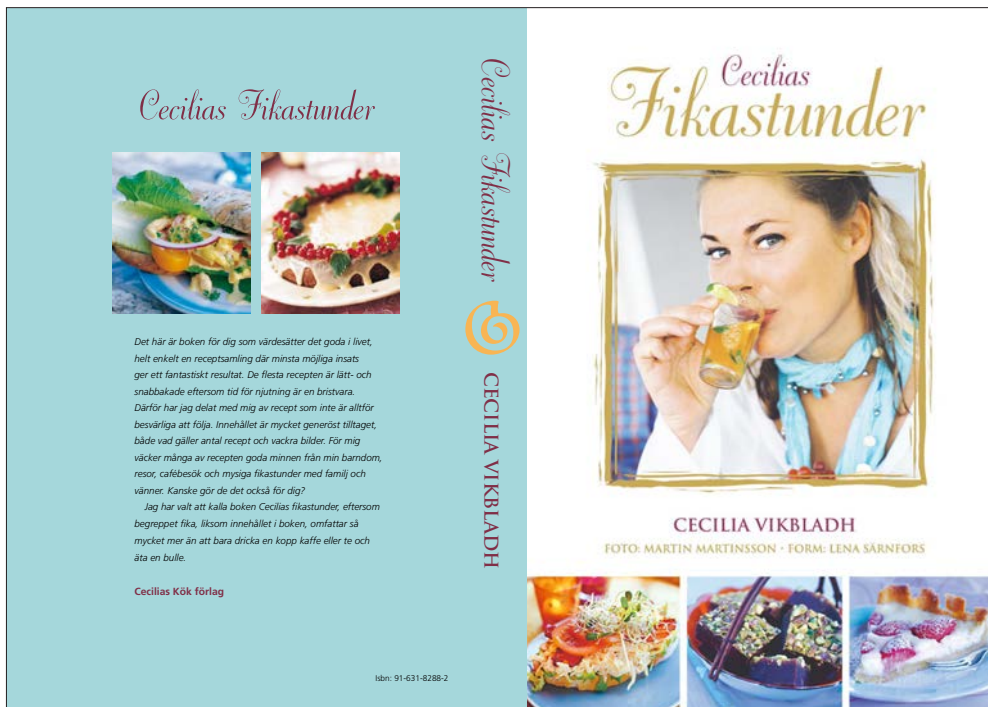


CECILIAS FIKASTUNDER, CECILIAS KÖK FÖRLAG – BOK

Formgivning och originalproduktion av bokomslag och inlaga på 200 sidor, för Cecilias Kök förlag.





Cecilia Vikbladh – Idé, recept & styling
Jag som har skrivit boken heter Cecilia Vikbladh och har under de senaste åren gett ut två böcker "Medelhavsmat för svenska kastruller" och "200", båda på Kakao förlag. Den här boken har jag producerat själv och det är det roligaste jag någonsin har gjort. För en person som alltid läser desserterna först på menyn är det här naturligtvis ett drömsprojekt. Förlagare har jag arbetat som matredaktör åt veckopressen, produktutvecklare inom förlagsbranschen samt under fem år drivit Cecilias Kök, en cateringfirma och delikatesbutik i Hällviken i Skåne.



Martin Martinsson – Foto
Martin Martinsson har arbetat som reklamfotograf i över 30 år. Under 70-talet var han en flitigt anlitad "Rock'n roll-fotograf" och fotograferade stjärnor är ett skivbolag. Han övergav Stockholm 1977 och flyttade då till Malmö. Sedan dess har han mestadels arbetat med mode och skönhet. Det har varit fantastiskt att tillsammans med min gode vän Martin skapa de fina bilderna. Hans fingertoppkänsla för bildspråk och ljus har lett fram till de magiska bilderna i boken.



Lena Särnfors – Form
Lena Särnfors har i många år jobbat som formgivare på reklambyråer och förlag i bland annat Malmö, Stockholm och New York. Hon arbetar numera även som yogainstruktör. Resor till världens alla hörn, musik och dans är inspirationskällor. Efter en kort tid på samma arbetsplats skildes våra vägar åt. Jag har länge väntat på rätt tillfälle att åter få arbeta tillsammans med Lena. Hon har en fin, helt speciell känsla för form och färg. Med hjälp av Martins bilder har hon skapat en bok som jag är säker på att många, förutom jag själv, kommer att älska.



© Cecilias Kök förlag i Hällviken • www.ceciliaskok.se
Idé, recept & styling: Cecilia Vikbladh • Foto: Martin Martinsson • Form: Lena Särnfors
Tryck & rens: Fäthin & Hästen i Värnamo, 2006 • Papper: Lesebo Linne 150 g
ISBN: 91-631-8288-2

- 2 dl vetemjöl
- 1 tsk bakpulver
- 2 tsk vaniljsocker
- smör till långpanna eller form
- 1 dl kokosflingor till långpanna eller form
- Citronkesella
- extra kokos att strö över

Sätt ugnen på 175°. Smör en form med löstaggbar kant eller en form på ca 20x30 cm. Strö den med kokosflingor. Smält smöret i en kastrull på svag värme. Visa ägg och socker plögs. Blanda ner kokosflingorna i det smälta smöret och rör sedan ner det i äggblandningen. Blanda samman de torra ingredienserna och rör ner dem i smeten. Häll smeten i formen och grädda i 15-20 minuter. Låt kakan svalna innan du skär den i 12 bitar. Bred Citronkesella på skärytorna och toppen. Strö över mera kokos.



BJERREDS SALTSJÖBAD KALLBADHUS – FOLDER

Formgivning, fotografering, illustration och originalproduktion av folder för Bjerreds Saltsjöbad Kallbadhus. Under min tid som styrelseledamot på Bjerreds Saltsjöbads kallbadhus arbetade jag med marknadsföring, events och fotografering samt var administrationsansvarig för löpande uppdateringar på facebook-sida.

Kallbadhuset är en mötesplats för alla åldrar. Barn under 12 år badar tillsammans med målsman/vuxen. Möhoppor och svensxor är inte tillåtna på badavdelningarna. Ta med egen handduk/badrock.

Badets öppettider
Medlemmar: Alla dagar, året runt 06–22.
Allmänheten: Se restaurangens öppettider: www.kallbadhus.se
Gemensamhetsbastu: se hemsidan för tider.

Dagspriser
Vuxen: 60:-
Ungdom (13–17 år): 40:-
Barn (7–12 år): 20:-, Barn upp till 6 år: gratis

Medlemskap Bjerreds Saltsjöbad
Singel: 1100:-/år
Familj: 1700:-/år
Årskort ger obegränsad tillgång till anläggningen mellan 06.00 och 22.00 årets alla dagar. Mejla: info@kallbadhus.se för mer information eller för att avtala tid för hämtning av entréarmband (100:-/person, engångsavgift).
Betaling av årskort: PG 291952-0. Skriv ditt namn, om det gäller familj eller singel, samt antal armband ni behöver.

Hitta till Bjerreds Saltsjöbad
Buss 137 från Lund och buss 134 Malmö–Löddeköpinge, stig av vid Medborgarhuset. Buss 132 Malmö–Löddeköpinge, stig av vid Bjerredsgården.

Koordinater: WGS 84: N 55° 42.592', E 13° 1.347'
WGS 84 - decimal: 55.70987, 13.02245, RT90: 6179140, 1325098. SWEREF99: 6175561, 375751

Kontakt
Föreningen Bjerreds Saltsjöbad: info@kallbadhus.se
Restaurangen: boka@kallbadhus.se • tel: 046–29 30 10
Bjerreds Saltsjöbad • Box 22 • 237 21 Bjarred

www.kallbadhus.se

BJERREDS SALTSJÖBAD
KALLBADHUS

© Bjerreds Saltsjöbad 2012. Grafisk form: Lena Särnfors. Foto: Dan Bengtsson, Lars Elmström, Kerstin Göss, Susanna Nygren, Björn Syren, Lena Särnfors

Bjerreds Saltsjöbad

Badtider för medlemmar: alla dagar 06–22.
Se hemsidan för mer information om tider, priser, meny och aktuella aktiviteter på badet och restaurangen.

www.kallbadhus.se

BJERREDS SALTSJÖBAD
KALLBADHUS

Bjerreds Saltsjöbad är en unik miljö för avkoppling och gemenskap mitt ute i Öresund. Anläggningen bjuder på kallbad, kulinariska upplevelser och hänförande havsutsikt i alla fyra väderstreck.

Varmt välkomna!

Kallbadhuset
Varför låta sommaren styra din badsäsong? På kallbadhuset i Bjarred badar du året om. Njut av panoramavyn över Öresund från bastufönstret och svalka dig i havet. I mötet mellan kallt och varmt väcks endorfinerna till liv och gör varje besök till en upplevelse.

Bjerreds Saltsjöbad byggdes på initiativ av Bjarredsböor och invigdes 2004 som ett av de första nya kallbadnen i Sverige i modern tid. Badet ligger 500 meter ut i Öresund och knyter i modern estetik an till en tradition av kallbad som föddes i Bjarred redan på 1800-talet. På några få år har nya Bjerreds Saltsjöbad blivit en populär mötesplats för besökare från när och fjärran. Badet drivs av en ideell förening.

Restaurangen
På Bjerreds Saltsjöbad finns en restaurang med gott renommé och oslagbar utsikt. På menyn står både enklare rätter som passar bra i kombination med bastubad och hela menyer för festliga tillfällen.

Restaurangen kan anordnas för större sällskap och tar emot konferenser med upp till 40 deltagare. Konferens i kombination med avkopplande bastubad och mat är ett populärt alternativ. "Utikiken" en trappa upp i restaurangen erbjuder en exklusiv och avskild mötesplats och kan bokas för grupper upp till 14 personer.

KUNSKAP PÅ VÄG, STUDENTLITTERATUR – TIDNING

Formgivning, fotografering och originalproduktion av tidning för Studentlitteratur.

Övriga uppdrag på Studentlitteratur inkluderade formgivning och originalproduktion av bokomslag.

Studentlitteratur
VÄGEN TILL NYNÄSNDI VITANDI

EN TIDNING FRÅN STUDENTLITTERATUR | UNIVERSITET OCH HÖGSKOLA

Kunskap på väg

Ekonomi, juridik och samhälle | Nr 1 2006

Håkan Hydén:
Inspiration och engagemang ger lust att skriva



Modern grundbok utnyttjar flera vägar

Aktuell bok:
Internationella relationer

AKTUELL BOK



Detta är boken som redogör för de dominerande teoretiska perspektiven på området, de viktigaste processerna som formar den internationella fördelningen av makt och resurser samt de mest framträdande politikområdena i världspolitiken av i dag.

Gedigen grundbok på svenska

TEXT: EMILY JAMISON GROMARK



Internationella relationer är den första stora boken i sitt slag på svenska. Redaktörernas utgångspunkt har varit att det behövs en svensk introduktionsbok till internationella relationer.

– Det finns många bra böcker i ämnet på engelska, men det finns två problem. Dels tror vi att det är lättare att nalka sig ett nytt ämne på sitt eget språk, dels är böckerna på engelska skrivna utifrån ett amerikanskt eller engelskt perspektiv, med exempel hämtade från amerikansk och engelsk utrikespolitik, säger Jakob Gustavsson.

relationer, utifrån en svensk horisont. Författarna representerar ett stort antal universitet och högskolor i landet och är experter och internationellt aktiva forskare inom sina ämnen.

– Med tanke på att internationella relationer har blivit ett så stort ämne i Sverige och att vi nu har en så stor grupp aktiva forskare är det konstigt att det inte funnits en heltäckande svensk bok om internationella relationer förrän nu, säger Jakob Gustavsson.

STOR VIKT VID PEDAGOGISKA UTFORMNINGEN

Boken riktar sig till studenter som läser kurser på grundnivå i statsvetenskap eller freds- och konfliktkunskap. Förutom att göra boken relevant för svenska studenter genom att visa på Sveriges roll i utrikespolitiken har redaktörerna och författarna också arbetat mycket med den pedagogiska framställningen. Med hjälp av förklaringsboxar, bilder, figurer och tabeller åskådliggörs materialet.

– Dessutom har vi arbetat för att göra stilen enhetlig. Även om ett 20-tal författare medverkar var var det skulle kännas som om vi har skrivit hela texten, men vi drar nytta av alla och Jonas Tallberg.



Redaktörer för boken är Jakob Gustavsson, fl.dr och lektor i statsvetenskap vid Lunds universitet och Jonas Tallberg, docent och lektor i

HELTÄCKANDE BILD

Boken är indelad i tre större avdelningar. Den första innehåller en genomgång av olika teoretiska perspektiv, som realism, liberalism och marxism. Den andra delen är inriktad på olika aspekter av internationella relationer, som diplomati, krig och utrikespolitiska förhandlingar. Den tredje delen behandlar konkreta

REDAKTIONELLT

Dagens – och morgondagens – grundbok stannar inte alltid vid det tryckta ordet. Den utnyttjar i stället flera medier för att effektivisera både inläringen för studenten och undervisningen för läraren. Och nu gör Studentlitteratur en ännu mera kraftfull satsning på just grundboken.

Modern grundbok utnyttjar flera vägar

TEXT: PETER LANGE FOTO: LENA SÄRNFORNS



Grundboken är studentens ständige följeslagare under första och ofta också under andra terminen.

Den är alltså den röda tråden i undervisningen, den grundläggande bok som studenten läser från pärm till pärm.

De allt mera varierande behoven av grundläggande kurslitteratur på universitet och högskola möter Studentlitteratur nu med ett allt mera differentierat utbud. Från den basala textboken över standardboken till den påkostade grundboken med övningsbok och webbstöd.

NÄRA SAMARBETE MED ÄMNESFÖRETRÄDARNA

Den påkostade grundboken är främst inriktad på utbildningar med relativt många studenter som potentiella köpare. Den kraftfulla satsningen på både innehåll och form kräver av naturliga skäl en relativt stor marknad. Studentlitteratur gör nu en tydlig satsning på den typen av grundbok.

– Vi arbetar mera medvetet för att tänka oss in i undervisningssituationen. Det innebär att boken tas fram i mycket nära samarbete med ämnesföreträdarna och att vi förankrar arbetet på samtliga

universitetstyper. Vi lyssnar på behoven och ser till att anlita rätt författare, säger Hans Sundström som är förlagschef för Universitet och högskola på Studentlitteratur.

Kursboken i historia, *Det svenska samhället*, är ett exempel. Företrädare för förlaget deltog i studierektorsmöten och man lyssnade till de önskemål och synpunkter som lärarna hade. Resultatet blev en i hög grad kursanpassad grundbok.

FÖRLAGET TAR INITIATIVET

När det gäller flaggskeppen bland Studentlitteraturs grundböcker är det ibland författaren som vänder sig till förlaget med en idé om en bok, men lika ofta är det förlaget som identifierar ett behov på marknaden. Därefter kontaktar förlaget den författare eller författarkonstellation som bedöms mest lämpad.

Ett exempel på det är *Principbaserad redovisning*, konstaterar Kristina Genell som är utgivningsansvarig för företagsekonomi och nationalekonomi på Studentlitteratur.

– Vi försöker koppla samman författare från olika universitet för att på så vis få en bredare bas. Vi kopplar också in en teknisk redaktör

SENSATIVE – PRODUKTBLAD & VISITKORT

Formgivning, fotografering och originalproduktion av produktblad och visitkort.

Connected, protected and discreet

Home security by Sensative



Introducing our revolutionary ultra-thin sensor for concealed monitoring of windows and doors. Our patent-pending product is easily mounted and can be integrated with security and smart home systems. It adds immediate value. And consumers enjoy greater home integrity.

Discover our ultra-thin magnetic sensor

- Ultra-thin design for discreet placement: no impact on home aesthetics
- Highly customizable: wireless standards, software and on-product appearance
- 10 year battery means carefree operations

Features

- Magnetic sensor for open & close detection and temperature
- 433 and 868 MHz versions
- Up to +10 dBm output power
- Built-in battery: 10 year lifetime
- Moisture protected, -20 to +60 °C *
- Size: 175 x 16 x 2,7 mm *
- Z-Wave version planned

- Customizable:
- FSK or OOK modulation
 - Manchester, NRZ or 4/5 encoding
 - Up to 100 kbaud
 - Product graphics

* Tentative



How our sensor can be placed in a window

Unique benefits

Ultra-thin design • Truly discreet • No impact on home aesthetics

Put home integrity in your hands

Our unique wireless sensor for windows and doors puts the power to monitor and control home integrity in people's hands. It delivers immediate reassurance and adds new value to existing home security solutions. Consumer improve their ability to actively control the integrity of their homes themselves – feeling safe and secure wherever they are.

Home integrity demands everything needed to monitor and control intrusion, fire, water leakage, mould as well as nearby threats are built to co-operate together – seamlessly, smartly and elegantly presented for the user.

Sensative believes in providing people with intelligence, not surrounding them with devices. Our open technology and co-creation business approach creates an adaptable home integrity platform. We are looking for partners to go to market, including: door/window manufacturers, security service providers, security or smart home platform developers and distributors.

Our core team has deep experience of wireless development. And are ready to partner together with you.

The Sensative team



Mats Pettersson
CEO



Anders Hedberg
CTO



Jeff Robertson
Sourcing & Supply



Fredrik Westman
Sales & Marketing

Get in touch

To book a meeting, contact Fredrik at +46(0) 708 245161 or fredrik.westman@sensative.com

Learn more about Sensative by visiting www.sensative.com



Sensative AB • Ideon Science Park • Lund • Sweden
Contact: Fredrik Westman • +46 70-8245161 • fredrik.westman@sensative.com
www.sensative.com



Mats Pettersson
CEO

mats.pettersson@sensative.com
+46 (0)705 100 384
Ideon Science Park
223 70 Lund, Sweden
www.sensative.com



ALNARPS TRÄDGÅRDSLATORIUM, SLU – FOLDER

Formgivning, fotografering, illustration och originalproduktion av 6-sidig folder. Övriga uppdrag för SLU Alnarp inkluderar broschyrer, skyltar, roll-ups, foldrar, illustrationer och fotografering av växter, miljöer och människor.



Alnarps Salicetum



Alnarps Trädgårds-laboratorium

Användningsområden

Bladen och barken har använts botemedel mot t ex huvudvärk. Detta pga att det innehåller salicylsyra, en föregångare till t ex aspirin. Barken innehåller också olika växthormon, auxiner, speciellt för att rota nya sticklingar.

Hela växter eller växtdelar används inom agroforestry, marksaneringsteknik, ekologisk dag- och spillvattenhantering samt erosionshäkning av slätter.

Viden har varit involverade i utvecklingen av energiskogar tillsammans med andra släkten i videfamiljen som t ex popplar. De har använts till t ex kvastar och slagträ i kricket.

Korgflätning, staket, levande och döda skulpturer kan alla tillverkas med material från videsläktet.


Kontaktperson Salicetum

Kaj Rolf
kaj.rolf@lj.slu.se, 040-415142

Alnarps Trädgårdslaboratorium

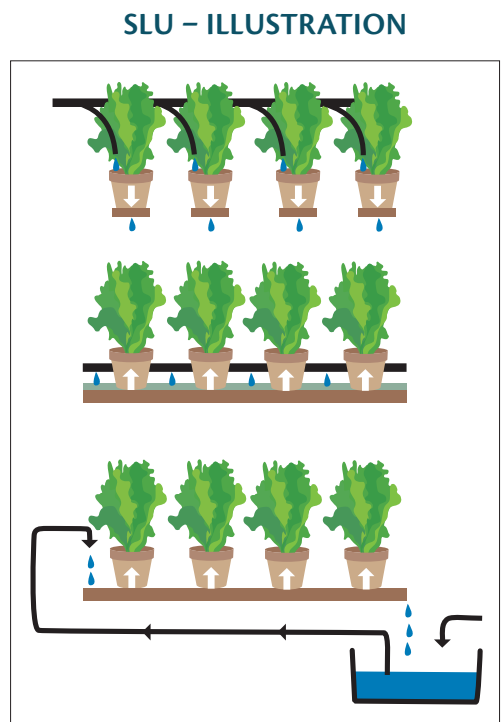
Alnarps Trädgårdslaboratorium är en fysisk och intellektuell mötesplats där LTJ-fakultetens forskare och studenter samarbetar med representanter från näringslivets organisationer och företag.

Alnarps Trädgårdslaboratorium
Växthusvägen 14, Alnarp
Tel: 040-41 50 77
webb: <http://trglab.ljfab.slu.se>



SLU Alnarp
Tel 040-41 50 00
www.slu.se

© 2010, SLU, Alnarps Trädgårdslaboratorium



MOVIUM, SLU – FOLDER

Formgivning, fotografering och originalproduktion av folder.



Medlemskap i BEUM

Medlemskap i föreningen är öppet för "branschorganisationer eller intresseföreningar med god kompetens inom utemiljöområdet", enligt stadgarna. I föreningens nästaste skede ingick följande medlemmar:

- E-planta ek.fir., www.eplanta.com
- Föreningen Sveriges Kyrologiska chefer (FSK), www.kyrologiska.se
- Föreningen Sveriges Stalnitädningsintress (FSS), www.stalnitadning.se



Utemiljöbranschen samlas i besiktningssatsning

Besiktningssatsning med "grön" kunskap som kan verka inom byggbranschen är en bristvara. Därför har ett antal aktörer inom offentlig utemiljö gått samman för en satsning på utbildning och certifiering. Våren 2009 bildades Föreningen besiktningssatsning för utemiljö, BEUM, som utvecklar certifieringskurser tillsammans med certifieringsorganet SP Sitac.



Satsningen inleddes i början av 2008 då Projektgrupp Gröna besiktningssatsning föreslogs för att ta fram ett utbildningskoncept. Projektgruppen ansvarar för två olika kurser: Färd och mått och Natursten och måttnät. Kurserna avslutas med en tentamen, godkänt resultat på denna är ett krav för att komma ifråga för certifiering. Där till krävs kunskaper i *emiljöbesiktning* och *emiljöutvärdering*. För certifiering gäller godkänd tentamen i anslutning till entreprenadbesiktningssatsning som anordnas av Svenska Byggningsrevisors Riksförbund (SBR).

Projektgruppen ansvarar dessutom för ett mentorsystem. Ett antal erfarna besiktningssatsning stiller vil-ligt upp som mentorer och ger råd och stöd till besiktningssatsning under utbildning.

För att få en mera formell samarbetspartner till certifieringsorganet SP Sitac bildades Föreningen besiktningssatsning för utemiljö, BEUM. Föreningen hade ett första konstituerande möte i Alnarp den 25 maj 2009. Föreningens huvudsakliga, enligt stadgarna, är att tagna och utveckla kravspecifikationerna *Certifieringsregler för besiktningssatsning av utemiljö* i förening med SP Sitac. I verksamhetsplanen ingår även att utveckla och underhålla en egen hemsida.

På hemsidan www.besiktningssatsning.se finns bland annat information om aktuella kurser, certifieringsregler, lista på mentorer samt namn och kontaktuppgifter på personer som satsningen har blivit certifierade eller som är under utbildning till "gröna" besiktningssatsning.

Besiktningssatsning för utemiljö

© BEUM, 2010. Grafik: Lena Särnfors, www.thelivingroom.se. Foto: Lena Särnfors, Göran Nilsson, Göran Andersson, Ståck.

PILGRIMSVANDRA, BJÄRREDS FÖRSAMLING, SVENSKA KYRKAN – FOLDER

Formgivning, fotografering, illustration och originalproduktion av folder för Bjärreds församling.

Att pilgrimsvandra

Pilgrimsvandring förekommer i nästan alla religioner och kulturer och är en mycket gammal tradition. Det är ett slags uppbrott från det vanliga livet, ett sätt att leva närmre naturen och vandrande är för många en helt ny livsstil, där man bär på en önskan att nå en djupare relation till sig själv och Gud. Andra vill berätta om livets djupare värden och göra sig beredda på möten med andra människor i nya sammanhang.



"Bryt upp, bryt upp, den nya dagen gryr, ändlighet är vårt stora äventyr"

Karin Boye

Pilgrimsleden Spanien – Norge

Pilgrimsleden utgör en del av den stora vandringens leden som binder samman Santiago de Compostela i Spanien med Nidaros (Trondheim) i Norge. Vår del av pilgrimsleden går genom Skåne, där Lund och Domkyrkan är medelpunkt. Till vår församling går leden via Önnerup – Fjelle – Flädie och från Bergabykyrkan följer leden strandpromenaden till filgölets parkering, därefter grus- och landsväg till Bergaby kyrka.



Pilgrimen i historien

Historiskt följdes pilgrimsvandringar mest med medeltiden då det var en så omfattande folkrelig att det kan vara svårt för oss idag att förstå. I stora delar av Europa väntades det till påsktider ägnade åt olika helgon, men samtidigt som man sökte andliga upplevelser var vandrande också ett avbrott i vardagen. Det växte upp en hel "medeltidsturism" kring pilgrimsvandringar med härbärgen och gästgäverier. Jerusalem, Rom, Santiago de Compostela och Nidaros var de fyra stora pilgrimsmålen och hos oss gick alltså den stora pilgrimsleden norrut ofta förbi flera lokala pilgrimsplatser. Pilgrimsvandringar förbjöds i vårt land i samband med reformationen under senare delen av 1500-talet, men har nu fått en renessans och de senaste ca tio åren har pilgrimsreisen vuxit till att idag åter vara en omfattande och ökande folkrelig.



"Det är något bortom bergen, bortom blommorna och sången, det är något bortom spårmar, bakom hetta hjärtat mitt."

Ön Andersson



Pilgrimen idag

Intresset för pilgrimsvandring ökar stadigt, inte så mycket som uttryck för helgöndnykan utan mera som medel för ett andligt sökande, en inre resa. Att pilgrimsvandringar nu lockar allt fler människor visar också på ett ökat behov att komma ifrån den stressiga vardagen och en längtan efter stillhet och ro i en tid då dagens rastlösa människas behov av detta är så påtagligt. Under en pilgrimsvandring sker samtidigt något inom mig som människa, man upptäcker mer av sig själv och får nya perspektiv på tillvaron, och kanske får jag också förmånen att dela detta med någon medvandrande.

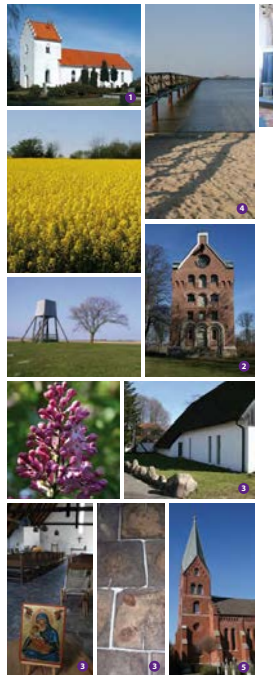
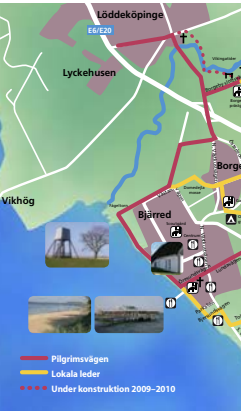
"Byta ett ord eller två gjorde det lätt att gå. Alla människors möte borde vara så."

Hjalmar Gullberg

Pilgrimens sju nycklar

Pilgrimsstanken har återfötts ur dagens rastlösa människas behov av stillhet och ro, och de sju nyckelorden kan ge svar på varför människor i vår tid lockas att pilgrimsvandra. **Långsamhet – Frihet – Enkelhet – Bekymmerslöshet – Tystnad – Delande – Ändlighet.** Sju nyckelord, sju "långtor" som brister i vår kultur som beskriver den moderna pilgrimens hjärta och själ. I vår moderna tillvaro ser pilgrimen en möjlighet att vägledas av de sju nyckelorden med sina vandringar finna sig själv och söka andlig gemenskap.

Långsamhet
Frihet
Enkelhet
Bekymmerslöshet
Tystnad
Delande
Ändlighet



Bergaby kyrka

Kyrkan är troligen byggd som en slotskyrka och de äldsta delarna är från 1870-talet och var förknippade med Bergaby slott med en mur och en underjordisk kryppgang. Stora delen av den gamla kyrkan revs 1871 och det nuvarande ljusa och rymliga långhuset och en ny altar byggdes. Dopfunten är från medeltiden och delar av predikstolen med bilder av de fyra evangelisterna är från 1700-talet. Altartavlan av trä är från 1870-talet och föreställer Jesus i Getsemani. Ett krus från Oberhammergården i Tyskland och två målningstakor från 1500-talet pryder skåpet. Familjen Nordlind på Bergaby slott skänkte två nya kyrkklockor med ingravade dater av Ernst Nordlind efter en brand 1913. Vid kyrkan finns en minneslund som är gemensam för hela Bjärreds församling.

Bergaby slott

Den ursprungliga borgens, Borås borg, låg kung Harald Blåtand byggde redan vid vikingarnas början då Lössjö ägdes av bryggerfamiljen vattendel i modern tid var borgens i familjen Nordlinds ägo under ca 100 år fram till 1978. Slottet var då en central mötesplats för många europeiska kulturpersonligheter. Det var framför allt Hanna och Ernst Nordlind som bidrog till att göra slottet till en institution för konst och kultur. Ernst blev även en känd målare och Hanna höll kulturella salonger på slottet. Sedan 2007 ägs slottet av Lomma kommun och är föremål för en kulturell renessans i Nordlindsfamiljens anda med långtgående planer på att återställa det kulturella centrum som slottet en gång var. Det s k "Bojes torn" byggdes omkring 1500 och fick sitt namn efter den siste store borgaren på Bergaby, arkitekt Bengt Gunnarsson. Tornet är byggt i fyra våningar med massiva murar och var troligen avsett som ett bevakningsövervaknings torn på Lössjö.

Bergabykyrkan

Kyrkan byggdes 1913 och består från början av fyra långhus, där Bergabykyrkan, Bergasalen och pastornspeditionen fick sina lokaler. Inredningen är till stor del av trä och sten. Takgolvet är av handhugget kvadrant från Helsingborgs hamn och de stora takbjälkarna är gjorda av en skogshuggare från Häljedalen. Dopfunten och en insmukt skulptur föreställande den sista måltiden är signerade av den danske bildhuggaren Torvald Westergaard. Kruket över altaret är från 1400-talet och kommer från Flädie gamla kyrka. "Tabibell", som pryder ena långväggen i Bergasalen, är gjord av konstnären Sigg Carlsson och beskriver de stora handböckerna Gamla och Nya testamentet. På skåpet finns också Jesu födelse och påskhögen. Konstverket börjar och slutar på samma sätt "Guds hand som omfattar allt" 1991 gjordes en tillbyggnad och så klock och ett efterlyst musikrum blev tillgängligt.

Långa bryggan – Bjärreds landmärke

Redan 1901 byggdes här en bad- och njutningsanläggning med kallbadhus, badställe och eleganta restauranger. Soliga sommarstugor med människor i luften. Enligt till Bjärreds Sällskapet med lag från Lund och Malmö för att man ska spela tennis, segla, åta och bada. Den historiska badanläggningen har eratts av den 500 m långa bryggan med ett modernt kallbadhus och restaurang längt ut som bieder till ett Sällskapet än idag utgör en omtäckt samlingsplats i Bjärred.

Flädie kyrka

När den gamla kyrkan revs 1886 fanns ett förslag att bygga en stor kyrka gemensam för Fjelle och Flädie byar. Men så blev det inte utan den nuvarande kyrkan ersatte den gamla och byggdes på samma plats med invigning 1888. Kyrkan fick sitt nuvarande utseende efter en restaurering i mitten av 1950-talet. Dopfunten i sandsten kommer från den gamla kyrkan liksom målningstakorna på altaret och en altartavla över den sista ingången. Figuren runt predikstolen är skurna i ek och kommer troligen också från den gamla kyrkan. Kyrkans processionskors föreställande den sorgande Kristus är gjort av konstnären Lorentz Hartman från Västerbotten och ljudbären i smide är tillverkade av Gaven Sells i Bjärred.

Fjelle kyrka

Den ursprungliga kyrkan är från mitten av 1100-talet, men under 1300-talet slog väv i kor och långhus. Kyrkogården fick sin nuvarande utformning i samband med en tillbyggnad i slutet av 1700-talet. Fantastiska romaniska och gotiska kalkmålningar pryder kyrkans interiör, bl a finns ett motiv av Noaks ark. I samband med restaureringen 1846 sattes man upp ett astronomiskt ur, som visar nästan lika många uppgifter som Fenshödens i Lund. Dömskyrka låg kvar spelas melodiflorer på olika psalmer under kyrkostolen. Bl a spelar Lina Sandells berömda psalm "Jesus för världen givit sitt liv..." under processionen. Kyrkan håller för närvarande stängt i lokalen på gårdar för att kunna bereda de värdelösa kalkmålningarna.

Pilgrimsleden fortsätter norrut Vid Bergaby kyrka kan du se över än till Lössjökyrkan 1100-talskyrka och Vikingstiden; en blivande arkeologisk tempelark och stenkylka från Vikingstiden. Här kan du fortsätta vandringens leden genom Lössjöbygdens församling

Pilgrimsleden fortsätter söderut På sin vandring från Fjelle mot Lund genom Libby och vidare på Örnensvägen kan du start i skuggan av staden och kyrkans bida tom. Leden går in i Lund genom St Petrus klosters församling och passerar Petruskyrkans kyrka som har öppet mån – fre kl 10-15. Här har du möjlighet till en stunds vila och avkoppling på kyrkogårdens café. Till Domkyrkan finns Libbeten, en träpunkt för pilgrimer där du kan få tid och hjälp på din fortsatta vandring mot Santiago de Compostela.

NATURUPPLEVELSE OCH HÄLSA, SVERIGES LANTBRUKSUNIVERSITET, SLU – BOK

Formgivning, några foton och originalproduktion av boken Naturupplevelse och hälsa;
194 sidor, Sveriges Lantbruksuniversitet, SLU.



Foto: Oscar Danielson

Innehåll

- Inledning
- Naturupplevelsens betydelse
- Skapa en naturupplevelseplan
- Forskningen visar vägen – natur
- Forskningen visar vägen – djur
- Skapa en djurupplevelseplan
- Skogen – en plats för upplevelser
- Förstå och utveckla platser för goda upplevelser
- Naturens betydelse för hälsa och livsstil
- Naturvägledning för entreprenörer
- Gården som pedagogisk resurs
- Ledarskap och säkerhet
- Entreprenörskap och marknadsföring
- Grönt entreprenörskap i praktiken
- Det var vi som gjorde boken
- Bildförteckning



Johan Ottosson
Susanna Lundqvist
Lena Johnson



Foto: Yanyl Vitchak, www.fotolia.com

Inledning

Äntligen! För tio år sedan träffades vi på kafferasterna i vårt gemensamma fikarum på jobbet. Vi hade tre olika utgångspunkter, men ett gemensamt intresse – naturens betydelse. Vi, det var Susanna Lundqvist, anställd på Sveriges Lantbruksuniversitet (SLU) för att jobba med näringslivskontakter, Lena Johnson landsbygdsutvecklare på Lantbrukarnas Råksförbund (LRF) samt Johan Ottosson, forskare vid SLU inom natur och hälsa.

Värdigheten gav oss möjlighet att börja arbeta med kurser för landsbygdsförtroende inom natur och hälsa. Sakta men säkert utvecklade vi kursen. Först med LRF:s hjälp, sedan med stort stöd av Länsstyrelsen i Skåne och nu senast Jordbruksverket. Hela tiden med SLU i Alnarp som kunskapskälla och som stöd för våra idéer. Tack!

Vi har gjort en bok som vi själva skulle vilja ha den. I boken är det fjorton skribenter, forskare och entreprenörer, som delar med sig av sina kunskaper och sina erfarenheter. De skribenter vi antagit har varit föreläsare på de kurser vi genomfört. **Tack till skribenterna!** I boken står varje skribent an "sin egen ton" det vill säga, vi har inte strävat efter enhetlighet utan var och en har sitt sätt att uttrycka sig på. Eftersom vi antagit forskare återspeglar boken det skruvade kunskapsläget.

Boken har två utgångspunkter. Den ena är framgångsrik forskning inom natur och hälsa vid SLU. Den andra utgångspunkten är ett upplevt behov av kunskap för att främja landsbygdsutveckling inom naturupplevelse och hälsa. Det är utifrån dessa utgångspunkter vi tagit fram boken.

Bokens uppbygg: vi börjar i känslan, med en forskares egna upplevelser. Därefter följer några kapitel som speglar kunskapsläget. Sedan följer några mer praktiskt inriktade kapitel. Boken avslutas med två kapitel om entreprenörskap. Entreprenörskapdelen förstärks i den studiehandledning som utvecklats parallellt med boken och som finns på nätet.

Vi gör dig i boken några nya resor: naturupplevelseplanen och djurupplevelseplanen. Dessa inspirerar till att få nya upplevelseplatser och aktiviteter och har utvecklats under arbetet med kurserna. För oss och kunddelarna har det varit ett viktigt verktyg för att se och utforska nya möjligheter. I studiehandledningen finns också förslag på hur man kan arbeta vidare med en affärsutvecklingsplan.

Vi har strävat efter att ge en bred inom ämnesområdet. För dig som vill gå vidare på egen hand finns det tips på litteratur för fördjupning efter varje kapitel.

Vi vänder oss till dig som för egen del är intresserad av naturupplevelser och hälsa och som vill veta mer, men även få inspiration inom området. Men vi vänder oss också till dig som vill vara med och utveckla landsbyggen. Boken kan användas för enskilt bruk, i studiecirklar, i utbildningsomgångar och som kunskapskälla för rådgivare. För dig som är lärare kan boken utgöra kurslitteratur inom ämnet.

I varje kapitel finns det frågor inlagda för egen reflektion eller diskussion i grupp. Sist vill vi framhålla att det finns annat än natur som kan ge harmoni och välbefinnande till exempel musik, dans, konst och så vidare. Vi människor är alla unika och har olika behov. Men naturupplevelsen är viktig för många.

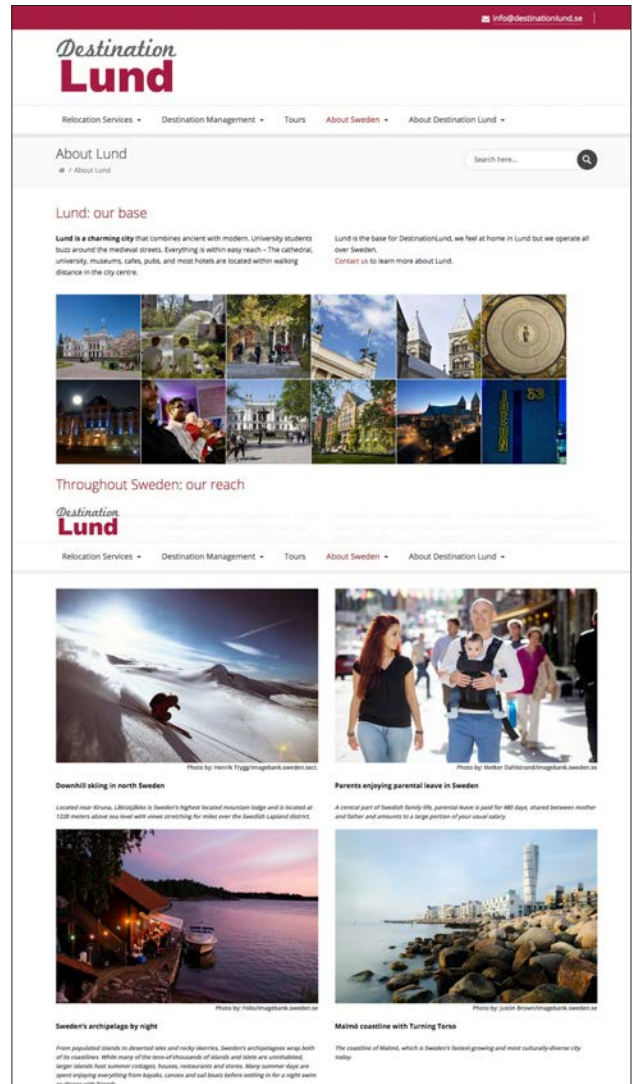
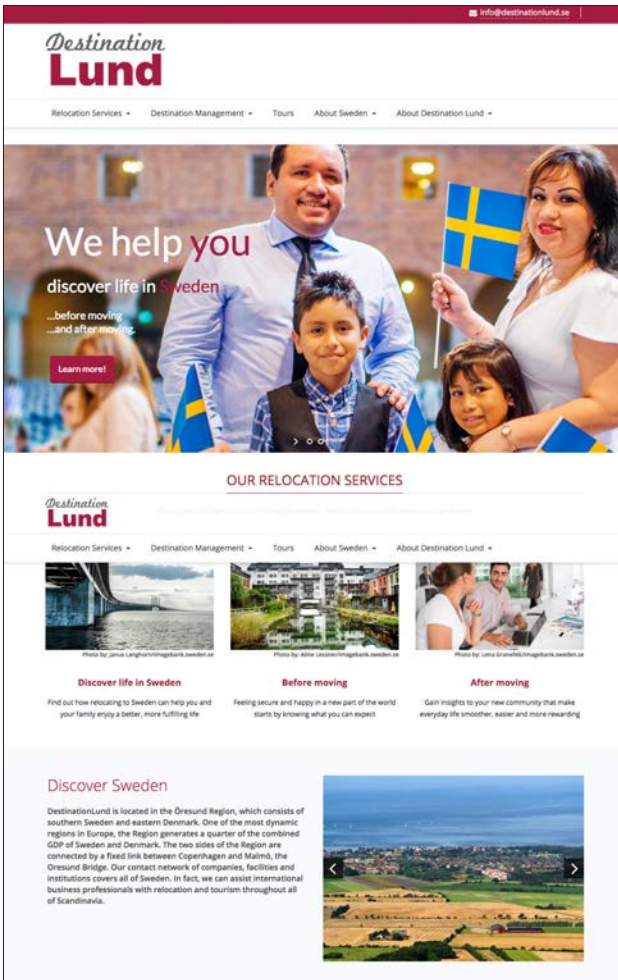
Boken är din, och vi hoppas att du får glädje av den!

Johan Ottosson, Susanna Lundqvist, Lena Johnson

NATURUPPLEVELSE OCH HÄLSA • Inledning

DESTINATION LUND – LOGOTYPE, VISITKORT, FOTO & ARBETE MED HEMSIDA

Formgivning och originalproduktion av logotype och visitkort. Fotografering, formgivning och editering av hemsida för Destination Lund.





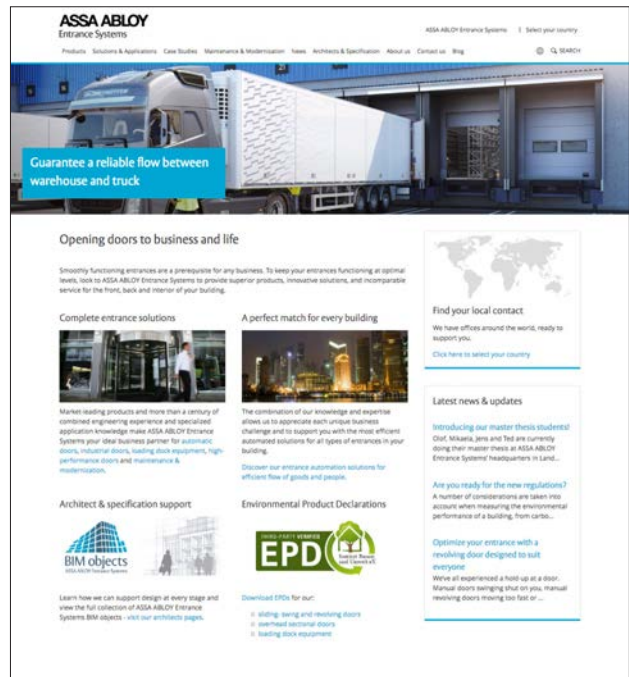
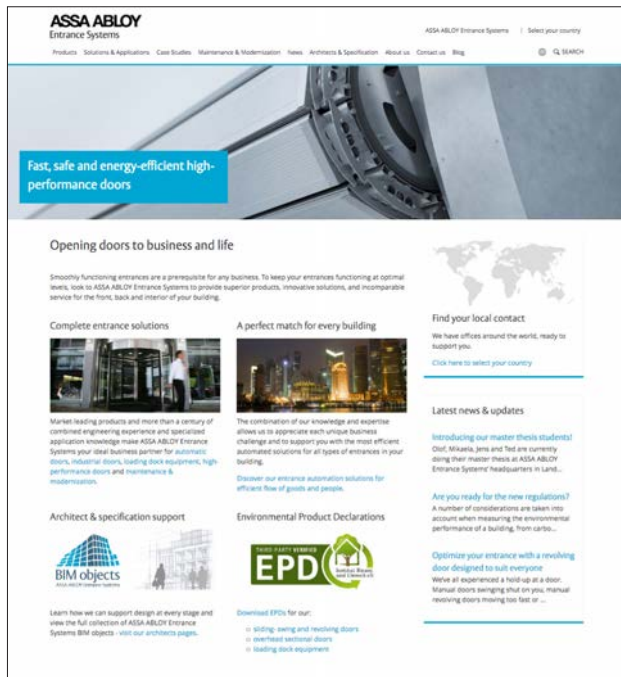
Håkan Isaksson
 Founder & CEO
 Destination Lund

Phone: +46(0)704 804518
 E-mail: hakan.isaksson@destinationlund.se
 Web: destinationlund.se
 Twitter: @destinationlund



ASSA ABLOY ENTRANCE SYSTEMS – WEB-EDITING & WEB-PUBLICICERING

Web-editing och web-publicering i Episerver, för Assa Abloy Entrance Systems 's många hemsidor på drygt 20 språk.



GUSTAVINO, ITALIAN WINE BAR – HEMSIDA & FOTO

Skapat hemsida och fotograferar för Gustavino, Italian Wine Bar.



BURLÖV CENTER

Formgivning och originalproduktion av trycksaker och digitalt material. Modellcasting för fotografering.

Vårfest med mat & mode

27-28 april

Upptäck vårens modenyheter
kl. 12.00-16.00

Hitta stilen till vårens och försommarens alla fester. Festligt och fint!

Burlövs Matmarknad
kl. 12.00-16.00

Lokala catering- och mataktörer dukar upp blandade läckerheter och bjuder på bästa festmattisen.

20%

Den 25-28 april har de flesta av våra butiker och restauranger blandade 20%-erbjudanden. Gäller endast kundklubsmedlemmar. 20%-kampanjen ersätter vårt vanliga kupongark.

Burlövs egen UF-mässa
27 april kl. 11.00-16.00

Unga, lokala företagare från Burlöv Kommuns gymnasieskolor presenterar sina egna innovativa affärskoncept och säljer sina spännande produkter.

Kreativ skaparstudio för alla barn
kl. 12.00-16.00

Skapa din egen "jord"gubbe och gör din egen vindsnurra i härliga vårfärger. Vi träffas på lekytan framför Espresso House.

Bli medlem i vår kundklubb
Som medlem får du alltid alla erbjudanden samlade i din mobil. Ladda ner appen "Burlöv Center kundklubb" eller smsa Burlöv till 71630 och följ instruktionerna.

**Burlöv
center**
burlovcenter.se

Vårfest

27-28 april

20%
Vårfynda!

42 st 20%-erbjudanden i våra butiker och restauranger. Endast för kundklubsmedlemmar. Gäller 25-28 april. Gå med i vår kundklubb på burlovcenter.se.

B

**Inspiration till
vårens och
sommarens fester!**

Mingelmode, mattips, härliga tårter och festdukning. Läs mer på burlovcenter.se

20%

25-28 april

Fantastiska erbjudanden till alla våra kundklubsmedlemmar.

**Burlöv
center**
burlovcenter.se

BURLÖV CENTER

Formgivning och originalproduktion av trycksaker och digitalt material. Modellcasting för fotografering.

Believe It UF – Declan Kaba, Rebecca Weihs

Believe It säljer motiverande citat i en glasburk. Vårt mål är att lyfta upp dig, eller någon annans, dag.

Chokladpraliner UF – Noora Lauttamus

Hos Chokladpraliner köper du smarriga, egentillverkade chokladpraliner i tilltalande förpackningar till konkurrenskraftiga priser.

Aromus UF – Gloria Munyaneza, Loreta Vlahija

Aromus säljer doftspredare som minskar stress och skapar lugn. Livslängden är lång och produkten passar perfekt i hemmet, på kontoret och i bilen.

VERUM UF – Alexandra Åkesson, Isabella Ekvall, Sanna Sjurdagardi

Hos VERUM köper du trendiga smycken till ett lågt pris.

Phonaset UF – Ahmad Alkatrabi, David Olsson, Halli Peskovic, Helbestvan Ibrahim, Valton Rama Rama, Wilmer Carmonius

Hos Phonaset köper du telefonillbehör – allt från skärmskydd till iPhoneX fram och bak, magnetiskt iPhoneX-skål som skyddar hela telefonen och iPhone sladdar. Alla som äger en iPhone kommer ha nytta av våra produkter.

Design Cutting Board UF – Alexander Norrman, Carl-Anthony Ndiikimana, Jesper Lidh, Liam Buzcko, Linus Gerdtsson

Hos Design Cutting Board hittar du skärbräddor för olika råvaror: kött, fisk, grönsaker och fågel. Varje skärbräda är märkt med sin speciella råvara och det finns även en skärbräda helt utan text.

STORM UF – Elin Persson, Emilia Andersson Synnergren, Linnea Stelmer, Nicole Kronkvist, Sara Johansson

STORM säljer snygga t-shirts med egendesignade tryck.

Make Off UF – Julia Lundgren, Gabriella Holubea, Jesper Nilén och Nils Bruok

Miljövänligt och smart – Make Off säljer återanvändningsbara pads som är ett bra alternativ till vanliga bomullsrondeller. Om du vill veta lite mer kan du kika här: yourvisumwebsite.com/make-off/startside.

UF-mässan är ett samarbete mellan Ung Företagsamhet (UF), Burlöv Center, Burlövs kommun och Företagarna Öresund.



Välkommen till Burlövs första UF-mässa

Lördagen den 27 april, kl. 11.00-16.00

Möt unga, kreativa företagare

På UF-mässan presenterar unga, lokala UF-företag från olika gymnasieskolor sina egna innovativa affärskoncept. De får också möjlighet att visa upp och sälja sina varor och tjänster. På Burlöv Center är vi stolta över att få samarbeta med unga entreprenörer och hälsar dig välkommen till en spännande dag!



Ung Företagsamhet, UF, är en politisk obunden ideell organisation som utbildar gymnasieelever i entreprenörskap. Forskning visar att personer som drivit UF-företag på gymnasiet oftare startar eget företag i framtiden.

Mos Rawfood UF – Moa Svensson
Rawfood är hälsosamt mat som inte hettats upp. Hos Moa Rawfood kan du köpa nyttiga och ekologiska snacks som inte innehåller socker – allt från smörgåsar till glassbollar med olika smaker till hasselnötskräm.

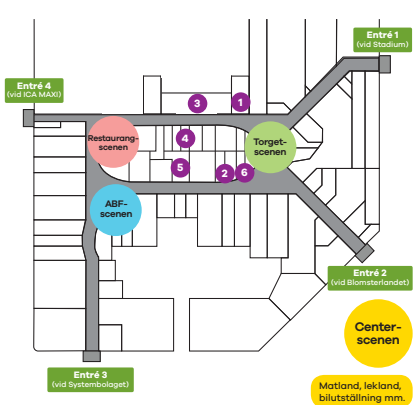
Drink Up UF – Albin Ahlbeck, Charlie Malmqvist, Manne Michaelsson
Drink Up är en app med olika lekar, till exempel:
• Jag har aldrig
• Ring of fire
• Sanning eller Konk
• Pekleken
• Mer kommer senare
Med appen lär du känna nya människor mycket enklare utan att stämningen blir obekvämt. Läs mer på <http://drinkup.nu>.

Karaktärsterapi UF – Linnea Sandberg
Karaktärsterapi producerar affischer, serier och animationer som upp-lyser om mental hälsa med hjälp av fiktiva karaktärer som har olika typer av diagnoser. Vill du veta mer kan du kika på Linneas hemsida: <https://linneasantberg.wixsite.com/karaktarsterapi/uf>

Nyans UF – Alice Olsson, Ebba Wiberg, Linnea Iding, Nellie Persson, Sandra Troedsson
Nyans silvervar bricker av spillmaterial och ger gamla bricker nytt liv. En affärsidé som satsar på hållbarhet.

Skyddsängel UF – Emmie Lindstedt, Rinas Mørsho
Skyddsängel säljer överfallsalarm och vill skapa ett tryggare samhälle för unga kvinnor.

ReScrunchies UF – Emma Bergendorff, Fanny Sjöström, Ida Kron, Ida Schwarz, Jennifer Linde, Sanna Schlién
ReScrunchies tillverkar scrunchies för hand av återanvänt tyg. Vi vill minska överkonsumtionen och insparera fler att börja återanvända Scrunchies är en fin accessory som både kan användas som härsnodd och armband.



Kvällens program på Burlöv Center

- Target-scenen**
Kl. 16.00-18.00 Program av och med ungdomar från Burlövs kommun. Dans: Bam Bam Dance Crew och Apalonia
Kl. 18.00-18.15 Sång: Alicia, Marem, Avelen, Selina och Ellen
Kl. 18.15-19.10 Spoken Word: Louise Buenafe Mistén
Kl. 19.10-20.10 Bugguppvisning och prova-på-dans med danshuset i Helsingborg.
Kl. 20.15-21.00 Uppvisning med Crazy Legs Linedancers från Staffanstorps och prova-på-linedance för alla. Program av och med ungdomar från Burlövs kommun. Sång: Vilja, Tarek och Linnea
- Center-scenen**
Kl. 17.00-17.30 Burlövsblåset (Kulturskolan)
Kl. 18.15-18.30 Eldshow med Cirkus Saga.
Kl. 18.30-20.00 Artister + DJ: Charlie Petterson, Effaye, Javier Manik, Joac och Arre
Kl. 20.00-21.00 Pedalens pågar
Övriga aktiviteter utomhus: Matland, lekland, bilutställning.
- ABF-scenen**
Kl. 16.00 En föreläsning om klimatet och livet i skogen med orkestern Klimatkapellet.
Kl. 17.00-18.30 Dansuppvisning och prova-på-dans
Kl. 18.45 Solocabarén "Du Nya" med Jan-Erik Säff
Kl. 20.00 Hårdrocksbandet Syndromet
- Restaurang-scenen**
Kl. 16.00-17.45 Skånska visor med Jonas Wernefort
Kl. 18.00-18.30 PRO-kören Klövertrampet
Kl. 19.00-20.00 Burlövs Saxband
Kl. 20.05-21.00 Skånska visor med Jonas Wernefort

Detta och mycket annat spännande kan du uppleva under Burlövs Kultur natt. Kom hit och ta del av allt kul som händer!

- EWAY**
Kl. 16.00 Barnteater
Biblioteket berättar om sin verksamhet.
- Svenska kyrkan & Burlövs hembygdsförening**
berättar om sig och sina verksamheter.
- Burlöv Bazaar**
Shoppa väldoftande kryddor, nötter, oljor, marockansk inredning och annat spännande i en mustig tusen och en natt-miljö.
- Kreativa rummet**
Vernissage "Uttryckta Intryck". Fotografen Lars Persson, effektbilds.se, kommer vara på plats och berättar gärna om sig själv och sina dramatiska och mörka foton.
- Vardagsrummet**
Kulturforeningen MedVind arrangerar konstlotten och visar bilspel med bilder från det gamla Arlöw.
- Möllgårdens hantverkare**
lokala hantverkare säljer sina produkter.



MICHAEL JANSSON CLINIC, OSLO

Formgivning och originalproduktion av trycksaker.

THE J-LIST - JANSSON'S FAVORITES 10 essential books for functional Homo sapiens

- **10% Happier: How I Tamed the Voice in My Head, Reduced Stress Without Losing My Edge, and Found a Self-Help That Actually Works** - Dan Harris
- **Explain Pain** - David Sheridan Butler & G. Lorimer Moseley
- **Factfulness: Ten Reasons We're Wrong About the World - and Why Things Are Better Than You Think** - Hans Rosling, Anna Rosling Rönnlund, & Ola Rosling
- **Full Catastrophe Living: Using the Wisdom of your Body and Mind to Face Stress, Pain, and Illness** - Jon Kabat-Zinn
- **In Defence of Food: The Myth of Nutrition and the Pleasures of Eating** - Michael Pollan
- **Move Your DNA: Restore your Health through Natural Movement** - Katy Bowman
- **Sitting Still Like a Frog: Mindfulness Exercises for Kids (and their Parents)** - Eline Snel
- **Spark: The Revolutionary New Science of Exercise and the Brain** - John J. Ratey & Walter Dooan
- **True to Form: How to Use Foundation Training for Sustained Pain Relief and Everyday Fitness** - Eric Goodman



GROUP & PRIVATE CLASSES

We offer classes for every age group and functional level. Everyone receives the individual attention they need. On-site classes for groups of 10 or more are also available.

12-Step Protocol 100-Hour Course

For bodyworkers, therapists, and personal trainers. Learn the system, use it in your practice, and take it to your community or workplace.

SNEM-Workshop & SNEM Basic Course

For instructors & personal trainers. Learn practical applications of SNEM and Jaw Balance. Discover how neuroplasticity is changing health and fitness practices.

Youth Posture & Movement Classes

This class teaches youth the basics of good posture & movement. Learn how aspiring gamers and athletes can use SNEM to optimize endurance and performance.

Michael Jansson Clinic, Oslo



EXPERIENCE THE 12-STEP PROTOCOL

Become a functional human being.
Free yourself from pain & dysfunction.

Michael Jansson Clinic, Oslo
Tel. +47 950 16 330

michaeljanssonclinic.com
michaeljanssonclinic.com

Michael Jansson Clinic, Oslo
Tel. +47 950 16 330
office@michaeljanssonclinic.com
www.michaeljanssonclinic.com

START WITH THE WHY

For 20 years, I have searched for effective techniques that use scientifically-researched principles. I have seen clients achieve results that they believed were impossible. Many clients have asked why other practitioners do not offer the crucial information and effective methods that I do. Clients want to know: Why do some professional practitioners seem content with the status quo?

Michael Jansson, Founder
Certified Structural Integration Practitioner

JANSSON'S VISION

To share with clients, professional practitioners, instructors, and trainers my expertise about effective and sustainable methods to change dysfunctional conditions.

My goal is to help clients liberate themselves from chronic pain and related conditions. I want their conditions to improve quickly, so they can become independent from treatment.



Illustration: Dualism and the function of the parotid gland. René Descartes (1664) Treatise of Man.

THE 12-STEP PROTOCOL

The 12-Step Protocol addresses neuromuscular-skeletal conditions associated with dysfunction and chronic pain. The method uses Structural Integration techniques, neuroplasticity, and Jansson's SNEM-principles to improve neuromuscular-skeletal function and structural integrity. The goal is to change the dysfunctional conditions rather than merely treating their symptoms.

Neuroplasticity

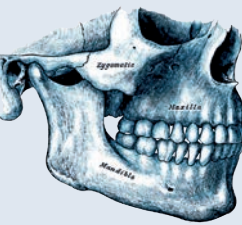
Neuroplasticity or brain plasticity describes the brain's ability to reorganize itself by forming new neural connections throughout life. Brain plasticity allows nerve cells in the brain to compensate for injury and disease. Brain cells can adjust their activities in response to stimulation, new situations or changes in their environment—for example, changes related to body posture (structure), nutrition, emotional state, and movement patterns.

Structure, nutrition, emotion & movement (SNEM)

The 12-Step Protocol teaches clients how to prevent future dysfunctional conditions associated with chronic pain. I share information about why optimizing structure, nutrition, emotion (stress input), and movement (SNEM) is important for maintaining healthy neuromuscular-skeletal function.

Jaw Balance - Posture's best-kept secret

As part of the 12-Step Protocol, clients have the opportunity to customize a mouth guard. Interference and disturbance from the jaw, bite, and teeth position can influence neuromuscular-skeletal function. Clients with a variety of conditions and symptoms have benefited from improved jaw balance.



Become a functional human being.
Free yourself from pain & dysfunction.

THE JAW BALANCE

Movement, postural stability, & structural integrity

Why address jaw balance to influence movement & improve manual methods for structural integration?

PURPOSE

To explore how interference and disturbance from the jaw, bite, and teeth position influence symptoms of neuromuscular-skeletal conditions.

OBJECTIVES

Achieve an ideal position for the temporomandibular joint (TMJ) based on cranial and muscular considerations.

Enhance postural, structural, and integrating strategies to improve the client's functions and movement patterns.

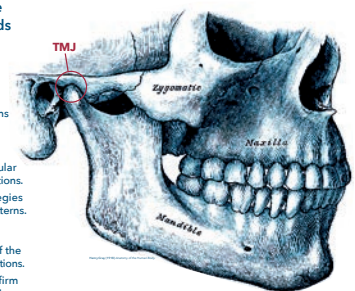
METHOD

Test the structural integrity and postural stability of the client in relation to their neuromuscular-skeletal conditions.

Measure the client's jaw and teeth position to confirm jaw position and degree of muscle tone in the TMJ.

Form the mouth guard to create a neutral jaw position in the client.

Retest the structural integrity and postural stability with the mouth guard in place.

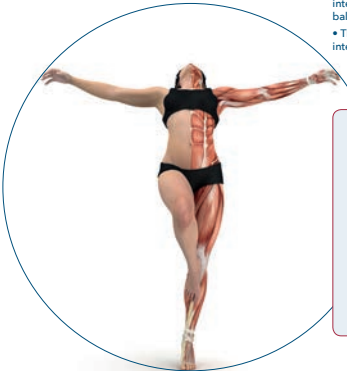


RESULTS

• Clients with various neuromuscular-skeletal conditions and symptoms benefited from improved jaw balance.

• Less interference from the TMJ facilitated the faster integration of the vestibular system for people with balance problems.

• There was an improvement in their overall structural integrity and musculoskeletal function.



CONCLUSION

When distorted, the posture of the body negatively affects factors, such as vision, trigeminal afferents, head-neck position, and proprioception. By focusing on function rather than symptoms, I discovered a sustainable way to address somatic conditions. The Jaw Balance enhances manual treatment of common conditions and has positive benefits for clients.

Michael Jansson Clinic, Oslo • michaeljanssonclinic.com

RUSMEDELSGUIDEN, MALMÖ STAD – BROSCHYR

Formgivning och originalproduktion av broschyr, i enlighet med Malmö Stads grafiska profil.

RUSMEDELSGUIDEN

För vuxna som arbetar med ungdomar




Om du vill veta mer om droger, eller om du är orolig för en ung person kan du kontakta:

Maria Malmö
Maria Malmö är en öppenvårdsmottagning för ungdomar upp till 25 år som har problem med alkohol eller andra droger.
Grönegatan 9
205 80 Malmö
040-33 71 70
malmo.se/mariamalmo

Öppenvårdshuset Gustav
Gustav är en öppenvårdsmottagning för personer över 18 år som har problem med alkohol, droger eller spel och pengar.
Stora Nygatan 55
205 80 Malmö
040-34 91 90
malmo.se/oppenvardshuset

Plattform Malmö
Plattform Malmö arbetar med många olika insatser riktade till unga upp till 21 år och deras anhöriga.
Djåknegatan 16
205 80 Malmö
040-34 05 50
malmo.se/plattformmalmo

Stor är den som vet.
Men större är den som vet var man hittar svaren.



Förord

När vi började arbeta i projektet Offensivt arbete mot droger mötte vi många som önskade stöd i att möta ungdomars prat om droger. I samband med detta fick vi höra talas om Rusmedelsguiden via en socialarbetare i Danmark, och han berättade att denna varit till stor hjälp när han mött andra vuxna som arbetar med ungdomar, och då väcktes idén om att vi skulle ta fram en egen informationskrift. Efter kontakt med Steen Bach, Esbjerg kommun, fick vi tillfälle att använda deras material och översätta broschyren. För varför ska man uppföra hjulet två gånger?

Som medarbetare på en fritidsgård, i skolan eller som ledare i en förening är man ofta en av de första som kan uppfatta signaler från de unga om att något inte står rätt till. Därför är det viktigt att varje medarbetare har kunskap om droger och mod att reagera vid misstanke om ett begynnande missbruk hos barn och unga. Rusmedelsguiden är tänkt som en inspirations- och uppslagsbok i vilken man kan få mer kunskap om droger. Broschüren innehåller kort fakta om alkohol, narkotika och andra berusningsmedel, ööer om vad man kan göra i skolan, på fritidsgården eller i föreningen och de första stegen till att själva skapa en alkohol- och drogpolicy.

Rusmedelsguiden innehåller inga snabba lösningar eller enkla svar. Vi vill istället inspirera till en diskussion om era egna tankar och attityder om rusmedel. Vår förhoppning är att denna skrift kommer att vara en grund till en konstruktiv debatt om gränser, tankar och attityder kring ungdomar och droger, och att denna debatt sedan lägger grunden till en alkohol- och drogpolicy.

Rusmedelsguiden skrevs av Steen Bach och Erik Jagd, och är översatt av Karin S Andersen. Under arbetet med översättningen har även viss information anpassats till svenska förhållanden, och ett tack riktas till personalen på Maria Malmö, Öppenvårdshuset Gustav, Tillståndsenheten Malmö Stad samt till Jan Hökfelt, Södanes idrottsförbund och Anders Gustafsson, Malmöpolisens Narkotikasektion för synpunkter på innehåll. Speciellt tack till Ulf Ljungberg.




Aukdelningen för tryckhet och säkerhet, för stöd, synpunkter och finansiering.

Malmö, december 2011
Karin S Andersen, socialsekreterare
Roger Nilsson, socialsekreterare

Offensivt arbete mot droger var ett drog-förebyggande projekt som drevs av Malmö Stad, Sociala resursförvaltningen, Plattform Malmö under perioden november 2010 – februari 2012. Syftet var att söka söka ungdomar, föräldrar som yrkesverksamma när det gäller förebyggande arbete mot droger. Projektledare var sektionschef Ansh Zinuar-Balsh.

Innehållsförteckning

Inledning	6
Alkohol- och drogpolicy	7
Att skriva en alkohol- och drogpolicy	8
Det är viktigt	9
Lagstiftningen	10
Akuta problem – vad gör vi?	11
Förebyggande arbete	12
Förslag på olika aktiviteter	13
Anmälningsplikt	14
Inledning till drogfakta	17
Drogefakta	16-41



Alkohol- och drogpolicy

När man ska ta fram en alkohol- och drogpolicy är det viktigt att tänka igenom olika scenarier och hur man ser på ungdomarnas användning av alkohol eller andra droger vid anläggning:

- Vanliga dagar
- Fester
- Föräldrarangemang
- Utliftnar
- Resor

Frågor som ska besvaras i alkohol- och drogpolicy är:

- Vad gör vi när ungdomar är påverkade i eller utanför våra lokaler?
- Vad gör vi när det langas i eller utanför våra lokaler?
- Vad gör vi när någon överträder reglerna?
- När och hur ska föräldrama informeras?
- När ska andra samarbetspartners informeras?
- Vad är vår uppgift och när ska vi säga ifrån?

• Hur ofta ska alkohol- och drogpolicyn utvärderas?

• Hur gör vi för att informera nya kollegor?

• Hur gör vi för att informera ungdomar, föräldrar och andra i närområdet om vår inställning och om vår alkohol- och drogpolicy?

De första stegen:

- Det är arbetsledarens uppgift att sätta igång arbetet, men inte att presentera en färdig policy.
- Personalgruppen diskuterar både inställning till rusmedel och erfarenheter.
- Alkohol- och drogpolicyn utformas utifrån denna process.
- Upprättade strategier för hur policyn ska föras ut till ungdomar, föräldrar och andra.
- Policyn diskuteras löpande, erfarenheter utbyts och den utvärderas regelbundet.

” Vad gör vi när ungdomar är påverkade i eller utanför våra lokaler? ”

Det är viktigt

• Att personalen för dialog med ungdomarna, att de ger utryck för sin oro och visar att de gärna vill hjälpa till.

• Att personalen ALDRIG lovar den unge tystnadspålit. I allvarliga fall kommer man inte att kunna hålla det tysthet. Kom ihåg anmälningsplikten!

• Att man i personalgruppen pratar om sina observationer/ känslor

• Att personalen känner sina egna resurser och gränser och vet vilka möjligheter för mer hjälp som finns i stadsdelen/kommunen.

• Att personalen stöttar den unge i kontakten med andra instanser.

• Att involvera den unge i hur man hanterar situationen så att han/hon dels upplever att man tar det på allvar och dels att de ges möjlighet till inflyande över lösningarna.

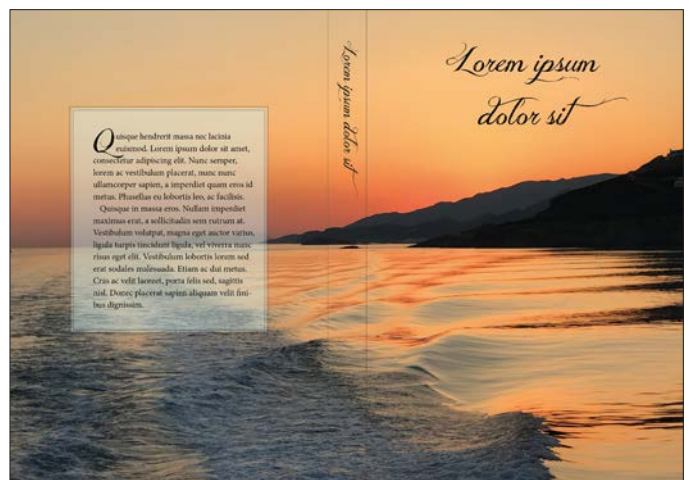
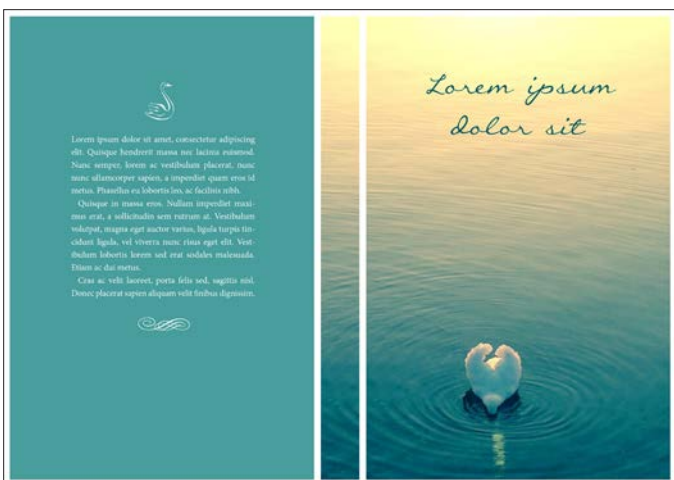
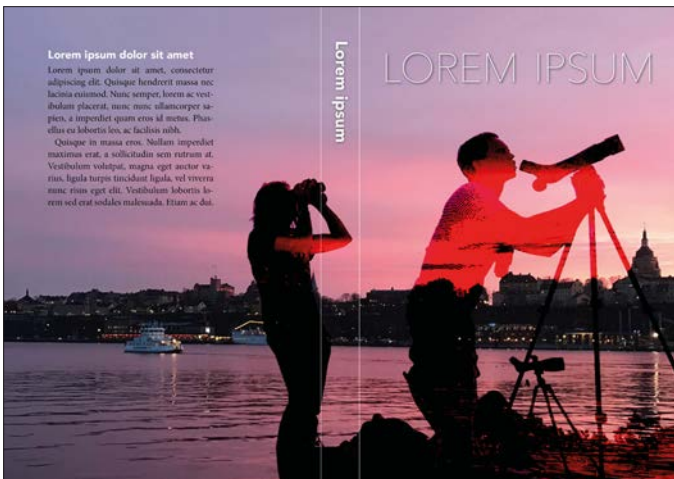
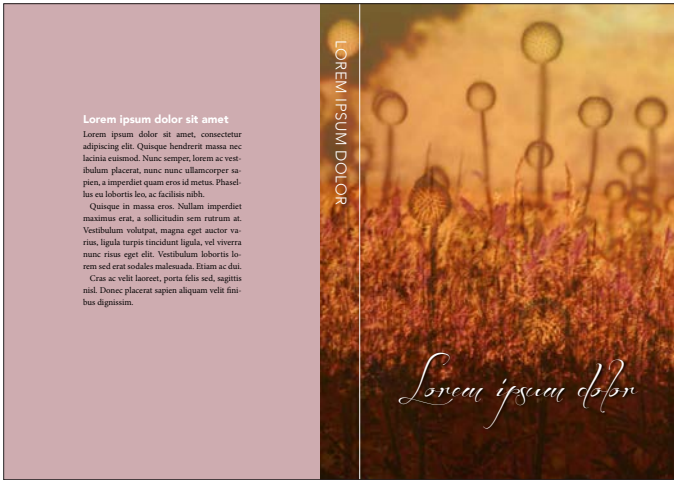
Föräldrarna då?
Man ska eftersträva att involvera föräldrama, men det är viktigt att den unge är informerad om detta. Det kan vara svårt och kräver ofta en del övertalning. Det är naturligtvis bäst att få den unges medgivande men ibland är det inte möjligt. Förklara då för den unge varför det är nödvändigt att kontakta föräldrarna. Om du av något skäl väljer att inte informera föräldrarna ska du vara klar över att du tar på dig ett obehört stort ansvar. Det är viktigt att du är säker på att de avtal du ingår med den unge följs upp ofta. Gör också tidsavgränsade avtal så att båda parter vet när man ska ta upp det igen. Var även tydlig med vad som händer om avtalet bryts.

” Förklara för den unge varför det är nödvändigt att kontakta föräldrama. ”



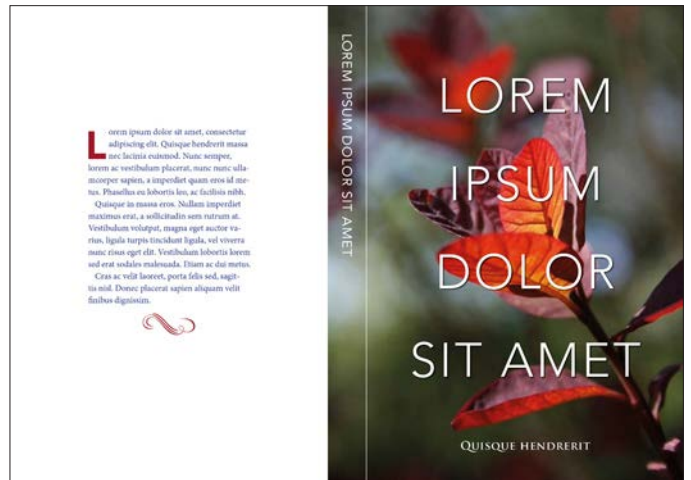
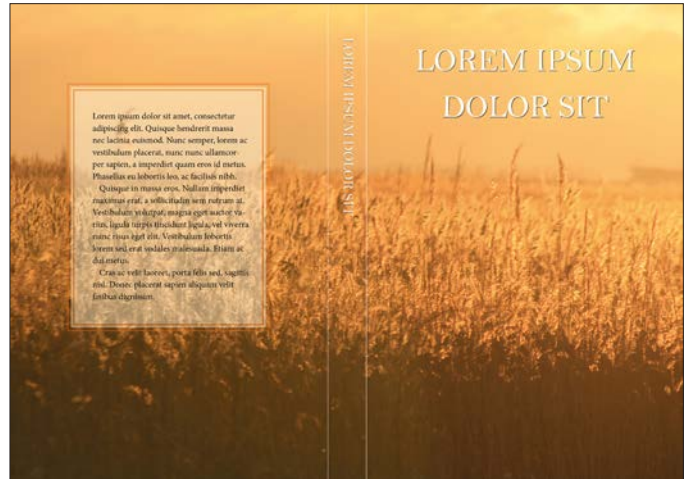
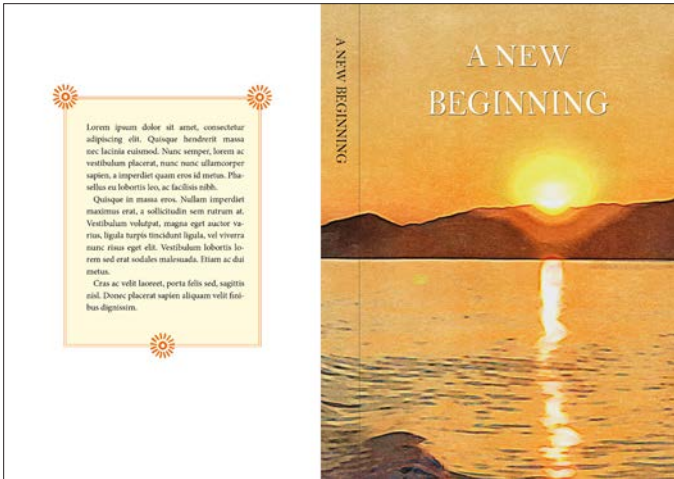
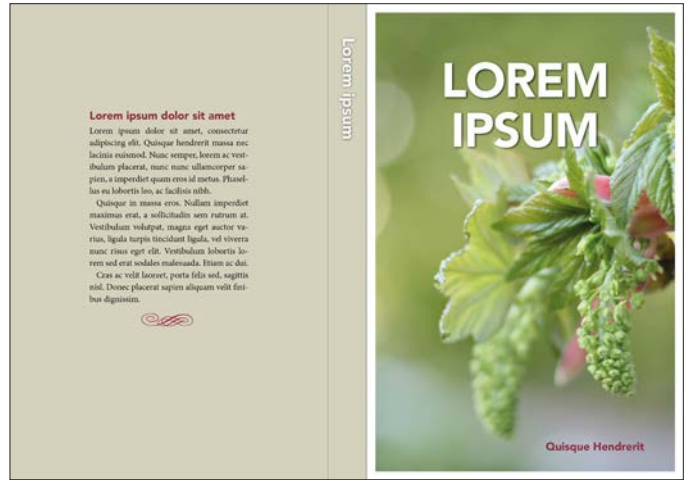
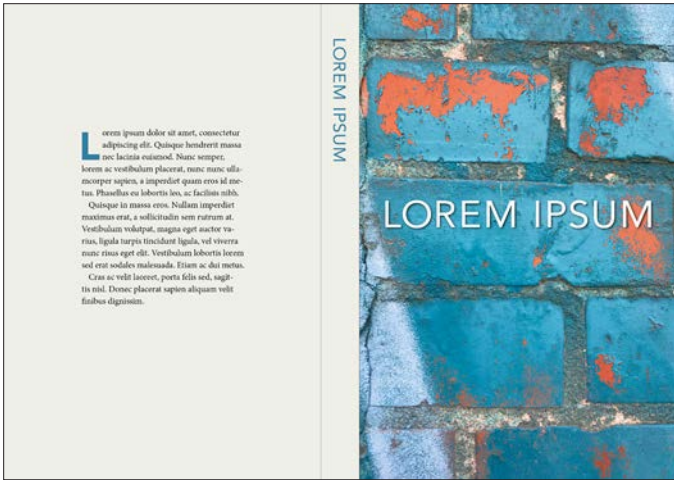
BOKOMSLAG, SKISSER

Foto, fotocollage & formgivning.



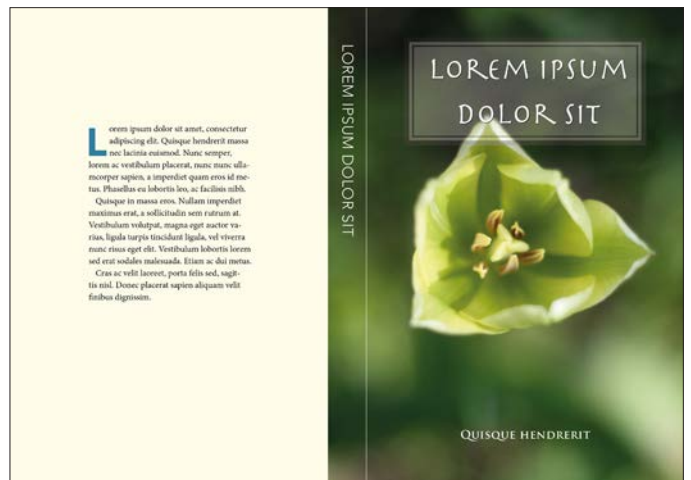
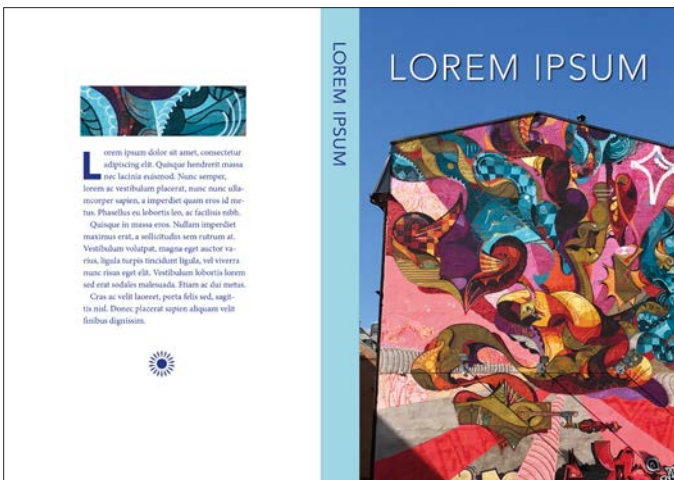
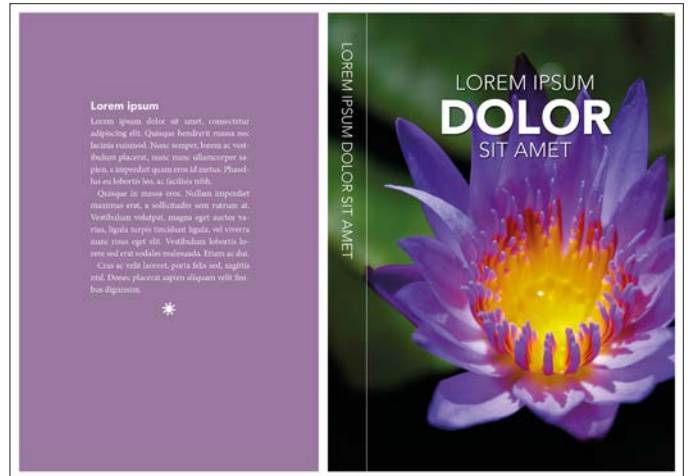
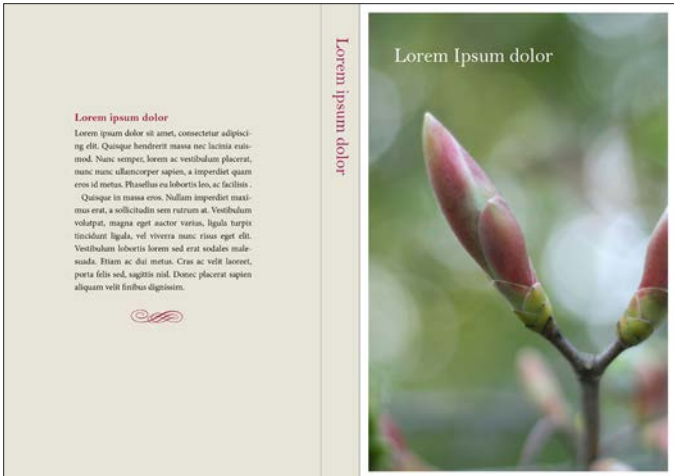
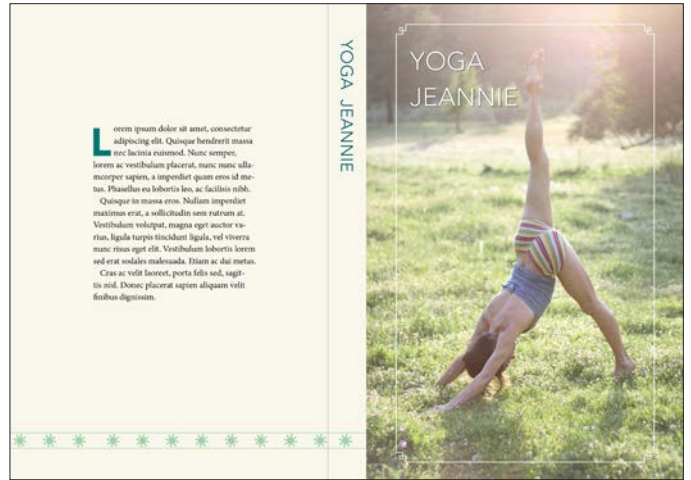
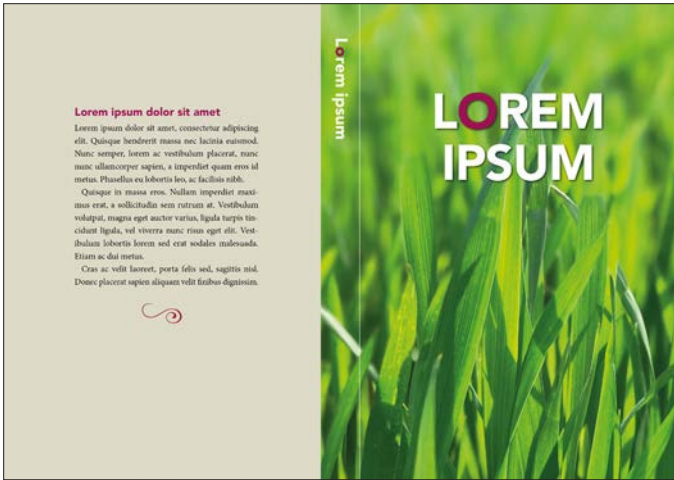
BOKOMSLAG, SKISSER

Foto, fotocollage & formgivning.



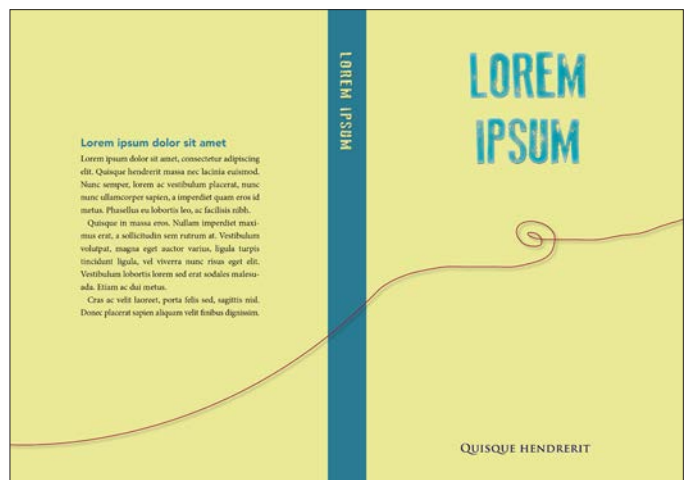
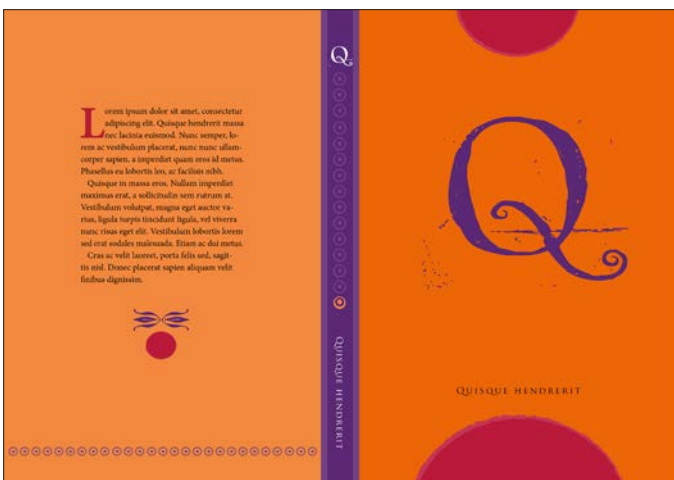
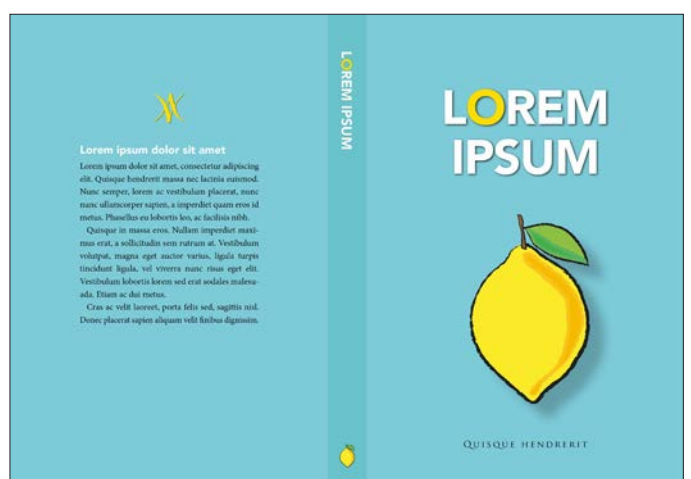
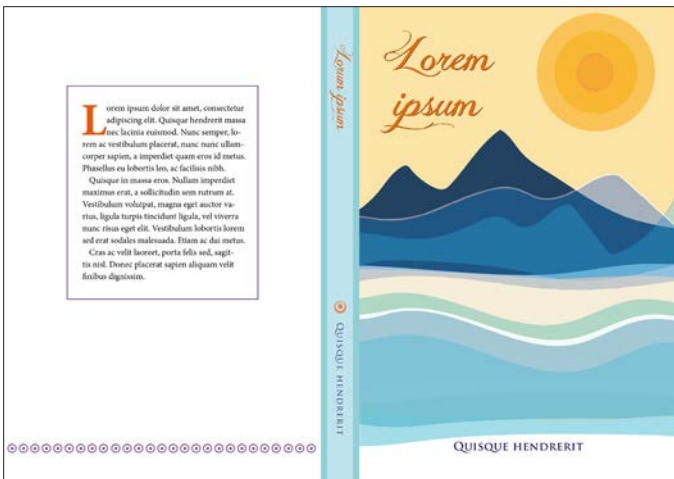
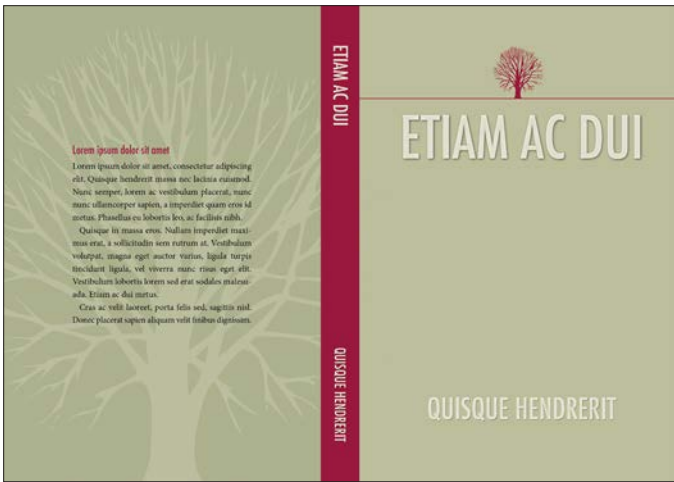
BOKOMSLAG, SKISSER

Foto, fotocollage & formgivning.



BOKOMSLAG, SKISSER

Illustration, foto & formgivning.




LOGOTYPER & VISITKORT

Liljeland
LANDSKAPSARKITEKT
LAR/MSA



Madeleine Gross Liljenström
madeleine@liljeland.se
+46 705 627 633

 liljelandlandskapsarkitekt
 LiljeLand Landskap


Liljeland Landskapsarkitekt
Flädie Måns Ols väg 5
237 91 BJÄRRED

Hundra.se

Hundra.se AB
Box 703 • 220 07 Lund
Tel: 0722-13 65 65
E-post: info@hundra.se
www.hundra.se



Design by
NINNA



Ninna Rohlin
Design by Ninna
tel: 0705-28 12 21
ninna@designbyninna.se
www.designbyninna.se



www.designbyninna.se

BJERREDS SALTSJÖBAD KALLBADHUS

Formgivning, text och originalproduktion av annons för Bjerreds Saltsjöbad Kallbadhus. Foto: Mats Schöld



Ljuset dag

Lördagen den 26 nov kl 16-18

Ljuset dag på kallbadhuset är en lysande manifestation i vintermörkret. Ta med ett ljus; fackla, lykta, ficklampa eller luciakrona och gå med i fackeltåget. På bryggan bjuder vi på musikunderhållning och glögg och utser årets badare. Restaurangen serverar soppa och varm korv till självkostnadspris. Julpyssel för barn och julmingel till levande musik i baren. Varmt välkomna!

Bjerreds Saltsjöbad

BJERREDS SALTSJÖBAD KALLBADHUS

Foto, bildcollage och formgivning av annons för Bjerreds Saltsjöbad Kallbadhus.



God Jul önskar

BJERREDS SALTSJÖBAD
KALLBADHUS

www.kallbadhus.se