

Flärdskrivaren



Archive for 30 juni, 2012

Lösenordsskyddad: Nyfiken

[30 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Det här inlägget är lösenordsskyddat. För att se det måste du ange ditt lösenord nedan:

Lösenord:

Category: [Lösenordsskyddat](#) /

Det förgängliga

[30 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Världshistorien på två minuter ur en amerikans synvinkel. Bilderna tillsammans med musiken berörde mig. Och blunda inte för en sekund.



Category: [Blogg](#), [Omvärldsbevakning](#) /

Quiz

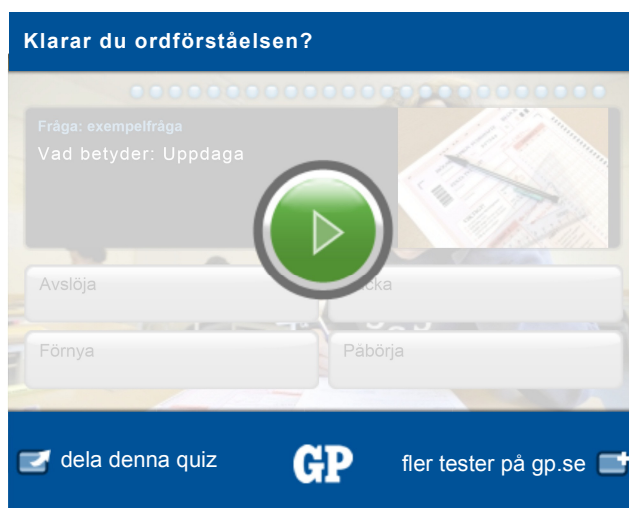
[29 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / [2 comments](#) / [Edit](#)

Bloggarkiv

Välj månad

Adminarea

- Administration
- Logga ut
- Inlägg via RSS
- Kommentarer via RSS
- WordPress.org



Ordförståelse har jag alltid haft lätt för. Och jag är en snabbbläsare. Fick i dag försvara mig när jag berättade om att jag föredrar att läsa böcker framför att lyssna på ljudböcker. Hellre en bok på 500 sidor under ett par timmar, än att behöva dras med 25 timmar i öronen.

25 av 25, så klart.

Category: [Blogg](#), [Omvärldsbevakning](#), [Vardagsblogg](#) /

Lösenordsskyddad: Action!

[29 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Det här inlägget är lösenordsskyddat. För att se det måste du ange ditt lösenord nedan:

Lösenord:

Category: [Lösenordsskyddat](#) /

Upp till kamp

[28 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / [2 comments](#) / [Edit](#)

Vad är det för fel på mig? En fråga som ställs om mig nästan dagligen. Det som åsyftas är detta att jag inte vill ha semester och därför ska jobba en dag per vecka under min semesterperiod. Jag får nästan uppfattningen av att semester är något heligt och att man gör allt för att undvika jobbet. För mig är jobbet inget tvång, det är en frihet. Däremot så har semestern blivit ett tvång – en lagstadgad sådan som tvingar oss till att ta ut minst tre veckor under sommarhalvåret. Varför tror man att det skulle passa alla? Vi är inte stöpta i samma form och vi har inte samma behov. Även om man inte själv kan förstå, så handlar det om att acceptera olikheter. Min nödlösning av semesterupplägget baseras på att jag fortfarande måste följa semesterlagen (egentligen arbetsgivaren). Så min motfråga blir nu – vad är det för fel på dig som bara längtar bort från jobbet? Du kanske istället borde söka dig om efter en annan tjänst? Idiotförklara mig, och jag idiotförklarar dig.

Category: [Blogg](#), [Surgubbe](#), [Vardagsblogg](#) /

Precis min tanke

[27 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / [2 comments](#) / [Edit](#)

”

I am not agnostic. I am atheist. I don't think there is no God; I know there's no God. I know there's no God the same way I know many other laws in our universe. I know there's no God and I know most of the world knows that as well. They just won't admit it because there's another thing they know: they know they're going to die, and it freaks them out. So most people don't have the courage to admit there's no God and they know it. They feel it. They try to suppress it. And if you bring it up they get angry because it freaks them out.

Adam Carolla

”

Category: [Blogg](#) /

Compact living

[27 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Egentligen vill jag flytta. Till en större lägenhet. En tvåa är väldigt trångt eftersom jag vill ha ett kombinerat arbetsrum och bibliotek. Kombintionen arbetsrum, bibliotek och sovrums är psykologiskt förkastligt, men min lösning i dag.

Min grannlägenhet är en trea, men jag har inte råd. För något år sedan intervjuades min granne där h*n ville flytta (varför vet jag inte), vilket h*n har råd med eftersom h*n är mångmiljonär efter att ha varit med och skapat en känd betaltjänst på nätet som många (i Sverige och vissa länder) är kund hos. Eftersom jag ännu inte är mångmiljonär så är det inte aktuellt för mig att ta över grannlägenheten om den blir ledig.

I september har jag bott i nuvarande bostad i sex år. Lägger jag till en dag eller så, så är det den enskilda bostad jag bott längst i. Förutom när jag bodde hemma som barn där rekordet är tolv år.

Kan jag tänka mig att flytta lite längre? Annan stadsdel? Njae. Annan stad? Njae. Jag trivs nog ganska bra där jag befinner mig. Om det inte hade varit så trångt.

Däremot så tror jag definitivt att jag nu kan släppa "bloggaren som flyttade från Kristianstad till Göteborg". För det var många år sedan. Och jag har sedan några år tillbaka också bott och levt längre i Göteborg än i Kristianstad.

PS! Har jag missat någr bokstäver Batterierna i tangentborde håller på att ta slut verkar det som.

Category: [Blogg](#), [Minne](#), [Musik](#), [Omvärldsbevakning](#), [Vardagsblogg](#) /

Lösenordsskyddad: Förfrågan

[27 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Det här inlägget är lösenordsskyddat. För att se det måste du ange ditt lösenord nedan:

Lösenord:

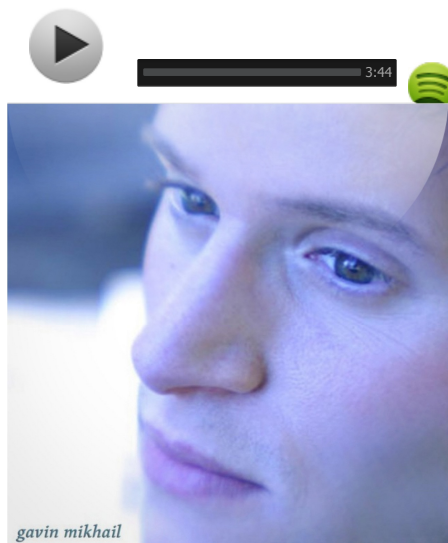
Skicka

Category: [Lösenordsskyddat](#) /

Jofåria

[26 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Det värsta jag någonsin hört.



Båp-båp-båp?

Roligare kan man ju ha...

Category: [Blogg](#), [Musik](#) /

Rangföljden

[26 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Sommarens dvd-maraton fortsätter. Som jag tidigare twittrat så är det Criminal minds som gäller i sommar. Säsong 2-4 beställde jag i förra veckan. Men... ibland förstår jag inte:

- I dag kl. 07 fick jag ett sms med typ texten "Ditt paket har nu lämnats in på posten".
- Hemma kl. 16 hade posten lagt ett paket utanför min dörr – med säsong 2-4 av... ni vet vad.
- Nu kl. 20.45 fick jag ett mejl: Din order är nu postad.

Borde inte allt kommit i en helt annan ordning? Typ 1) Din order är postad, 2) Ditt paket är hos posten och 3) Leveransen.

Sommarvikarier?

Category: [Blogg](#), [Omvärldsbevakning](#), [Vardagsblogg](#) /

Smärtproblematikens fullskaliga återkomst

[26 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Den där antiepilepsimedicineringen (helvetesmedicinen) jag tar är lite märklig. Jag har inte trott att den gjort någon nytta, för jag har ju haft smärta ändå (ja, för den som inte hängt med i följetången – antiepilepsimedicinering ska "döva" hjärnimpulserna som gör att jag upplever smärta som inte egentligen är smärta, då det istället är hjärnans missuppfattning om att det är smärta). Men så för cirka en månad sedan försvann smärtan. Därför började jag i går med att åter trappa ner dosen antiepilepsimedicin. Och. Nu. Har. Jag. Skit. Ont!

Alltså har medicineringen haft avsedd effekt och har det fortfarande. Det märkliga är själva doseringen.

150+150 mg = Smärta! Och hemska biverkningar med dimsyn, dubbelseende, berusningskänsla, ostadighet/obalans. Eftersom smärtan fanns kvar så försökte jag för ett halvår sedan att trappa ner på dosen för att komma ifrån biverkningen. En nedtrappning som måste gå väääldigt långsamt. Jag minskade med 25 mg var 4-5 dag.

Tydligen är det så att den dosering jag ska ha är 75+100 mg. För sedan i går (och jag har provat tidigare) så tar jag 75+75 mg och det är först då alla biverkningar försvinner. Men också dosen då smärtan (som jag trodde försvunnit) återkommer. Så att komma ner på noll inom en snar framtid kan jag glömma.

Däremot – jag har ju också tagit Voltaren gel (som inte ska påverka den här typen av smärta, men som ändå hjälpt lite). När jag haft som mest ont har jag överdoserat (tagit 12 cm gel istället för 6 cm, samt kletat på fyra gånger dagligen istället för tre gånger). Senaste månaden har jag tagit typ 3 cm två gånger per dag. Men som det ser ut nu får jag åter börja överdosera gelen samt åter trappa upp helvetesmedicinen med 25 mg extra.

Att finna balans i medicinering är inte lätt och jag kan inte få hjälp av sjukvården. Jag får prova mig fram och hoppas på att jag inte får någon av de mer allvarliga biverkningarna (som kronisk hjärtsvikt med hjärttransplantation som följd). Jag är trött på både smärtan och på medicineringen.

I dag funderade jag på "hur mycket jävligare kan det bli", men slog genast bort den tanken. För det kan bli så mycket värre. Jag har det ganska bra ändå. För jag kan jobba och då tänka bort alla problem. Begränsningarna finns där, men inte dygnet runt. Så jag är tacksam. Livet är ganska underbart ändå. Och med ms så vet man aldrig – jag kan fortfarande bli frisk och ändå ha en sjukdom.

Category: [Blogg](#), [Hälsö- och sjukvård](#), [Hälsohistoria](#), [Kampen](#), [Medicinering](#), [Multipel skleros \(ms\)](#), [Vardagsblogg](#) /

Speedad dag

[25 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Tjohoo! Nu har jag fått ännu ett ansvarsområde! (Arbetsuppgift nr 491).

Vet inte, men är det hjärtklappning jag känner? Lyckligt klappande, helt klart.

En undersökning för något år sedan kom fram till att bilförarens favoritsysselsättning i bilen, förutom att köra bilen, är att peta sig i näsan. Det kan jag intyga. Jag är vittne och åker bil varje dag. Nog tycker jag att det är lite oartigt, för de visar mig inget resultat av utgrävningarna i kaviteterna.

Alla, utom jag, verkar klaga på det regniga vädret. Vem bryr sig?! Vi ska vara tacksamma över den svenska sommaren så länge vi får behålla den. Svalka och regn – det kan inte bli bättre.

Category: [Blogg](#), [Omvärldsbevakning](#), [Vardagsblogg](#) /

Okej men inte mer

[24 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Nu har det gått några månader igen. Så jag provade att gå till Ica för att se hur jag klarade av det. Det senaste året har jag fått svår panikångest av i affären och sedan knappt kunnat ta mig hem. I dag slapp jag panikångest, men jag blir väldigt trött. Megatrött. Inte så mycket fysiskt som av den mentala anspänningen. För det är otäckt att inte veta hur man ska reagera, eller när det kommer. Dock står jag fortfarande på helvetesmedicineringen och jag tror den också håller tillbaka mig lite (får fortfarande biverkningar). Det lustiga är hur jag utan problem kan kuta runt på jobbet utan problem. Så frågan är hur mycket som är en mental tröskel?



Category: [Blogg](#), [Kampen](#), [Medicinering](#), [Multipel skleros \(ms\)](#), [Vardagsblogg](#) /

Sänt

[23 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / [2 comments](#) / [Edit](#)

Det tog mig tre timmar, men nu har jag skickat in ansökan för en utannonserad tjänst. Att skriva om CV:n tog två timmar där Word ständigt kraschade och där formateringen inte ville bli enhetlig hur jag än gjorde. Men till sist så lyckades jag! Nu är det ur världen, nu kan jag släppa det hela. Sista ansökningsdatum är i slutet av september, men jag tycker inte om att ha saker och ting hängande över mig. Därför satt jag nu midsommardagen, väldigt sen kväll, och skrev ihop min ansökan. Om jag får tjänsten? Möjligheten är väldigt stor. Till cirka 99 % skulle jag tro. För innan det blev tal om att utannonsera tjänsten så fick jag frågan om jag var intresserad. Och sedan blev jag uppmanad att söka när tjänsten utannonserades. Skulle jag inte få tjänsten beror det på brister i min personlighet, för jag är nästan överkvalificerad. Så som tjänsten är

utformad och det man kräver i form av kompetens, är det få som har. Men jag har. Frågan är om det räcker?

Vad tjänsten innebär? Äsch, det rör sig om att baka in 5 % i min nuvarande tjänst och att jag då skulle vara huvudansvarig handledare av studenter och ha lite omvärldskontakt. Mer vill jag inte säga. Skulle jag få tjänsten skulle det sedan innebära att jag har cirka sju olika roller på jobbet. Och så undrar folk varför jag aldrig är på mitt rum? 😊

Category: [Blogg](#), [Hälso- och sjukvård](#), [Vardagsblogg](#) /

Målet

[23 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Det finns nog bara en komplimang värd namnet.

”

Jag är så stolt över dig!

”

Kanske jag får höra det om mig någon dag i framtiden. Frågan är vad jag ska göra för att förtjäna den kommentaren?

Category: [Blogg](#) /

Le français est une belle langue

[22 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

2008-07-30:

”

Solsting och dehydrerad. Det måste vara anledningen till att jag plötsligt börjat fundera på att återgå till skolbänken vad gäller franska. Efter 13 terminer är det minimalt jag kan. Främsta orsaken till det är väl glömska. Med åldern glömmar man. Och då kan man undra varför man skulle försöka lära på nytt om man ändå sedan glömmar.

”

Jag funderar fortfarande på att återgå till skolbänken när det gäller franska. Däremot så har jag upptäckt att jag minns mer av franskan än jag trodde. Natttid ligger jag sömlös och pratar för mig själv, oftast på engelska. Men jag har också börjat prata franska och när jag tänker efter så brukar jag komma på ganska många ord jag trodde jag glömt.

Men nu ska jag först se om jag kommer in på högskolekursen jag sökt till hösten. Var det "medicinsk statistik", eller vad var det? Jag har många intressen. Märkligt nog så skriver jag nästan aldrig om mina intressen eller vad jag egentligen gör på min fritid. Det blir mycket arbete och sjukdom i bloggen, och det är enkelspårigt. C'est vrai, n'est-ce pas?

Category: [Arkiverat](#), [Blogg](#), [Minne](#), [Vardagsblogg](#) /

Glorifiera

[22 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)



Originalt:



Men jag saknar fortfarande [Laura](#).

Category: [Blogg](#), [Minne](#), [Musik](#) /

Lösenordsskyddad: Omvårdnad

[21 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Det här inlägget är lösenordsskyddat. För att se det måste du ange ditt lösenord nedan:

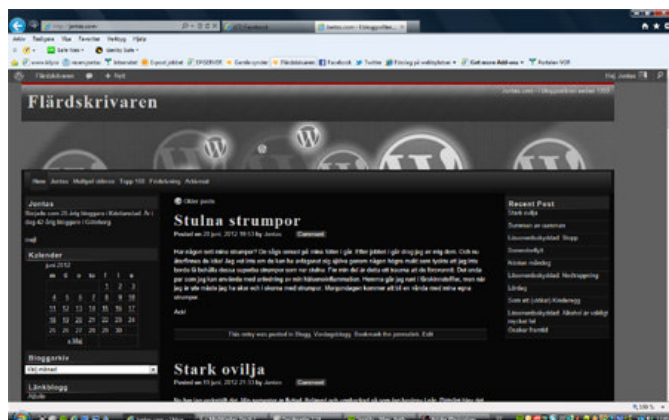
Lösenord:

Category: [Lösenordsskyddat](#) /

Dumpar temen

21 juni, 2012 / Jontas / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Just nu byter jag tema på bloggen ganska ofta. Hemma ser det bra ut, på jobbet är det katasrof. Dagens tema hemma:



Dagens tema på jobbet:



Sånt här blir jag sne' på. Får väl byta igen och hoppas på det bästa...

Category: [Blogg](#), [Surgubbe](#) /

Stulna strumpor

20 juni, 2012 / Jontas / 3 comments / [Edit](#)

Har någon sett mina strumpor? De sågs senast på mina fötter i går. Efter jobbet i går drog jag av mig dem. Och nu återfinnes de icke! Jag vet inte om de kan ha avlägsnat sig själva genom någon högre makt som tyckte att jag inte borde få behålla dessa superba strumpor som var stulna. För min del är detta ett trauma att de försvunnit. Det enda par som jag kan använda med anledning av min hälseneinflammation. Hemma går jag runt i fårskinnsstofflor, men när jag är ute måste jag ha skor och i skorna med strumpor. Morgondagen kommer att bli en vända med mina egna strumpor.

Ack!

Category: [Blogg](#), [Vardagsblogg](#) /

Stark ovilja

[19 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Nu har jag verkställt det. Min semester är flyttad, förlängd och upphackad så som jag beskrev i går. Plötsligt blev det också lättare att planera tiden, vad jag ska göra under min semester. Nej, jag ska väl inte göra något direkt, men jag tror mig veta hur jag ska få rutin och regelbundenhet i mina lediga dagar. Varje semestervecka innebär att jag arbetar en dag, får besök av hämndtjänsten en dag, åker till Hisingen en dag (till en Konsumaffär, bara för att tvinga mig till att göra något). Och plötsligt är där inte så mycket sysslolösa och inaktiva dagar. Jag är livrädd för att bli passiv och förlora styrka och kondition eftersom jag redan förlorat så mycket av den varan förra året och ännu inte återhämtat mig.

Men på jobbet tycker de att jag är märklig, rent av dum, som "misshandlar" min semester så här. Att arbeta en dag per semestervecka? Nej, det är inga snälla saker jag får höra om mitt beslut. Jag skulle enkelt kunna förklara varför jag tagit detta beslut, men jag blir bara anti när jag idiotförklaras. Så jag säger inget alls. För ingen har med min anledning att göra mer än möjligen min chef som godkänt semesterändringen.

Förra sommaren var den värsta jag varit med om rent hälsomässigt. Och då var jag långtidsledig. När jag tänker tillbaka så har jag aldrig tidigare haft flera veckors sammanhängande semester. Föregående tio år innebar helgtjänstgöring som jag vägrade sälja ut till någon annan under min semester. Plus att jag tog alla andra helger också när kollegorna valde semester. Och jag mädde väldigt bra av det.

Om detta handlar om min mentala tillfredsställelse? Nej, men indirekt så blir det så. När jag vet att jag försöker stävja de fysiska problemen som kan uppstå när jag är långledig. Då mår jag bra även mentalt, minskar pressen.

Och ändå. Jag hade gärna jobbat fler dagar per semestervecka samt förlagt semester ännu senare till typ september/oktober. Men ingen fara. Jag ska ha semester då också. Totalt ska jag ha cirka åtta semesterveckor i år. Ändå får jag semesterdagar över om jag nu inte tar några ströddagar i övrigt också. Jag har mycket semester. Jag vill inte ha semester. Av mina åtta semesterveckor så är det endast två som är från måndag till söndag. Sa jag att jag inte gillar semester? Men jag gillar ledighet. Enstaka dagar, inte sammanhängande.

Category: [Blogg](#), [Hälsohistoria](#), [Kampen](#), [Multipel skleros \(ms\)](#), [Vardagsblogg](#) /

Summan i v summån

[19 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Om nu ingen märkt det så gillar jag statistik. Särskilt antal och summa. Det är något porrigt över det, och jag skäms nästan. Om det inte (för mig) hade varit så intressat.

I dag har jag varit på årets möte nr 94 på jobbet. Ett, kanske två, möten återstår innan sommaren definitivt är här. Sommar är det när alla möten plötsligt upphör av någon märklig anledning. Om man nu inte behöver mötas sommartid, så kanske också kunde slopat övriga möten under året?

I kylskåpet har jag nu bara 32 snusdosor. Sânt måste man hålla kolla på så lagret inte plötsligt tar slut. Särskilt inte sommartid. (Nu kom vi till det där med "sommar" igen – bevisligen något som är väldigt dåligt). Något år var det kris för mig eftersom det varit inbrott hos snusförsäljaren och jag fick jaga snus utan dess like. Nej, jag har inget nikotinberoende. Förtal.

I mars förra året fick jag tjänsteresör med taxi betalade eftersom jag inte har så mycket flärdtjänst så att jag kan ta mig flera gånger fram och tillbaka under en dag mellan de två arbetsplatser jag pendlar mellan. Flärdtjänsten tillåter endast två resor per dag vilket är till och från jobbet för mig. Mellan två arbetsplatser har jag inte rätt att resa. (Och jag får bara åka en tur och retur privat per vecka). Så på 15 månader har jag åkt 32 tjänsteresor för priset 4 249 kr. Det tycker jag låter mycket.

Och nu ska jag dricka mitt livs andra Coca-Cola Cherry. Kemiskt gott.

Category: [Blogg](#), [Omvärldsbevakning](#), [Vardagsblogg](#) /

Lösenordsskyddad: Stopp

[18 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Det här inlägget är lösenordsskyddat. För att se det måste du ange ditt lösenord nedan:

Lösenord:

Category: [Lösenordsskyddat](#) /

Semesterflytt

[18 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Semesterångesten har drabbat mig. Svårt. Jag *vägrar* gå på semester som planerat. Vilket inte är några problem eftersom jag kan flytta runt min semester lite som jag vill då det inte drabbar någon annan.

Det som skrämmer mig är att vara ledig. Då blir jag inaktiv/örlig och gör ingenting fysiskt, utan blir bara sittande. Jag fungerar så numera med min ms som begränsar mig extremt. Arbetet ger mig fysisk aktivitet, gör så att jag anstränger mig.

Min lösning är egentligen ganska enkel. Istället för 3+1 veckor ledigt i sommar, så planerar jag att vara ledig 1+4 veckor*. Bonusveckan kan jag ta eftersom jag kommer att arbeta en dag per vecka under mina semesterveckor. Japp, det är min lösning. Jobba en dag per vecka, ha semester resterande dagar under veckorna. Jag tror att detta är bästa lösningen. Samt att jag skjuter på semestern lite.

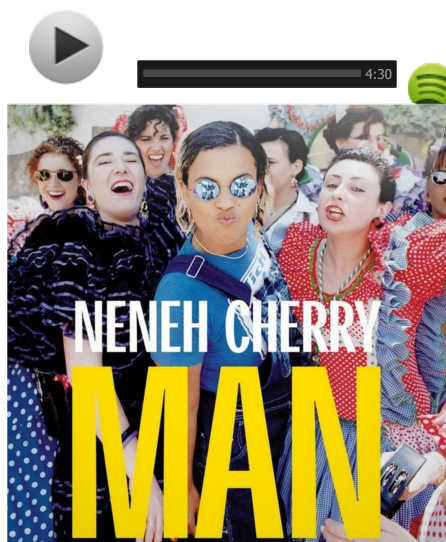
Jag klarar inte av sammanhängande semester under flera veckor. På den tiden jag hade helgschema, så jobbade jag mina helger även under semesterperioden. Förra året hade jag sammanhängande semester utan avbrott för arbete. Och det var då jag fick inflammation i hälsenan – förmodligen för att jag inte belastade fötterna under semestern. Och sedan blev det för mycket när jag väl behövde förflytta mig.

* 3+1 veckor eller 1+4 veckor innebär båda exakt samma antal semesterdagar.

Category: [Blogg](#), [Hälsöhistoria](#), [Kampen](#), [Multipel skleros \(ms\)](#), [Vardagsblogg](#) /

Nästan måndag

[17 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)



Migrän fredag. Och lördag. Samt söndag. Jag har söt och skulle gärna tagit semester redan nu. Urlakad.

Category: [Blogg](#), [Musik](#), [Vardagslogg](#) /

Lösenordsskyddad: Nedtrappning

[17 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Det här inlägget är lösenordsskyddat. För att se det måste du ange ditt lösenord nedan:

Lösenord:

Category: [Lösenordsskyddat](#) /

Lördag

[16 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

En trött dag med mycket sömn (typ 18 timmar nöst). I går kväll hade jag migrän och det är inte ofta den däckar mig. Jag har varit däckad.

Jag har suttit och läst lite gammalt arkivmaterial från bloggen 2004/2005. Det gör mig tacksam att jag inte längre har samåkning med andra passagerare när jag åker flärdtjänst. Ibland behöver man påminna sig själv om att lycka kan vara väldigt mycket. Och att man inte ska glömma. Inget var bättre förr.

Category: [Blogg](#), [Kampen](#), [Minne](#), [Vardagslogg](#) /

Som ett (utökat) Kinderegg

[15 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Nej, jag kollade aldrig upp min fot i dag. I går kväll och i mörse så tyckte jag att det var bättre. Men under dagen blev det ungefär som i går – foten svullnar och det spänner i den. Dock inte som i går. Och ingen värk som i onsdags. Jag avvaktar över helgen.

I kväll tar jag istället hand om mitt önda huvud som för en stund sedan fick återuppleva hur det är att ha migrän. Synbortfallet håller på att gå tillbaka och huvudvärken börjar komma smygande.

Men ingen magsmärtor förutom den kliande bältringen.

Annars mår jag bra. Jag är alltid så patetiskt glad.

Category: [Blogg](#), [Kampen](#), [Vardagsblogg](#) /

Lösenordsskyddad: Alkohol är väldigt mycket fel

[15 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Ange ditt lösenord för att visa kommentarema. / [Edit](#)

Det här inlägget är lösenordsskyddat. För att se det måste du ange ditt lösenord nedan:

Lösenord:

Skicka

Category: [Lösenordsskyddat](#) /

Osäker framtid

[14 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Veckans värsta arbetsdag är över. Ur jobbhänsyn var det inte så farligt. Halvdagsmöte förmiddag plus halvdagsmöte eftermiddag, men lunch arbete och arbete efter arbetstid. Jag råkade det mesta i land.

Det jobbiga har varit den där feiten. Jag börjar bli tveksam till om det är hälsenan som spökar, för feiten är mest svullen och det spänner väldigt i den. Men int? Njae. Inte direkt. I vilket fall som helst så ska jag försöka komma till vårdcentralen akut i morgon. Frågan är hur jag gör med jobbet. En semesterdag eller en karensdag på 900 kr? Jobba kan jag (min bedömning just nu), men att bevaka att få komma till vårdcentralen lär ta hela dagen. Måste ringa kl. 07. De ringer tillbaka ett par timmar senare. Och jag får kanske en tid på eftermiddagen. Är jag på jobbet så kommer jag aldrig att hinna i tid till vårdcentralen, oavsett hur dags det blir.

Nedräkningen har börjat. Officiellt tio arbetsdagar kvar. Men jag vill inte räkna alls, för jag vill inte gå på sabbatssemester. Det gör mig alltför inaktiverad. Jag behöver vara igång. Men det är inte lätt med tanke på att jag får panikångest om jag går utomhus. Och så nu då, med den trilska feiten.

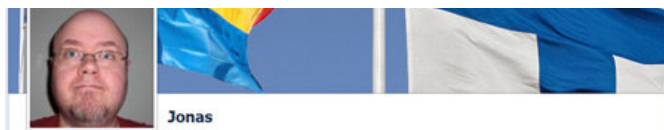
Category: [Blogg](#), [Hälsa och sjukvård](#), [Kampen](#), [Vardagsblogg](#) /

Delar av helheten

[13 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Min omslagsbild och profilbild på Facebook (just nu):





Åtminstone tror jag att flaggorna kan representera mig. Om inte annat så mitt ursprung. Frågan jag ställer mig är vilken av flaggorna som jag känner mest för; vilken jag påverkas mest av. Det varierar nog lite beroende på mitt tillstånd för stunden.

Sveriges flagga: Förmodligen är det den flagga jag känner minst för då jag tar den för given.

Skånes flagga: Det finns en saknad. Jag är skåning och jag bor inte längre i Skåne. Det är inte många gånger jag varit "hemma" de senaste tio åren. Tankar jag får är bland annat att jag tänker på Danmark. Tröts allt så är den skånska flaggan en sammanslagning och Sveriges och Danmarks flaggor. Med det resprenterar och förklarar den Skånes dubbelhet och historik. Och så tänker jag på den där gången för några år sedan när jag besökte Skåne och tillgavs för göteborgare trots att jag pratar skånska. Men det beror säkert på att jag fått göteborgskt tonfall in i min "rena" skånska. Jag har aldrig pratat med bred skånsk dialekt, utan haft en väldigt vårdad och strikt skånska. Jag förstår hur en urskåning inte kan höra att jag är skåning.

Finlands flagga: Om jag kände saknad när jag ser den skånska flaggan, så känner jag mer sorg när jag ser den finska. För jag har en distans som inte känns bra. På andra sidan Östersjön har jag halva min släkt och den enda form av kontakt jag har är via Facebook (vilket jag är tacksam över). Men den finska flaggan representerar också förlust. Av min far och av hans förlust av sitt ursprung. Hur övergiven han kände sig. Och hur det sedan övergick i bitterhet, ilska och anklagelser. Och beroende.

Jag får väl säga att jag får blandade känslor när jag ser flaggorna. Mina tre delar och jag ska vara summan, enheten. Helheten. Men jag känner mig splittrad.

Angående bilden: Den är photoshopad av mig. Men jag är inte photoshopad.

Category: [Blogg](#), [Minne](#), [Vardagsblogg](#) /

Ny kategori - minne

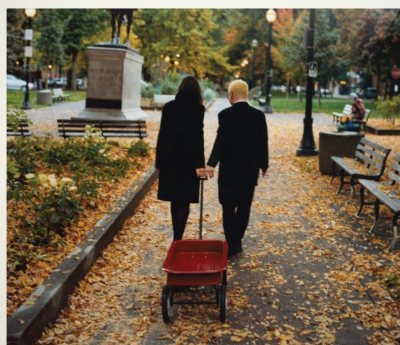
[13 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / [Kommentering avstängd](#) / [Edit](#)



4:10



PINK MARTINI A RETROSPECTIVE



Lite öväntat verkar jag ha återfått den inflammerade hälsenan. Vis av erfarenhet så tar jag inga värktabletter, utan smörjer på antiinflammatorisk gel. Och belastar föten som vanligt trots smärtan som gör att jag tappar... förfästet.

Min dag har i övrigt varit irriterande lugn (ledig dag). I morgon blir det mötsatsen. Veckans värsta dag är torsdagen. På jobbet är jag tillgänglig endast när jag har lunch.

Under hela min barndom var torsdagar generellt sett veckans värsta dag. Torsdagar var alltid dagen då jag tvingades utstå sådant som jag inte ville:

- Torsdagar = Kvällskurs i elörgel under X antal barndomsår. Jag gjorde aldrig läxor, men brukade trötligt nog klara av att spela upp läxor. Trots allt så var det bara att spela efter noter.
- Torsdagar = Jag minns inte om det var svenska- eller engelskalectiöner jag missade under mellan- och högstadiet. Det var alltid då jag hade "extragymnastik". Jag var en gymnastiklärare. En konsekvens av att vara överviktig. Jag var tvingad att ha fler gymnastikpass per vecka än vad klasskompisarna hade. Och det gjorde ingen nytta. Märkligt ändå att jag lyckades få slutbetyg i både svenska och engelska. Och att jag alltid haft uruselt betyg i idrott. Gå figure! (Och min figur har verkligen "gått").

Category: [Blogg](#), [Kampen](#), [Medicinering](#), [Minne](#), [Musik](#), [Vardagsblogg](#) /

20 år i yrket, del 2

[12 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / [Kommentering avstängd](#) / [Edit](#)

Inlägget jag skrev för [en månad sedan](#) började jag ha skrivit i dag. För i dag den 12 juni 2012 är det på dagen 20 år sedan jag blev klar med min yrkesutbildning till läkarsekreterare. När jag "firade" 10 år i yrket skrev jag nog inget, för jag kände inget inför det. Kanske för att jag just då hade en yrkeskris samt mädde väldigt dåligt i min ms. Men nu när det är 20 år i yrket tänker jag en hel del. Och ofta. Ända sedan årsskiftet. För jag tycker att det är så ofattbart. Jag som bara skulle gå utbildningen för att sedan inte börja arbeta i yrket. Planen var ju att få ett års betänketid inför val till universitetsstudier.

Varför fastnade jag i yrket? Som jag tidigare skrivit så finns där flera tänkbara förklaringar till det, men jag tror också på envisheten. Där var så mycket motstånd och fördomar kring en man i kvinnadominerat yrke att jag ville skapa ett mottryck. Jag ville visa att jag faktiskt dög och att kön inte hade någon betydelse. Men det som också hände under studiernas gång var att jag blev intresserad av den medicinska terminologin. Det är jag väl inte så intresserad av längre, för jag har funnit ett nytt intresse inom vården – organisationen (förvaltningens uppbyggnad med de tre konflikbaserna profession, politiker och administrativ/tjänstemän/ekonomer). Vården är som en ministat som ständigt ligger i inbördeskrig och samtidigt startat krig med kringliggande ministater. Spännande! Och ännu mer spännande när man förstår orsak och verkan.

Det som också förvånar mig är hur engagerad jag blivit i min yrkesroll även om jag inte längre har typiska arbetsuppgifter som motsvarar min titel. Har jag avancerat? Njae, det vill jag inte påstå, men jag har tagit möjligheter till utveckling. Jag månar om studenter (framtida kollegor) och kollegor (facklig representant). Kanske för att jag i så många år blev så illa behandlad utifrån kön.

20 år är en lång tid. Frågan är om jag stannar kvar i yrket återstående 23 år innan pension. Kanske. Jag har inget omedelbart behov av att ta en annan riktning. Trots allt så hade jag ett annat yrke för 24 år sedan, så jag har prövat på annat arbete.

Det som känns lite märkligt i sammanhanget är att jag inte längre är yngst på arbetsplatsen. Jag är heller inte äldst, men jag räknas numera till inventarierna. Kanske jag är trogen yrket och arbetsplatsen mer än kollegor? Men det är för att jag fortfarande känner stimulans och utvecklingsmöjligheter. Jag har inget behov av att testa på annat för sakens skull. För numera tillåts jag utveckling – jag är inte längre någon som man försöker hålla tillbaka. Men det tog 15 år att bevisa, att jag duger. Och jag gav aldrig upp. Ger fortfarande inte upp.

Så jag firar 20 år i yrket där allt till en början var en kamp och där jag nu känner tillfredsställelse. Jo, jag firar.

Category: [Blogg](#), [Vardagsblogg](#) /

Mötesmänniskan 2012

[12 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Oj, så fel jag räknat! Jag har nu kontrollräknat hur många möten/utbildningar jag haft till och med i dag. I eftermiddags var jag på möte 87. Innan jag går på semester kommer jag upp i 95. Hittills är hösten lugn, jag har bara bokat in ytterligare 31 möten än så länge.

Varför räknar jag? Jo, jag får så mycket klagomål på att "du är ju aldrig på ditt rum". Nej, kanske inte. Men det är inga ineffektiva möten, det är beslutsmöten. Eller så får jag utbildning, alternativt ger utbildning/föreläsning. Möten kräver både förarbete och efterarbete. Utbildningar och föreläsningar som jag ger kräver mycket förarbete. Oavsett om jag är på plats eller ej, så arbetar jag trots att ingen ser. Ska man nu klaga på mig så får de väl säga "du hinner ju inte med alla dina arbetsuppgifter". För det gör jag inte. Jag får prioritera. För ett år sedan var jag sjukskriven och jag har fortfarande inte hunnit beta av de högar som då samlades på hög. Men jag kan förlika mig med det. Jag blir inte stressad och känner mig (nästan) inte otillräcklig. Trots allt så presterar jag 100 %, så ingen kan (egentligen) klaga. Och det ingen märker är att jag också prioriterar bland alla de möten jag är kallad till. Ungefär hälften av allt sällar jag bort. Främst för att det antingen krockar med annat möte eller infaller på min lediga dag. Det ska mycket till för att jag ska byta min fridag. Hur jag prioriterar när möten krockar? "Först till kvar'n" gäller. Eller om det är något väldigt, väldigt speciellt jag måste närvara vid.

Men om det är 95 möten/utbildningar/föreläsningar under första halvåret, så innebär det ungefär lika mycket för andra halvåret. Jag går på fler möten än vad jag har arbetsdagar. Min gräns går vid 4-5 möten per dag. För jag ska hinna ta mig mellan alla lokaler också. Men som tur är håller vi oss oftast inom två kommuner och nio huskroppar.

Vad som är mest positivt? Jag har många olika yrkesroller och det återspeglar sig i de möten/utbildningar/föreläsningar jag deltar i. Jag träffar otroligt mycket människor från olika arbetsplatser och som befinner sig i olika personalkategorier. Det är berikande. Jag lär mig väldigt mycket, och jag tror också att jag lär ut en del.

Category: [Blogg](#), [Vardagsblogg](#) /

Disträ och bssig

[12 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Stressad. Försenad. Kastar mig in i en taxi till annan kommun för ett eftermiddagsmöte. Anländer och känner mig naken. Glömt mobiltelefonen på jobbet.

Fick efter mötet återvända till jobbet på grund av mobiltelefonen. Kom hem 1½ timme senare än planerat.

Egentligen borde jag vara väldigt deprimerad, för jag har suttit i en taxibil fyra gånger i dag. Men jag är ganska uppåt. För jag har haft bra samtal i dag som lett till något positivt. Problemet är bara att jag inte har något minne av vad som diskuterats. Men känslan säger det var något bra. Kanske jag i natt föräras med hågkomst?

Det var spackel som hamnat på min nya fina soffa. Jag lyckades med kniv och nagelborste få bort det värsta, men inte allt. Hantverkarna måste ha haft det på sina skor, vilket betyder att de stått med skor i min soffa. Varför jag tror detta? Trapphuset och hissen är full av spackelfläckar där de gått. Det sitter lika stenhårt fast där. Arslen!

Oj, nu kom jag på en av anledningarna till att jag är på så gott humör! Jag skickade ut ett väldigt argt (inte elakt, men kallsinnigt) massmejl om att rutiner finns för att följas. Kändes bra. Kanske mest för att jag kände hur välformulerad jag lyckades med att vara. Jag gillar att argumentera och slänga bevis omkring mig där motargumenten redan är punkterade innan de framförts. Jag *är* bossig!

Inte ens detta att jag har 0,5 kvm hudyta med bältros får mig på dåligt humör.

Category: [Blogg](#), [Vardagsblogg](#) /

Lösenordsskyddad: Omskakad och störd

[12 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Det här inlägget är lösenordsskyddat. För att se det måste du ange ditt lösenord nedan:

Lösenord:

Category: [Lösenordsskyddat](#) /

Bli galen 2

[11 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / [One comment](#) / [Edit](#)

Under tiden som jag varit på jobbet i dag, så har hantverkare varit i min lägenhet för att installera bredbandet som jag inte vill ha. I lappen jag fick i förra veckan stod det att jag skulle göra rum för dem att kunna dra kabel mellan ytterdörr och tv-uttag. Vilket jag gjorde i morse.

När jag kom hem var det tänt i min lägenhet. De hade inte alls dragit kabel så som jag trott. I stället har de borrarat hål i en vägg och sedan dragit kabel på "fel sida" av mitt vardagsrum. Där kabeln dragits hade jag sladd mellan taklampa och uttag – den har de dragit ner då den var i vägen. Sedan har de stått i min nya svarta soffa som nu är vitprickig. Dessutom har det kommit något vit klet, typ spackel, på min svarta soffa. Och fläcken går inte bort. Sedan fann jag en kabelränna nerstucken bland mina krukväxter, samt annan skit under kuddarna i soffan. Jag trodde inte hantverkare fick skita ner utan att städa efter sig. Och det där med soffan... Jag vet inte vad jag ska göra. Eller hur jag ska få upp lampsladden i taket igen.

Egentligen blir jag ledsen, för jag hade äntligen fått lite ordning och reda. Sedan kom hantverkarna och misskötte sig. För en bredbandsinstallation jag inte bett om. Och så

undrar jag vad de gjort på min toalett. Och varför glödlampen i golvlampen nästan helt var lossad.

Nästa gång hantverkare kommer så tänker jag ta semester och stanna hemma. Det hade jag gjort i dag om det inte hade varit för det där arbetsmötet jag var kallad till... som aldrig blev av då ingen dök upp.

Category: [Blogg](#), [Vardagsblogg](#) /

Lösenordsskyddad: Bli galen 1

[11 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Det här inlägget är lösenordsskyddat. För att se det måste du ange ditt lösenord nedan:

Lösenord:

Category: [Lösenordsskyddat](#) /

Dagens äckeldoft

[10 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Starka dofter, som parfym eller rakvatten, har jag aldrig tålt. När jag blev äldre så blev konsekvensen migrän. Nu när jag också har ms, så är det betydligt fler dofter än de starka som påverkar mig. Jag är helt enkelt väldigt känslig för dofter – vissa värre än andra. Dofter som jag blir riktigt illamående av.

Dagens hemska doft som får mig att må illa: Rå äggvita. Det luktar enormt starkt och kväljande.

Category: [Blogg](#), [Multipel skleros \(ms\)](#) /

Exakt ett år

[10 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

I dag fyller min neurogena/neuralgiska magsmärtor ett år. Nej, den är inte borta helt. Jag känner den särskilt vid överansträngning. Ett helt år. Därför fortsätter jag med min lågdos antiepilepsimedicinering (a.k.a. helvetesmedicinen) och Voltaren Gel (vid behov).

Ont har jag ungefär på samma ställe också av en annan orsak – bältros. Den har aldrig varit så uttalad som den är nu och jag överdoserar kortisonsalva utan större effekt.

Ibland blir jag lite trött på alla mina tillkortakommanden i form av sjukdomssymtom.

Och nej, jag är fortfarande inte väkommen till min neurolog eller till min vårdcentral.

Category: [Blogg](#), [Hälsa- och sjukvård](#), [Kampen](#), [Medicinering](#), [Multipel skleros \(ms\)](#), [Vardagsblogg](#) /

Lösenordsskyddad: Planeraren

[10 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Det här inlägget är lösenordsskyddat. För att se det måste du ange ditt lösenord nedan:

Lösenord:

Category: [Lösenordsskyddat](#) /

Röjda Rövardömmet ges mental

[9 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Vad gör man en ledig lördag förutom att sova halva dygnet? Tja, man gör väl det vanliga? Tvättar, lagar mat, diskar, surfar nätet, tittar på tv, pratar i telefon, sover lite till, tar sig tid att läsa morgontidningen och så vidare. Låter dagen gå, helt enkelt. Och så har jag läst en bok från pärm till pärm. Hungerspelen.

En bagatell, så kan man sammanfatta Hungerspelen. Betyg mellan 1-2 av 5. Och då är jag snäll. Barnlitteratur av i dag är så mjukig. Kan filmen verkligen vara bättre? (Nej, jag återger inte handlingen, låt rubriken vara en ledtråd).

Det som störde mig mest i boken var att den var skriven som första person i presens. Precis så som jag skriver när jag bloggar – vilket är otroligt tröttsamt när man läser en hel bok.

Min nya bokläsartörst tror jag beror på att jag inte står ut med ljudböcker heller. De är bra när synen periodvis flyr mig, men otroligt jobbigt när man vet att man läser bok på en tiondedel av tiden. Så ljudböcker är andrahandsvalet om jag primärt har möjlighet att läsa boken.

Jag längtar till nästa helg då jag ska läsa min tredje bok jag köpte förra veckan. Om jag orkar. Även om synen inte är alltför dålig just nu, så får jag sådan huvudvärk av att läsa.

Category: [Blogg](#), [Kampen](#), [Surgubbe](#), [Vardagsblogg](#) /

Serviceyrke utan ambitioner

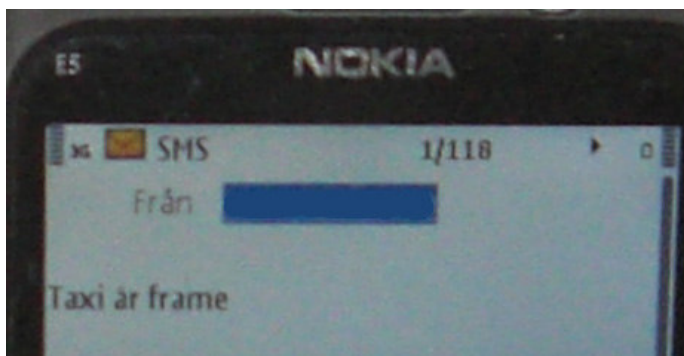
[8 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / [2 comments](#) / [Edit](#)

Kommunen har skapat ett regelverk för chaufförer som kör flärdtjänst. Bland annat får chaufförer inte prata i mobiltelefon på annat språk än svenska när resenärer finns i bilen. Det måste vara handsfree. Chauffören måste stiga ur bilen och hålla upp dörren för resenären samt lägga in bagage och gånghjälpmedel i bagageutrymmet. Dessutom måste resenären uppvisa legitimation och flärdtjänstbevis.

Sedan finns där specifika krav som chauffören ska uppfylla och som rör en den enskilde resenären. I mitt fall så måste chauffören köra in på min gård hemma (innanför bom) eftersom gps inte hittar till rätt bom och bilen kan stå i annat kvarter än mitt. Dessutom ska chauffören gå in och hämta mig i entén på jobbet eftersom jag inte kan stå upp längre stunder om bilen är sen, samt att jag har problem med synen och med panikångest.

Fungerar ovan? Behöver jag svara på det? Självklart fungerar det inte.

I dag satt jag i entrén på jobbet när jag hörde att jag fick ett sms. Ingen skickar sms till mig, så jag brukar inte bry mig. Får jag sms beror det på att någon skickat det fel. Ändå kollade jag mitt sms.



Så mycket för att bli hämtat i entrén! Jag fick gå ut och leta efter både bil och chaufför. Nej, han höll inte utanför entrén. Men några hundra meter bort såg jag en chaufför vinkad åt mig. Ursäkten för att inte hämta mig inne var den gamla vanliga; "Parkeringsvakterna filmer och bötfäller oss". Märkligt med tanke på att taxi och ambulans ständigt måste hämta och lämna människor med olika sjukdomar där jag arbetar.

(Ja, jag vet att det är felstavat i sms:et).

I övrigt då? Nej, chaufförer stiger inte ur bilen. De knuffar upp passagerardörren inifrån och man får sitta med sina väskor i knäet, staplade upp i taket. Och chauffören i går pratade ryska i mobilen (utan handsfree) under hela den kvart jag satt med. Inte ens den fria handen höll han på ratten. Det var lite vingligt.

Och det där med att jag ska uppvisa legitimation och flärdtjänstbesvis. Den regeln har funnits under mina 12 år i Göteborg. Jag åker flärdtjänst minst två gånger per dag, mellan 4-5 gånger per vecka. Tre gånger har jag fått visa flärdtjänstbesviset. Aldrig att jag fått visa min legitimation. Om jag mot förmodan försökt visa dessa för chafförerna så har de vägrat titta.

Så vad gör man? Gillar läget? Jag får väl istället vara tacksam över att vi inte krockat oftare än vi gjort. Man får vara tacksam över det lilla.

Category: [Blogg](#), [Byråkrati](#), [Kampen](#), [Multipel skleros \(ms\)](#), [Omvärldsbevakning](#), [Surgubbe](#), [Vardagsblogg](#) /

Fundering

[8 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Funderar. Tänker. Det är nog något jag är väldigt bra på. Åtminstone känns det aldrig helt tomt i huvudet. Egentligen vet jag inte om det är möjligt för någon att sluta tänka, men vissa personer verkar ju aldrig ha tänkt en egen tanke i hela sitt liv. Märkligt nog så brukar det också vara de vars mun ständigt sprutar diarréliknande och obegåvande kommentarer omkring sig. De har inte förmågan att tänka. Jag tror att de "tänker" i känslor utan referenser till logiska formuleringar.

Funderar. Tänker. Eftersom jag arbetar så mycket (näja) så kan jag heller aldrig någonsin släppa tankar som rör jobbet. Och genom att då försöka vara lite självkritisk också, så tror jag att det ger en viss mån av självkännedom. Särskilt om jag försöker tolka mitt eget beteende i vissa sammanhang. Objektiviteten är svår vid självvrannsakan, men jag brukar ändå så mönster.

En insikt jag fick i dag är hur jag är – *vem* jag är – när jag är mötesdeltagare. Vissa möten jag går på innebär att jag enbart är åhörare, andra möten att jag är ordförande för mötet. Eller att jag representerar fackliga medlemmar, representerar min

verksamhet, representerar mina kollegor, representerar arbetsgivaren. Jag har många roller. Men den vanligaste formen av möten jag deltar i är den som kan benämnas med "allmän och gemensam diskussion". Det är där jag plötsligt förstår min roll i sammanhanget. Jag är tyst, säger inget om jag inte specifikt bjuds in i diskussionen. Eller så är jag den som tar initiativet och styr mötet i en riktning som gagnar mig.

I dag var jag på ett sådant här möte. Det var andra gången jag deltog. Vid första mötet var jag väldigt tyst och smått irriterad över att man diskuterade saker som jag tyckte var ovidkommande. Nivån kändes fel, inte bara för mig personligen men också för syftet med hela mötet. Så när vi i dag hade möte igen, så såg jag till att direkt styra in det på en annan väg och mötet blev faktiskt bra. För jag visste vad jag ville ha sagt och jag hade också argument som visade på hur viktigt det var som jag tog upp till diskussion.

Och det här skrämmer mig. För jag är "bossig" på gott och ont. Jag tar för mig. Jag sätter gränser. Jag tar initiativ. Jag är självsäker. Men är jag verkligen sådan som person eller är det en jobbpersönlighet? Är det så att jag börjar ta för mycket utrymme eller är det något som förväntas av mig? Frågan är kanske istället varför jag blir inbjuden till möten? Vad är det jag kan bidra med? Vad vill man att jag ska bidra med? Uppfyller jag förväntningar? Nej, min självinsikt begränsas av att jag behöver input. Det enda jag kan komma till insikt med, är hur jag beter mig och om det känns bra. Det känns bra. Men jag är förvånad. Varifrån kommer min självsäkerhet? Erfarenhet? Alder? Engagemang? En kombination?

Jag kör på. Jag gillar att vara bossig och en tänkare. □Alternativet är självutplåning, och det är absolut inte jag.

Category: [Blogg](#), [Vardagsblogg](#) /

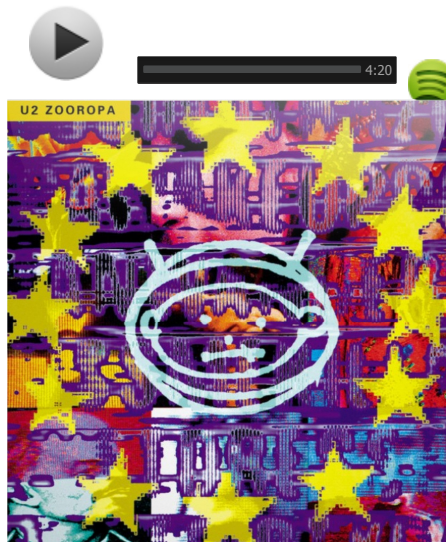
Motigt

[7 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Får man lov att vara på dåligt humör utan någon uppenbar anledning? Jo, anledning har jag nog, men det är så trist att behöva förklara vilka de är. För det som påverkat mig i dag är 1) migrän, 2) stress och 3) magsmärtor. Med tanke på det borde jag alltid vara på dåligt humör, men så är det inte.

Migränanfallet hade jag förmodligen i natt, för jag vaknade med huvudvärken. Jag har haft användning för mina tonade glasögon i dag. Och stressad blev jag i förmiddags när jag satt på ett möte och inte visste om jag på eftermiddagen skulle hålla i en utbildning i annan kommun. Och mötet drog ut på tiden. Stressen ledde till att jag fick tillbaka min neurogena smärta i magen (som jag inte känt på en månad). Utbildning blev inställd då ingen hade föränmält sig. Tack och lov!

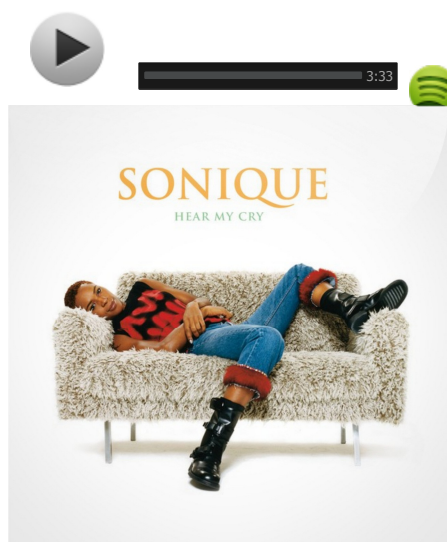
Egentligen har jag inget gjort i dag (jo, men jag känner ändå inte det som om jag producerat något) mer än stressat i onödan. Och i kväll känns det bättre. Ingen huvudvärk, ingen magsmärtor. Däremot kan jag inte avgöra om jag fortfarande är på dåligt humör eller om det är tröttheten som gjort mig numb.



Det enda som gladde mig i dag var en hemlis.



Äh, jag är nog sur. För jag fick ett meddelande i kväll. På måndag ska fast lina installeras i min lägenhet när jag inte är hemma. För tv och bredband. Det är inget jag bett om, men man kräver att få min extranyckel och att jag tar bort möbler och tavlor från ytterdörr fram till min tv. Det vill säga i stort sett hela lägenheten.



Min själ skulle må bra av lite hämnd. Känner mig både sur och ogin. Men kanske framför allt trött.

Category: [Blogg](#), [Kampen](#), [Multipel skleros \(ms\)](#), [Musik](#), [Omvärldsbevakning](#), [Surgubbe](#), [Vardagsblogg](#) /

Flaggning no more?

[6 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / [2 comments](#) / [Edit](#)

Flaggstänger kan vara väldigt tråkiga. Särskilt när de är kala.

I söndags var det avslutning för HBTQ-festivalen i Göteborg. Kommunen har i veckor haft regnbågsflaggor över stan, och i söndags hissades flaggorna på alla stänger. Utom på mitt torg.

I dag påstås det vara Sveriges Nationaldag, men några bevis i form av svenska flaggor ute på torgets 5-10 flaggstänger finns inte. Jo, förresten! Borta i hörnet av torget, där torget inte längre är ett torg. Där hänger två ynkliga flaggor! Men på torget är det tomt och öde. Inte ens de obligatoriska stadsdelsflaggorna finns att beskåda.

Nej, jag firar varken det ena eller det andra. Och linor som slår mot flaggstängerna gör en (mig) vansinnig då det är det enda ljud som garanterat tar sig igenom treglasfönster. Men det är trist när flaggor inte hissas när det finns anledning. Vem vill gå runt bland vita fallossymboler (kanske felställd fråga – se den som retorisk) där inget viftar i toppen? Äsch.

[Fjolårets flagga.](#)

Category: [Blogg](#), [Omvärldsbevakning](#), [Vardagsblogg](#) /

Lösenordsskyddad: Fortsättning

[5 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / ☐nge ditt lösenord för att visa kommentarerna. / [Edit](#)

Det här inlägget är lösenordsskyddat. För att se det måste du ange ditt lösenord nedan:

Lösenord:

Category: [Lösenordsskyddat](#) /

Lösenordsskyddad: Osäkerhet

[5 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Det här inlägget är lösenordsskyddat. För att se det måste du ange ditt lösenord nedan:

Lösenord:

Category: [Lösenordsskyddat](#) /

Vad gör du nu för tiden?

[4 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Besattheten har drabbat mig i form av böcker. Jag läser och försummar därmed både nätet och teven. Men jag verkar inte missa något väsentligt.

Category: [Blogg](#), [Vardagsblogg](#) /

Glädjespridare

[3 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)


Kanske det är lite elakt att skratta åt [Mrs. Miller](#), men det är svårt att låta bli. Känns lite bättre när man kan läsa:

”

Miller was apparently unaware at first that her musical ability was being ridiculed, but eventually realized it and decided to go along with the joke. She attributed her break with Capitol to her wanting to sing correctly and record ballads, while Capitol wanted to continue the "so bad it's good" style.

”

Category: [Blogg](#), [Musik](#) /

Lösenordsskyddad: Framsyn

[3 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Det här inlägget är lösenordsskyddat. För att se det måste du ange ditt lösenord nedan:

Lösenord:

Category: [Lösenordsskyddat](#) /

Demis

[2 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / [2 comments](#) / [Edit](#)


66 år om två veckor. Men musiken är tidlös.

Category: [Blogg](#), [Musik](#) /

Andrum

[1 juni, 2012](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Så trött! Så ont! (Ledbruten). Så lycklig!

Äntligen har jag klarat av mitt "utbildningspaket" där jag gett samma utbildning om och om igen 17 gånger! Ärligt, så har jag varit skräckslagen inför mina utbildningar.

☐nledning: Tänk om jag blev sjuk och inte kunde genomföra utbildningarna?! Det har varit skräcken. För ingen har kunnat ersätta mig och utbildningarna har getts under tidspress då där funnits en deadline. Och de som kommit på mina utbildningar har fått anpassa sina arbetsscheman utefter hur 1. jag arbetat, och 2. då det funnits lediga lokaler. Men nu är det över! Jag riktigt känner hur jag nu kan slappna av. Känner mig riktigt uppåt och inspirerad (till livet generellt), vilket säkert märktes när jag i dag gav mina två sista utbildningar.

Blev mina utbildningar enhetliga? Nej. Jag kan själv notera fyra varianter.

1. Jag var osäker, läste innantill i min lathund.
2. Jag kunde allt som ett rinnande vatten, pratade snabbt och forcerat à la bulldozer.
3. Jag var oinspirerade, osammanhängande och glömde hälften som skulle blivit sagt.
4. Jag var glad, skämtsam, tog mig tid och kunde allt som ett rinnande vatten utan att missa något.

Ändå hoppas jag att jag fick förmedlat det som skulle förmedlas. Att man förstod mina utbildningar och att det var till nytta. Sedan har alla olika förståelsenivåer och trösklar, men jag hoppas ändå att jag var så pass pedagogisk att jag nådde fram till alla. Ibland bad man mig förklara lite mer utförligt och ta om, kanske till och med ta upp lite mer konkreta exempel, och då gjorde jag det. Så jag hoppas att jag var ett stöd och att ingen känner att det var bortkastad tid. Åtminstone har jag inte fått några sådana reaktioner, men jag är väl den siste att få höra sådana omdömen.

Tyvärr kan jag inte säga att helgen nu ligger framför mig som ett oskrivet blad. Jag har planer. På att bli ompysslad där jag lite nonchalant kommer att ligga draperad i soffan. Också en uppgift, nästan ett kall.

Category: [Blogg](#), [Vardagsblogg](#) /

Place your Footer Content here

Wordpress Theme by ThemeZee