



MARS 2025

Brukarrådet

Se någon i ögonen när man pratar

Doug Seegers

INNEHÅLL

3-5	Visste du att...?
6	Ta rast när du är klar eller mitt i en uppgift?
7	Sveriges geografiska mittpunkt
8-9	Får man hissa annan nations flagga?
10-13	Brukarrådet
14	Se någon i ögonen när man pratar
15-17	Humor
18-21	Doug Seegers
22-23	Lättläst: Prinsesstårta
24-25	Lättläst: Fler blir sjuka av stress
26	Dimensioner
27	Struplocket och dess reflex



Om ni har något ni skulle vilja ha med i tidningen eller idéer om vad vi kan skriva om kan ni maila oss på: dagligverksamhet.Papper-stygn@harnosand.se

Stina

VISSTE DU ATT...?

Egypten klassas som det äldsta landet, det har funnits sedan 3100 f.Kr.

I forntida Egypten, hette katt "mew" eller "meow".

Cheopspyramiden i Egypten består av ca 2,3 miljoner stenblock, som vardera väger 2,5 ton.

Världens längsta flod heter Nilen och är cirka 667 mil lång. Nilen ligger i Afrika och korsar hela 11 länder!



Tim Berners-Lee skapade den allra första webbläsaren (World Wide Web) 1990.

Varje sekund skrivs 9 310 tweets.

92% av all världens valuta är digital.

Det engelska ordet "sandwich", som betyder macka, kommer efter en adelsman på 1700-talet som var 3:e earl av Sandwich.

Det mest besökta landet på jorden är Frankrike, med 90 miljoner besökare, enligt statistik från 2018. Spanien kommer tvåa på listan.

I Kina finns världens högsta staty, Statue of Unity, den är 182 meter hög! Frihetsgudinnan i NYC är 92 meter.



Forskare säger att tårar kan avslöja varför någon gråter. Om första tåren kommer från högra ögat – är det glädjetårar, men om första tåren däremot är från vänstra – är det av smärta.

Den djupaste platsen på jorden är Marianergraven i Stilla havet. Den är 11 034 m djup under havsytan!

Den djupaste sjön med sötvatten (insjön, alltså som inte går ut i ett hav) är Bajkalsjön i Sibirien i Ryssland. Bajkalsjöns största djup ligger på 1 642 m.

Det skulle ta dig ungefär 1,5 år att gå längs hela Kinesiska muren. Den är över 500 mil lång.

Det tar 2 år för en ananas att växa.



FOTO: Maxim75

Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International

Akaciaträd i Afrika kan kommunicera med varandra. De släpper ut gaser för att informera andra träd om att börja producera det giftiga ämnet Tannin, vilket sedan skyddar dem mot hungriga djur.

Humrar är inte "biologisk odödliga", men de producerar ett enzym som reparerar deras celler och hjälper deras DNA att konstant återskapa sig själv.

Bältdjur är skottsäkra.

Belize flagga har flest färger i sig – 12 stycken! Vilka de är får du klura ut själv.



GJORD AV: Caleb Moore

Anglo-zanzibariska kriget (1896) är det kortaste kriget i världshistorien – det varade bara i 38 minuter!

Boktryckarpresen, som omskakade människans sätt att dela och sprida information på, skapades av Johannes Gutenberg runt 1440.

Världshistoriens största sammanhängande imperium är Mongolväldet (fanns på 13- och 1400-talet).

Brasilien är det land med mest biologisk mångfald, de har över 50 000 olika sorters växter och träd.



Storbritannien genererade för första gången mer förnybar energi än fossila bränslen 2019. Norge får 0% el av kol. Tyskland har installerat 1kW av förnybar kapacitet under det senaste 10 åren.

Den längst regerande monarken någonsin är fortfarande Louis XIV av Frankrike. Han satt på tronen i 72 år och 110 dagar.

Marie Curie var först att vinna *två* Nobelpriser, i fysik 1903 och i kemi 1911.

Island, Färöarna och Isle of Man påstår sig alla tre ha den äldsta riksdagen i historien. Alla tre grundades för över tusen år sedan.

Världens dyraste tavla är "Salvator Mundi" av Leonardo da Vinci, 450,3 miljoner dollar.

Ej flygplansläge gör inte i sig att planet störtar (d.v.s. det stör inte motorer eller styrning), men det stör piloternas ljud i headseten.

2019 hittade arkeologer världens äldsta konstverk på en ö i Indonesien, Sulawesi. Konstverket gjordes för 44 000 år sedan.

Världens dyraste tavla är "Salvator Mundi" av Leonardo da Vinci, 450,3 miljoner dollar.

Kalium innehåller strålning.

TEXT: Stina Palm

KÄLLA: Wikipedia, ViolinMD på Youtube

Ta rast när du är klar eller mitt i en uppgift?

Jag har alltid varit jättefrustrerad när jag måste avbryta mitt i en uppgift och sedan komma tillbaka (kanske dagen efter eller efter helgen om det är på jobbet) och göra klart. För då tycker jag att tar mig tid att sätta mig in i var jag var i arbetsuppgiften och i tanken.

Enligt mentalisten och författaren Henrik Fexeus behöver det inte vara en dålig idé att bryta mitt i. Då är din hjärna kvar i uppgiften och du kommer direkt börja där du var och det besparar dig både tid och energi.

Alltså precis raka motsatsen mot min filosofi.

TEXT: Stina Palm

KÄLLA: Instagram

Sveriges geografiska mittpunkt ur olika perspektiv

Nils Friberg och Tor Andeldorff vid geografiska institutionen på KTH i Stockholm beräknade med hjälp av 2D-modell av Sverige där Öland och Gotland har flyttats ihop med fastlandet ut att Flataklocken, ett berg i närheten av Munkbysjön i Ånge kommun i Medelpad, är tyngdpunkten eller jämviktspunkten och Sveriges geografiska mittpunkt. Med upptäcktsresanden Hans Ostelius i spetsen tillsammans med Gustav von Platen, orienteraren Gösta Lagerfält och några till begav sig de mot Munkbysjön där den exakta punkten sedan utmärktes 1947.

TEXT: Stina Palm

KÄLLA: varbrokigavarld.com, Wikipedia, vandringstjejen.se

Ytterhogdal är Sveriges Mitt om man mäter på längst avstånd till landets nordligaste och sydligaste punkter, samt västra och östra gränser. Ytterhogdal ligger i Hälsingland, Härjedalens kommun, Jämtlands län.

Kårböle i Ljusdals kommun är Sveriges Mitt om man möter landets geometriska centralpunkt.



Får man hissa annan nations flagga?

En man som reste den amerikanska flaggan i sin flaggstång gav upphov till en ny flagglag i Danmark.

Från 1 januari 2025 är det förbjudet att resa andra flaggor än den danska i sin flaggstång.

Fast flera andra länders flaggor är undantagna den nya lagen, däribland den svenska och den ukrainska.

Danska HD avgör

Världens äldsta existerande nationsflagga, danska Dannebrogen, är enligt gammal lagstiftning den enda nationsflaggan som får vaja på dansk mark. I Sverige har vi inte något sådant förbud.

En man som hissade USA:s flagga i Danmark har dömts för brott. Efter en rättstvist med flera vändor ska saken upp i högsta instans: Får man flagga "fel" på dansk mark?

Det var i april 2018 som den danske mannen hissade den amerikanska flaggan i sin egen flaggstång i Kolding på Jylland, inför en bilträff för människor som intresserar sig för amerikanska bilar.

Flaggningen stoppades, polisen beslagtogs flaggan och mannen ställdes inför rätta.

Byretten (by på danska är stad på svenska), motsvarande tingsrätten, fann inte att han gjort sig skyldig till brott. Men ärendet överklagades och

landsretten, motsvarande hovrätten, gjorde i höstas en annan bedömning och fällde mannen.

Nu har det meddelats prövnings-tillstånd för att saken ska avgöras i Danmarks högsta domstol.

Principfråga

Landsretten hänvisade i sin fällande dom till ett avgörande från 1915 som slår fast att endast den danska flaggan får hissas på dansk mark.

Förbudet mot andra nationsflaggor infördes av Danmarks dåvarande justitieminister Carl Theodor Zahle i syfte att slå vakt om landets neutralitet vid första världskriget.

Brottsanklagelsen är ofta det centrala i brottmål. Men i det här fallet handlar det om ifall domstolen kan ogiltigförklara en regel som Danmark har haft i mer än 100 år.

Blev "för mycket"

Den dömde mannen och hans fru har berättat i lokala medier att de gillar amerikanska bilar och amerikansk livsstil. Flaggningen med "Stars and stripes" stoppades redan 2017, då en kvinna som bodde i närheten reagerade på att flaggan hade varit hissad vid vägen i cirka en månad, även på den danska nationaldagen 5 juni. Hon tyckte att hon hade behövt se den länge nog.

Redan i det skedet fick paret en varning från polisen, men senare hissades den igen och igen. Nu ska det avgöras i högsta instans om det ska betraktas som kriminellt.

TEXT: Stina Palm

KÄLLA: [aftonbladet.se](https://www.aftonbladet.se)



Dannebrogen. OK

I det här fallet gällde det ju ”bara” ett intresse för något från ett annat land.

Den här frågan skulle ju också kunna gälla något så enkelt som att en person med två medborgarskap vill flagga på båda ländernas nationaldagar.

Eller en familj med medlemmar från olika länder.



Stars and Stripes. Inte OK.



Svenska flaggan. OK

Brukarrådet

TEXT: Ingela Jacobsson

Många undrar vad Brukarrådet är.

Brukarrådet initierades av ledningsgruppen 2022, efter pandemin, men kallades då brukardialog.

Då pandemin medförde stora begränsningar i verksamheterna kändes det viktigt att komma vidare och göra något bra för våra brukare.

Rådet instiftades då den gemensamma upplevelsen var

att utvecklingen stannat av och liknande modeller fanns i andra kommuner. Syftet var att lyfta arbetet med brukaren i centrum, genom delaktighet och dialog.

Även brukarundersökningen blev en viktig del.

Prata gärna om brukarrådet på din arbetsplats.

Här kommer en presentation.

Brukarrådets ledord är: Delaktighet

Rådet har 10 representanter
som för fram egna och allmänna
frågor, upplevelser och
observationer av hur det är att
leva med funktionsnedsättning.



VAD ÄR BRUKARRÅDET?

Brukarrådet är en grupp personer inom LSS som träffas och pratar om olika saker.

Det kan handla om hur det fungerar att bo på gruppbostad.

Det kan handla om hur det är att ha sysselsättning eller Daglig verksamhet.

Det kan handla om hur personer med funktionsnedsättning blir bemött i samhället.

Det kan handla om att någon har ett bra förslag till förändring.

Det kan handla om att LSS ger rätt till stöd och om hur det fungerar.

Vi utbyter erfarenheter.

Brukarrådet är viktigt!

Personal som kan LSS finns med på mötet.

De hjälper till med ordningen för själva mötet och att:

- Frågor som kommer upp förmedlas till personer som kan ha svar.
- Förslag tas om hand och kanske även skickas till personer som kan påverka till förändring.
- Resonera klokt kring klagomål och eventuellt delge personer som kan hantera detta.
- Vid diskussioner bjuda in personer inom olika ansvarsområden för att enklare kunna föra dialog och för att dessa ska få möta gruppen.

Det viktiga är att vara delaktig.

Alla får ställa frågor till Brukarrådet.

Mötesstödjande personal 2025

- Daniel Åkerlund Gruppbestad, Fritidsgruppen
- Jeanette Vendel Stödpedagog DV, IF Rycket
- Anna Modig Gruppbestad, Brukarundersökningen
- Anette Sjödin DV, Brukarundersökningen
- Ingela Jacobsson Stödpedagog DV
- Elin Dyrén Gruppbestad



Se någon i ögonen när man pratar

TEXT: Stina Palm

KÄLLA: sverigesradio.se

En del kan ha svårt att titta andra människor i ögonen. Samtidigt kan det anses ohöfsat att undvika ögonkontakt, t. ex. när vi hälsar på någon. Som att man inte bryr sig. Men det behöver alltså inte alls vara så.

Att titta på något annat när man pratar med någon kan också leda till missförstånd.

Kan inte hjälpa det

En del klarar bara inte av ögonkontakt. Det beror på hur hjärnan fungerar.

Man kan inte säga att människor som har svårare med ögonkontakt är ohöfsade människor. Utan det handlar ju om att man inte klarar det i just det sammanhanget.

Fokusera på att lyssna

En del personer kan ha svårt att ha ögonkontakt och samtidigt lyssna. Svårt att ha fokus på många olika saker har vi ju alla egentligen.

Passa på att prata i bilen

Särskilt när man pratar om viktiga, allvarliga och jobbiga saker tycker de flesta att det är skönt att titta på något annat än den man pratar med. Enligt en del är det ett särskilt manligt drag.

Man lyssnar ofta mer koncentrerat om man inte tittar i ögonen också.

Bilen är ett bra ställe att prata i. Bastun är ett annat exempel, speciellt när du ska prata med personer du inte känner alls eller inte så väl.

Egna exempel

Själv minns jag tydligt flera exempel på att titta bort för att lyssna:

I en tv-intervju på engelska i Gent i Belgien satt jag och tittade i knät för att få till engelskan. Jag blev tillsagd flera gånger, för att det förstås inte blir bra tv. Tyvärr såg jag aldrig intervjun själv sedan. Men av bilden att döma tittade jag upp till slut. Eller ibland.



En klasskamrat tyckte inte att jag lyssnade, för att jag tittade ner, när det i själva verket var för att stänga ute andra intryck. Jag kunde även hålla för öronen, för att inte höra andra sitta och småprata utan bara den jag skulle lyssna på.

HUMOR

TEXT: Stina Palm

KÄLLA: Facebook, dua.se



Vi får det svårt i vinter-OS
om ingen kan stava.

Ja, då går det utför.

Det är lätt att staka sig
när man ska stava.

Man måste tänka efter före.

Jag har tappat räkningen på hur många fakturor jag har.

Orienterare gillar friheten ute i naturen, trots kontroller överallt!

Du har ju alla bokstavskombinationer... förutom I och Q!

Den pimplande tjecken slo´ vak igen.

En man studerade fåglar på universitetet. Han är Doktor And.

Jag blev sjuk i slutet av juni. Vilken miss-sommar.

När katten missar lådan kallas det kissemiss!

Om man vill fräscha upp väggarna ska man ta Peter.

I Viktväktarnas reklam försöker de nå ut till den breda massan.

Körde i diket och väntar på bärgare. Kan knappt bärga mig.

Staten måste utöka fängelset för att det rymmer för få.

Mjölken gick ut för att den blev sur.

När man har skrivit på skilsmässopappren får man varsitt ex.

Startade en rodeo för att få mycket avkastning.

Läderlappens fattiga kusin heter Fattiglappen.

Brittiskt radioprogram – Engelska kanalen.

Tjuvar bör inte röja minor. De kan inte skilja på mina och dina.

De som jobbar extra inom Folktandvården kallas vikaries.

Det är svårt att hitta någon som är bra på kurragömma.

Det är bäst att lifta 12.59. Då kommer bilarna ett i ett.

I vattenpass är det rakvatten.

I Riga har de bara lett-öl.

Doug Seegers – en modern askungesaga

– Svenskarna kallar mig för Askungemannen, antagligen för att det gick så fort. De plockade upp en trevlig, gammal man som bodde under en bro – lät honom spela låtar i ett tv-program, och när det visades i Sverige – gick han rakt in och högst upp på topplistorna. Där har du Askungesagan. Det känns helt otroligt, säger Doug Seegers.

– Livet jag lever nu är en gudagåva. Jag ser det som min sista chans. Det är min sista möjlighet, bollen är satt i rullning, säger Doug Seegers.

Det var i det svenska TV programmet "Jills veranda" som han mötte ett TV team när han spelade och sjöng på gatorna i Nashville. De hade ringt till det lokala matbanken och frågat om de kände till några gatumusikanter.

Stacey som driver stället sa att hon kände till en man som de skulle vilja träffa. Hon såg det som en möjlighet för mig att kanske göra något positivt för min karriär. Jag hade det inte bra på den tiden. Jag levde på gatan och sjöng för lite fickpengar, så att jag hade råd att äta till exempel.

Så jag mötte Jill Jonsson och Magnus Carlsson från Weeping Willows på matbanken och spelade en sång för dem. De blev genast väldigt förtjusta. Jill och Magnus inser omedelbart magin i Seegers röst och erbjuder honom att spela in hans sång "Going Down to the River" i Johnny Cashs legendariska studio The Cabin.

TEXT: Åsa Högberg

När avsnittet med Doug Seegers visades i mars 2014 på SVT blev det en jättesuccé och gensvaret var enormt! Man kan säga att han blev folkkär i hela Sverige under en kväll och det svenska folket skrek efter mer! Going Down to the River går omedelbart upp på Itunestopplistan och ligger etta 12 dagar i följd!

Doug Seegers spelade in ett album i Emmylou Harrisstudion tillsammans med hennes musiker samt Buddy Miller som är en gammal vän, sedan följde Sverigeturné från norr till söder och Jill Jonsson hade med sången i sitt TV-program och ett mirakel skedde. Det var en sådan stark kontrast. Från att ha varit hemlös, att komma över droger och alkohol till att bli upptäckt som en superstjärna i Sverige inom bara några månader.

– Jag har haft en stark positiv känsla i min själ under en lång tid nu. Populariteten gör det möjligt för mig att dela min kärlek med andra människor. Jag har alltid haft Gud i min själ. Oavsett om jag lever under en bro eller spelar för 5.000 eller 10.000 personer så har jag samma mått av kärlek i mitt hjärta.

Sverige är verkligen ett vackert land. Jag har en fantastisk tid här i Sverige. Jag hade aldrig rest med flygplan innan jag kom till Sverige. Vi har varit här i ett par månader nu och

det känns som om jag gjort ett gig nästan varje dag. Förutom ett par lediga dagar här och där. De flesta dagarna när vi rest vidare i timmar för att komma till nästa show. Jag har turnerat med band tidigare. Men aldrig lika intensivt som nu. Det här är en tre månaders turné. Jag har aldrig gjort något liknade tidigare och det har faktiskt varit helt underbart. Människor kommer fram till mig och säger "Du måste få slut på energi?" Och jag säger att jag har gott om tid att sova på bussen på väg till nästa konsert. Så jag har inte alls slut på energi, säger Doug Seegers.

- Brukar du motionera?

- Ja, jag brukar motionera på morgnarna. Jag tycker om att simma. De flesta hotellen har en pool. Jag satt i bastun för ett par veckor sedan och rökte en kubansk cigarr. Hotellet heter Havanna. Plötsligt brast jag ut i skratt och tänkte "jag var hemlös för ett år sedan. Nu röker jag kubanska cigarrer i bastun!".

- Folk älskar verkligen dig. Är det främst kvinnor?

- Nej, det är inte bara kvinnor. Jag har varit gatumusikant i hela mitt liv och jag kommer att fortsätta att spela på gatorna så länge jag lever. För mig handlar det om att nå ut till barnen. Som jag ser det är det vårt ansvar att ge barnen så mycket kärlek som möjligt eftersom de är vår världs framtid, säger Doug Seegers.

- Vad brukar du spela för barnen?

- Ja, det är lite genant. Jag har en sång jag brukar spela för barnen. Vill du höra den? *Doug sjunger en sång om en orm.* Det är min glädje att spela för barnen Och om jag får chansen att sätta gitarren i deras händer, så är det vad jag är ämnad att göra. Att spela för barnen, det är min allra största glädje.

- Många människor älskar dig. Vad tycker du om dig själv som artist? Och vad tyckte du om dig själv som musiker innan allt det här hände?

- Jag tycker om den frågan eftersom människor ser på mig som att jag är en fantastisk låtskrivare. Jag kanske har låg självkänsla men för mig så är människor som Bob Dylan och Bruce Springsteen fantastiska låtskrivare. Så jag ser inte mig själv som det. Jag är bara en person som tycker om att skriva låtar. Om du tänker på det så finns det många fruktansvärda låtskrivare därute som har hitlåtar som blir nummer ett och jag tänker "Varför kan inte jag vara en av de där fruktansvärda låtskrivarna?", säger Doug Seegers.

- Men resten, hur du sjunger och din röst?

- Min mamma och pappa var båda sångare. Hela min familj sjöng. Jag föddes till att älska att sjunga. Jag tycker att människans röst är det mest värdefulla instrument som finns.

- Hur mycket tänker du på framtiden när du är mitt i allt detta just nu?

- Jag tänker inte långt fram. För mig är framtiden imorgon. Jag tar en dag i taget och jag kan inte förutspå framtiden. Jag oroar mig definitivt inte om framtiden. För om du oroar dig för framtiden betyder det att du inte är så fokuserad på nutiden som du bör vara. Mitt liv är en dag i taget. Jag lever det till max. Jag går upp på morgonen och räknar mina välsignelser och att jag har möjligheten att leva ytterligare en dag, säger Doug Seegers.

- Finns det en risk när du nu får all den här kärleken om du inte skulle få den resten av ditt liv?

- När jag ser på min karriär just nu så omges jag av mycket positivt. Jag fick just veta att mitt album är tillbaka på nummer ett. Det är en ren välsignelse. Jag vet inte varför jag är rädd att tala om Gud men jag måste få ur mig detta medan vi pratar om gospel sånger. Jag vaknade en dag och bad Gud att hjälpa mig att skriva en gospel sång. Jag kände att det var dags att jag betalade tillbaka för allt han gjort för mig. Och för ungefär en vecka sedan så kom den här sången bara ut ur mig!

- Vet de hemma i USA vem Doug Seegers är?

- Jo, det börja sprida sig från Sverige eftersom så mycket händer här. Jag pratar med folk hemma i Nashville nästan varje kväll. Just nu

planerar jag en hel del inför att jag kommer hem, Vi har en skiva som kommer att släppas i oktober. Den första skivan har inte ens släppts i USA än.

- Vad händer inom dig när du är på scenen och spelar kväll efter kväll?

- När jag spelar för mina älskade fans som är så glada att se mig - ja de måste vara glada eftersom alla shower har varit slutsålda - det är bortom min förmåga att förstå. Jag håller fortfarande på att absorbera hur det kan vara så mycket som faktiskt händer för mig. Det är svårt för mig att tänka att jag är så erkänd, säger Doug Seegers.

- Du måste känna att du är kung över världen eftersom du möts av så mycket positivt?

- Nej, jag vill inte känna på det sättet. Jag vill känna mig som en vanlig man som sjunger för barnen. Så vill jag känna mig, Som en man som vill nå ut till alla oavsett var jag är. För någon vecka sedan kom en ung kvinna fram till mig efter showen och sa "Mister Seegers, kan jag be dig om en tjänst." "Vad är det?" sa jag. "Min man är alkoholist och det skulle betyda väldigt mycket för oss båda om du kunde skriva något till honom för att inspirera honom och att hjälpa honom att se vad han gör mot sig själv." Jag sa "Det gör jag väldigt gärna." Så jag skrev några uppmuntrande ord för att inspirera honom och det betydde så mycket för henne, Jag brast i tårar när jag gick därifrån.

Det fick mig att känna mig så speciell.
Det hade inte något att göra med
framgång eller berömmelse. Det är
verkligen vad jag vill uppnå med det
här.



FOTO: Kristianstads kommun/Cecilia Sandén

Attribution-NonCommercial 2.0 Generic

Prinsesstårta

Prinsesstårta är en populär tårta i Sverige.

Tårtan med grön marsipan och en rosa ros har funnits mycket länge.

I dag har en prinsesstårta fyra ingredienser.

Det är en botten gjord på sockerkaka, grädde, vaniljkräm och marsipan.

Tårtorna är också kända för sin starka limegröna färg.

Prinsesstårter har

bakats med olika ingredienser

genom tiderna.

Det visar gamla recept i olika tidningar.

Det har till exempel funnits både mandlar och nötter i tårtorna tidigare.

En del har dessutom sylt i sina prinsesstårter.

Men då ska det egentligen kallas för operatårta.

TEXT: Stina Palm

KÄLLA: 8sidor.se



Lila marsipantårtor brukar smaka viol

Operatårta



Fler blir sjuka av stress

Många fler kvinnor än män
blir sjukskrivna
för att de är stressade.

Det visar en undersökning
av myndigheten
Försäkringskassan.

Nästan 80 procent
av de personer
som är sjukskrivna för stress
är kvinnor.

Kvinnor som är mellan
30 år och 39 år
har störst risk att
bli sjukskrivna för stress.

Det kan ha att göra med
att många kvinnor
i den åldern
har både jobb
och familj med barn

En del av stressen
har med jobbet att göra.

Arbetsgivarna har ett stort
ansvar för att minska den
stressen.

Men kvinnor jobbar
också mycket mer
med barn och hem
än vad männen gör.

Arbetet hemma
och att män och kvinnor
inte är jämlika
ökar också stressen.

Regeringen har nyligen
ändrat i föräldraförsäkringen.
Nu kan föräldrar
vara hemma samtidigt
och ta hand om sitt barn.

Föräldrar kan också
ge sina föräldradagar
till någon annan.

Regeringen vill också
se till att personer
som blir sjukskrivna
får snabbare hjälp
att börja jobba igen.

TEXT: Stina Palm

KÄLLA: 8sidor.se

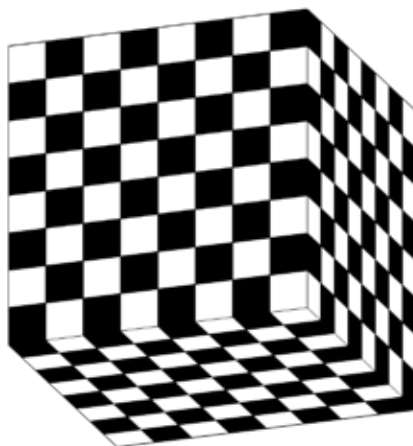
Dimensioner

Endimensionellt, 1D är t. ex. ett rakt streck.



Tredimensionellt, 3D, är t. ex. när vi utgår från kvadraten men även ger den djup – t. ex. en ritad byggekloss.

De verklighetstroga figurer och rubriker skapade i Photoshop som jag brukar ha med i tidning och häfte är också tredimensionella.



Tvådimensionellt, 2D, är en platt geometrisk figur, t. ex. en kvadrat.



Fyrdimensionellt, 4D, beskrivs bäst genom att förklara vad 4D-bio är. Det är bio med fysiska effekter, som vattenskvätt, lukt och vibrationer.

TEXT: Stina Palm

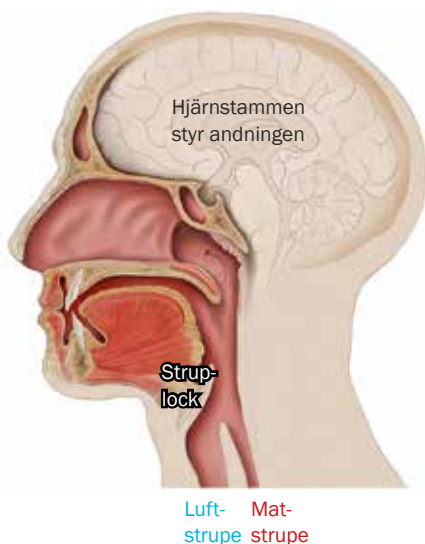
KÄLLA: Wikipedia

Struplocket och dess reflex

Vid lågt blodsocker

En person som är medvetandesänkt saknar reflexer. I normala fall stängs struplocket när man sväljer, så man inte får ner mat i luftstrupen.

Men då fungerar inte den reflexen. Därför ska man inte ge druvsocker/läsk/saft till någon vars blodsocker sjunkit så lågt att personen är medvetandesänkt. Smörj istället in läpparna med honung eller liknande. I läpparna finns ytliga blodkärl som kan ta upp sockret snabbt och skicka ut det i blodbanan.



Innan operation

Av samma orsak är det farligt att äta innan operation. Därför får man inte äta ett visst antal timmar innan en operation. Under narkos fungerar inte reflexen, så locket kommer inte stänga sig och du riskerar att kvävas om det finns något i magen.

TEXT: Stina Palm

KÄLLA: Youtube

PAPPER OCH STYGN

**Om artiklar saknar uppgifter
om vem som gjort dem är det
mest troligt Stinas.**



Härnösands
kommun