längst ute på plattformen har en handfull ungdomar börjat dansa med varandra. Tjejerna!

-Det är så viktigt att de får känna den här friheten ibland, säger läraren som står vid min sida och tittar på de unga. De har fått så lite av den varan.

Solen strålar över dansarna, vinden leker med deras kläder och scarfar - och de dansar länge, länge.

SFI-klass, Frostavallen



“För att övervinna trauman kan ibland en konfotation vara nödvändig för bearbetning”.

Nyfikenhet

- Jag är lite rädd, piper hon ynkligt när hon kliver i den vippande kanoten. Hon har själv tagit beslutet – och modet – att för första gången prova på att ta sig fram med kanot. Vi har diskuterat det fram och tillbaka och jag har låtit henne själv känna efter vilket som överväger; nyfikenheten eller rädslan. Den här gången blev det nyfikenheten.

- Det är ingen fara, du kommer att hitta balansen och allt kommer att gå lugnt och fint.

Jag ser ut över sjöns vattenyta. Den milda brisen föder små stillsamma krusningar på ytan och solens strålar får dem att glittra som diamanter. Jag tänker att den här dagen är den bästa, om man vill följa sin nyfikenhet.

Jag ställer mig bredvid kanotens akter och placerar kanoten som i ett skruvstöd mellan knäna. Den unga kvinnan klättrar smidigt fram i hukad position över kanoten och sätter sig lättad ner på sitsen vid fören. Hon fattar tag i paddeln och tittar med beslutsamhet på mig.

- Håll händerna brett isär på paddeln och sitt gärna brett isär med knäna, så blir balansen bättre. Nu stiger jag strax i kanoten, så det kommer att gunga lite.

Kvinnan skriker till när kanoten vajar då jag tar plats. Jag tar några paddeltag och vi glider ut på fritt vatten, bort från den svårmanövrerade strandkanten. Hon sitter rak i ryggen och rygg-tavlan är till en början mycket spänd. Hon doppar försiktigt paddeln i vattnet och frågar:

- Så här?

Jag visar paddelns resa, framifrån och bak. Tillsammans får vi kanoten att skjuta fram som en projektil över ytan. Sedan hör jag inget mer. Inte mer än kluckandet från vattnet mot kanotens plåtyta, ljudet från paddlarnas dopp i sjövattnet och dropparna när de lyfts upp inför nästa paddeltag. På avstånd hörs elevernas framfart på sjön och puttrandet från hjälpbåtens motor.

Kvinnan i fören lägger paddeln åt sidan och sträcker sina armar rakt ut, hon vänder sitt ansikte upp mot skyn och ropar:

- Se, jag flyger!

Alla sätt är bra, utom de dåliga

Jag står på sjöstranden och tittar ut över det gråa vattnet. Min grupp höll egentligen på med lägerelden men rop utifrån sjön fick oss att avbryta för att se vad som stod på. Alldeles för långt ut på öppet vatten cirklar två kanoter och på väg mot dem ser jag hjälpbåten med naturvägledare Anders.

Vinden ligger på en aning så för kanotister vore det allra bästa att hålla sig nära land, där man får lite skydd från vinden, men upptäckarlusten har uppenbarligen tagit överhanden och de fyra kanotisterna har lämnat utstakad rutt. Plötsligt vurpar den ena kanoten, och inom en minut har även den andra vänt upp och ner. Många tankar korsar huvudet: hur väl simmar de? Hur kallt är det i vattnet? Det är maj månad men ingen försommarvärme än.

Jag ser hur de jobbar på med förankring inför bogsering, jag ser fyra huvud som sticker upp ur vattenytan, några alldeles invid kanoterna, några är redan på väg simmandes in mot land. Här gäller det att få ordentlig fart på lägerelden, få fram extrakläder eller filter och varmt te.

Först anländer simmarna. Kramar ur och hänger upp sina kläder på tork runt eldstaden. Kryper upp och sätter sig nära nära lägerelden. Gnuggar händer och fötter och det vita skinnet återfår snart sin färg. Strax hörs skrapljuden från de anländande kanoterna som når land och dras upp. Ännu ett par genomblöta kanotister ansluter till lägerplatsen.

Jag funderar en stund på om dagen är förstörd, om den goda stämningen är borta, om vi ska avbryta och köra hem. Till det varma och torra. De unga pojkarna diskuterar kring elden, delvis på sitt eget språk så jag vet inte exakt vad som avhandlas.

Nej, ingen vill åka hem. Man vill elda mer, sitta runt elden, grilla sin mat, baka mycket bröd, koka mycket te. Någon tar fram sin högtalare och sätter igång musik. Eleverna börjar dansa, axlarna skakar, höfterna vibrerar och de får rosor på kinderna. Och så blev alla varma och torra och några vill ut och paddla igen. Någon sätter en fiskekrok genom fingret men vi får ut den igen.

När dagen slutligen är på väg att ta slut - vill de fortfarande inte åka hem.

Dans står inte på schemat, men ändå

*M*usik och dans står inte på vårt schema men har likväl kommit att tillhöra vardagen. Det började redan första dagen med elevernas omedelbara önskan om musik, hur skulle vi ställa oss till det? Tanken var ju tvärtom, att de skulle upptäcka hur man kan må väl av tystnaden och naturens egna ljud. Avslappning och fullständig närvaro i nuet.

Det finns oftast en gyllene medelväg att gå – att låta det egna valet och musiken flöda under lunchpausen – och det fick bli vår väg. Och så plockades mobiltelefoner och högtalare fram, ibland något instrument hemifrån och emellanåt fick våra vattendunkar och bord bli till trummor med olika klang och resonans.

Att takter och toner leder till dans verkar närmast vara en av jordens naturlagar. Så fort musiken startas upp börjar det också rycka i dansbenen. Redan efter några enstaka takter är flera dansare igång, strax tar någon täten och inleder en långdans som inspirerar allt flera. Elever, lärare och oss naturvägledare. Snabba fötter stampar i marken och sparkar så att den fina jorden lägger sig som ett moln av damm framför oss. Varv på varv sprätter vi runt tillsammans. Svettiga och andfädda låter vi ringen lösas upp, några faller från, andra kommer till. Dansen sprider sig över lägerplatsen och ändrar karaktär, ofta orientalisk, afrikansk eller någon namnlös dans. Det värker i bröstet av ansträngning, mjölksyran pumpar i benen, allt medan de som inte dansar klappar takten och driver dansen vidare. Det går inte att inte ryckas med, när den renaste formen av glädje sprider sig genom gruppen.

I minnesbanken finns många danstillfällen som sticker ut. Framför allt då danslusten drabbat hela gruppen och allas kinder lyste röda efteråt. Men också när enstaka personer ”rockade loss”. Som den kortväxta kvinnan i sextioårsåldern som dansade varje ledig stund under hela dagen, på stranden invid Snogeholmssjön och barfota på gröngräset bredvid picknickfilten. Hon bjöd upp alla som passerade förbi. Den glädjen gick inte att ta miste på. Eller den unga palestinskan som skapade ett trummmande band med hjälp av våra plåtbord och bjöd oss på explosiv och nästan aggressiv dans. Kanske vad en frustrerad mamma behöver när hon flytt hela sitt liv, först Palestina sedan Syrien, nu med barn och man väntades kvar i Syrien. Att leva sig in i hennes situation är omöjligt. Minnet av mannen som tappat humöret någonstans och återfann det under en danssession i Fulltoftaskogen kommer jag att bära med mig genom hela livet..

Forskning visar att:

- musik kan dämpa stressreaktioner och skydda mot skadliga effekter av stress.
- dans har positiva effekter på depression, ångest och stress.
- dans kan nå de djupare delarna av hjärnan, den så kallade känslöhjärnan.

Dansterapi började användas vid krigstrauma efter andra världskriget.



En omtumlande tid – så kan man beskriva mina senaste år och de tusentals möten med nyanlända som jag fått uppleva. Många av dessa möten har påverkat mig på djupet och några av berättelserna har sedan krävt att få bli nedskrivna.

Direkt ur hjärtat.

Cia Larsson



**STIFTELSEN
SKÅNSKA
LANDSKAP**

Projekt:
Naturen som arena
- för integration



Skogssällskapet