



Zum Jahreswechsel 2020 - 2021

Treppauf, treppab...
das Jahr zieht seine Kreise
auf rauhe und auf sanfte Weise.

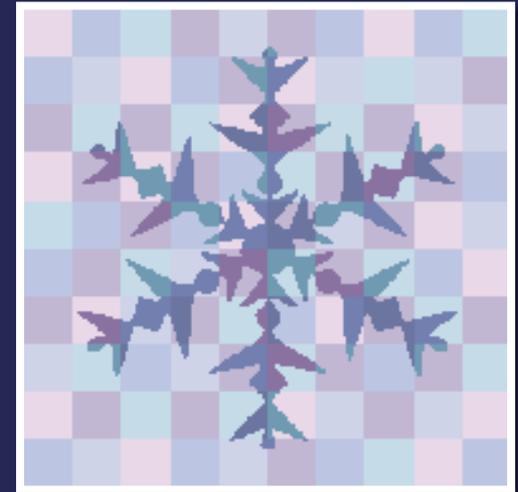
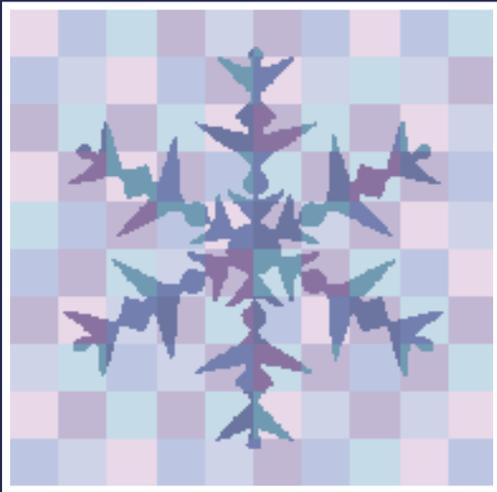
Wo kam es her, wo führt es hin?
Was hat es kreuz und quer
mit uns im Sinn?

Wir möchten vor, zurück
das Ganze überschauen,
und können doch nur
Schritt für Schritt
der nächsten Stufe trauen.



NORDMANNNSJAHR²⁰²¹

in Bild und Text



WINTER

Januar - Februar

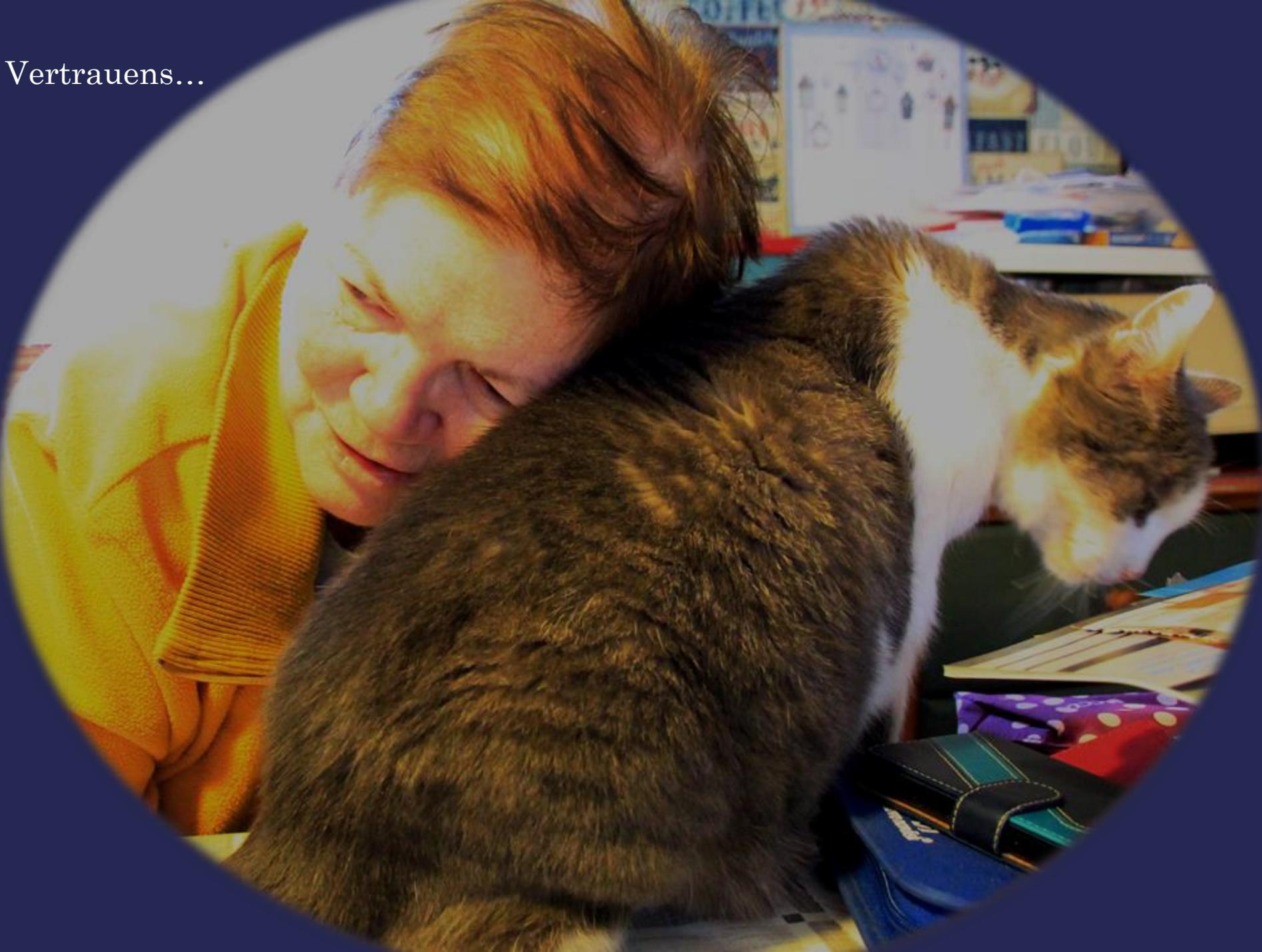
Hartung ♦ Hornung



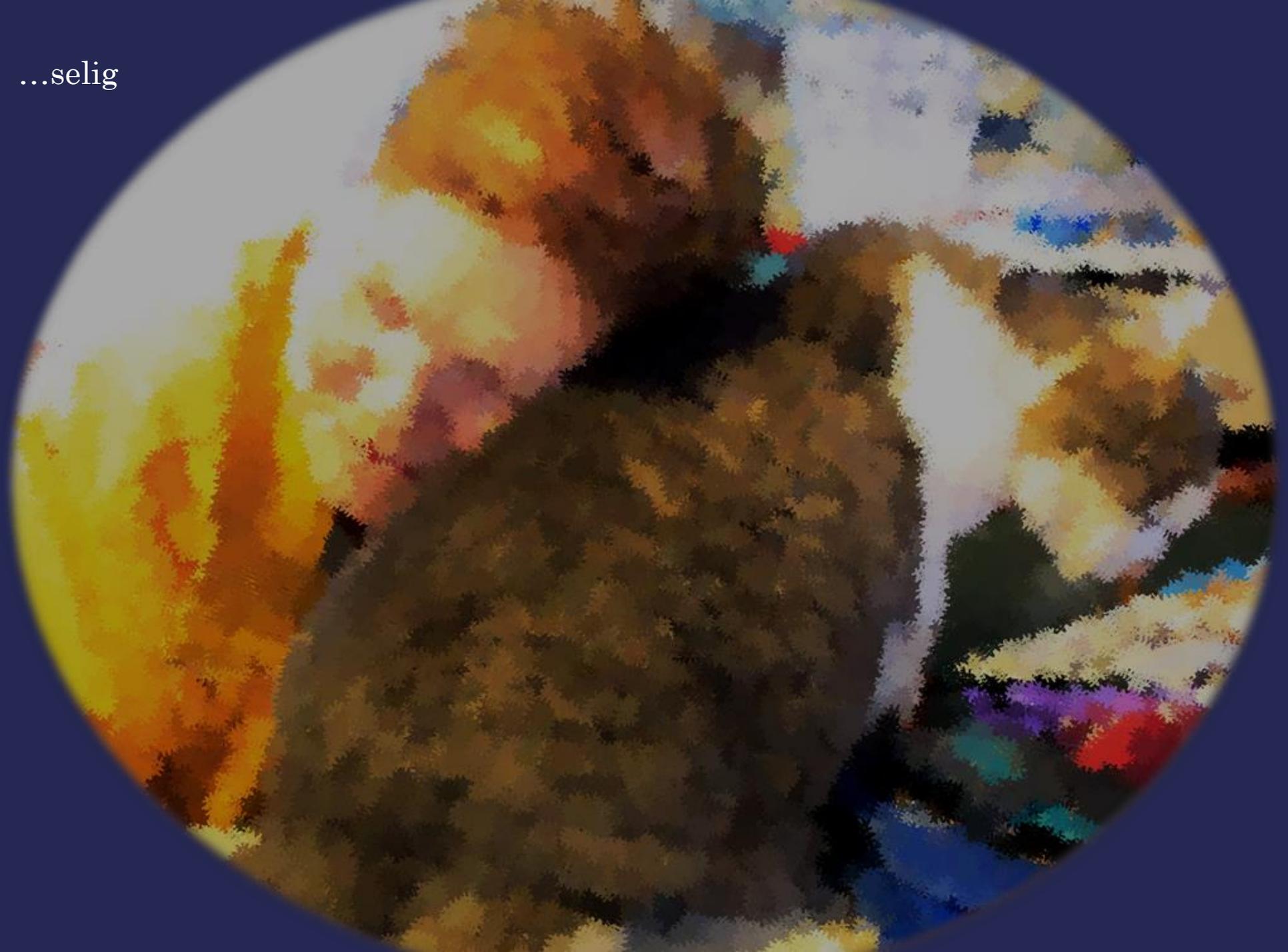




Vertrauens...



...selig



Lenes Winter-Grablicht



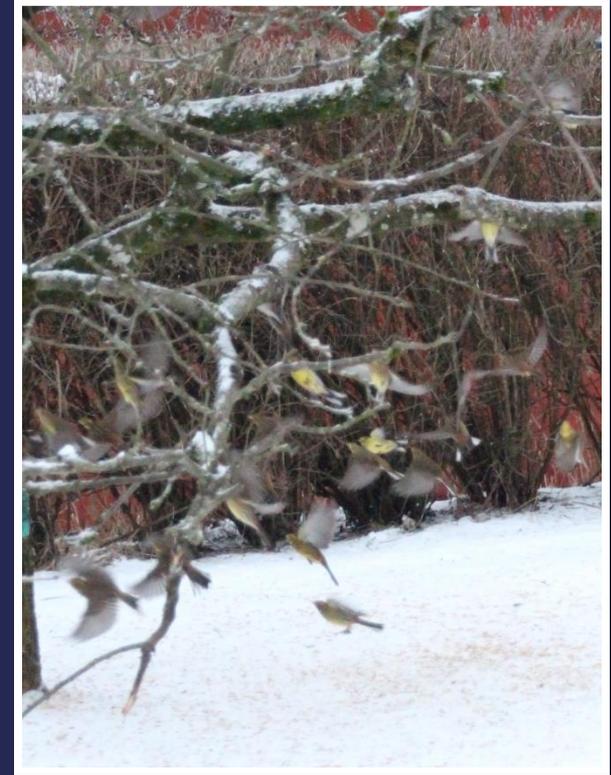




Alle Vögel



fliegen



hoch!



Steigflug



Gleitflug

Sturzflug





Kunstflug



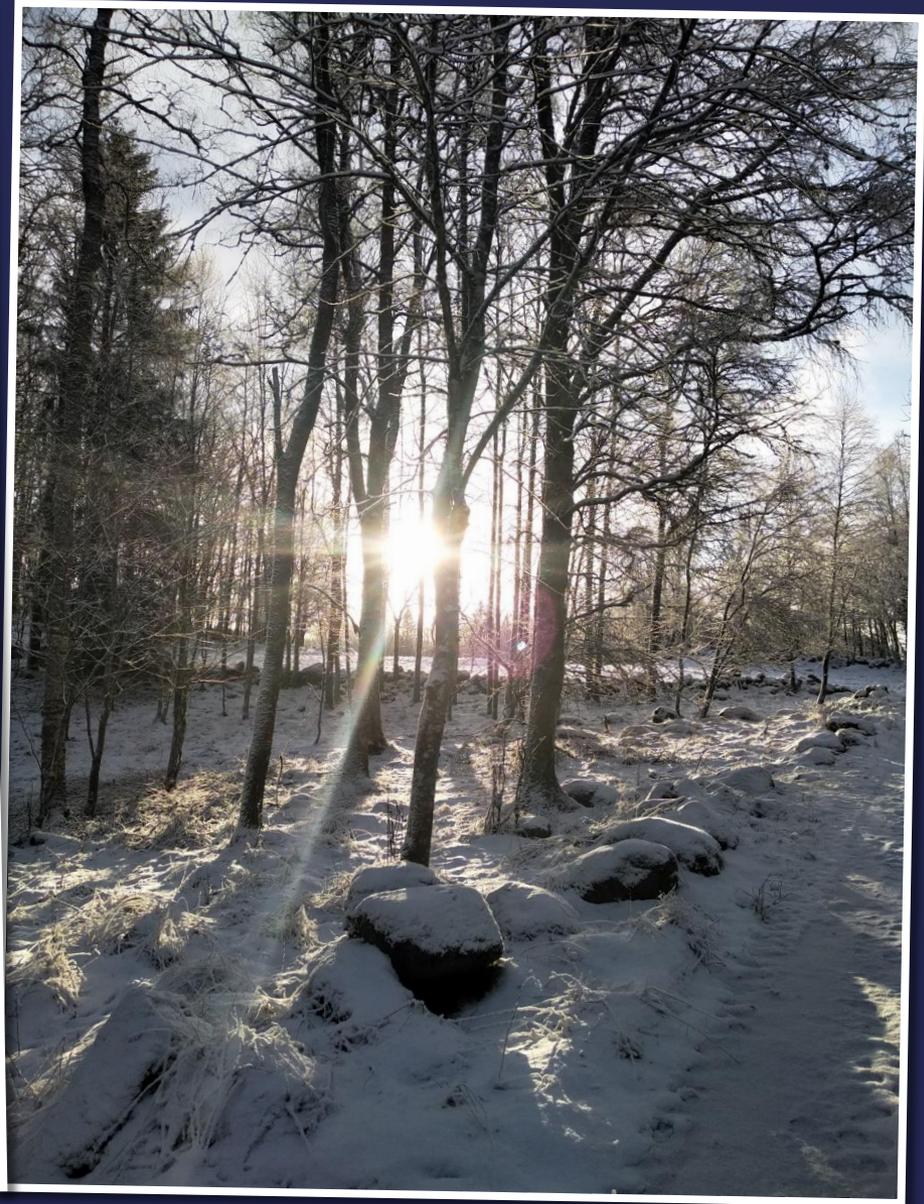
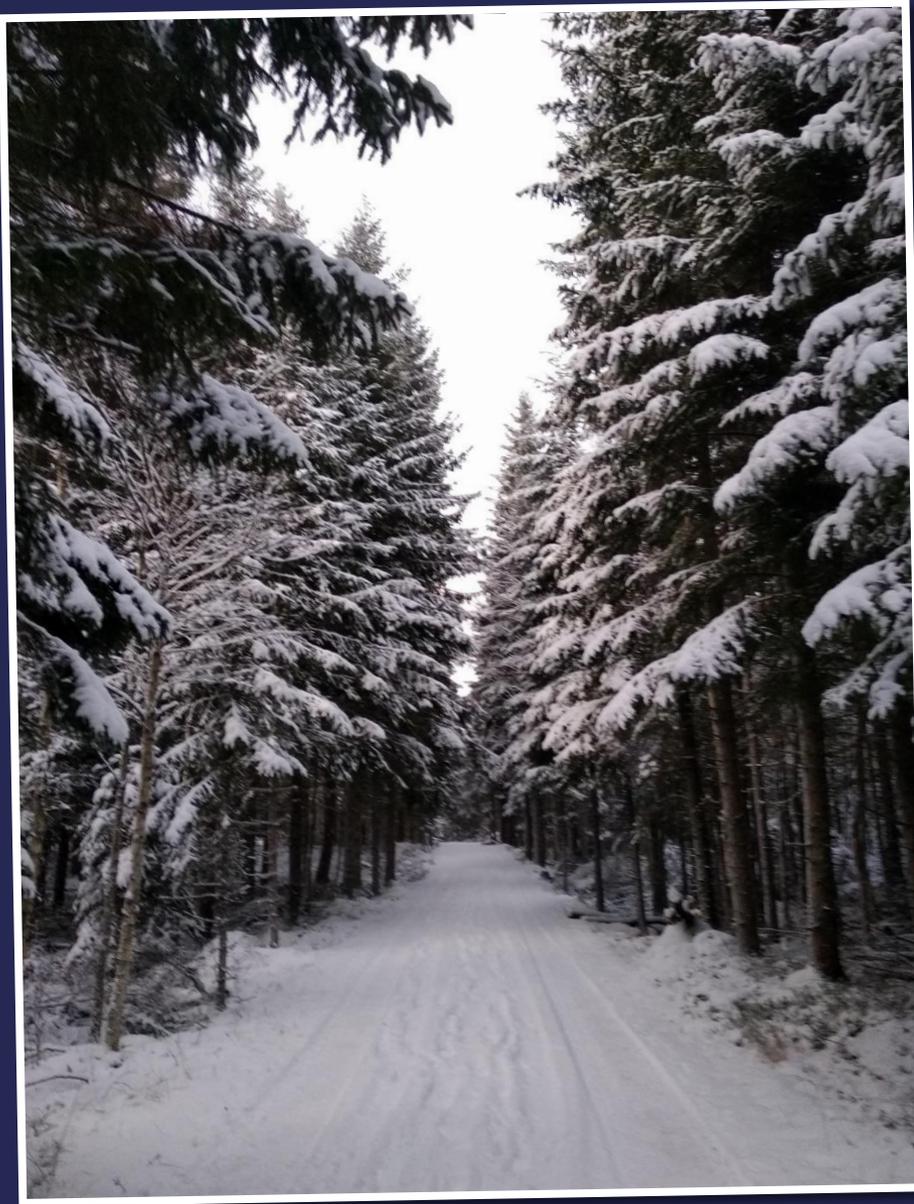














*Hhmm, jetzt erinnere ich mich
– das war doch schon mal so
weiß-kalt.*



Nach dem Fest
ist vor dem Fest



Abnadelungs-Prozeß



*347 mal werden wir
noch wach, heißa, dann
ist Weihnachtstag.*



Unsere drei Grazien beim Apfelbuffet um viertel vor drei.



Winterstimmung am See Soten





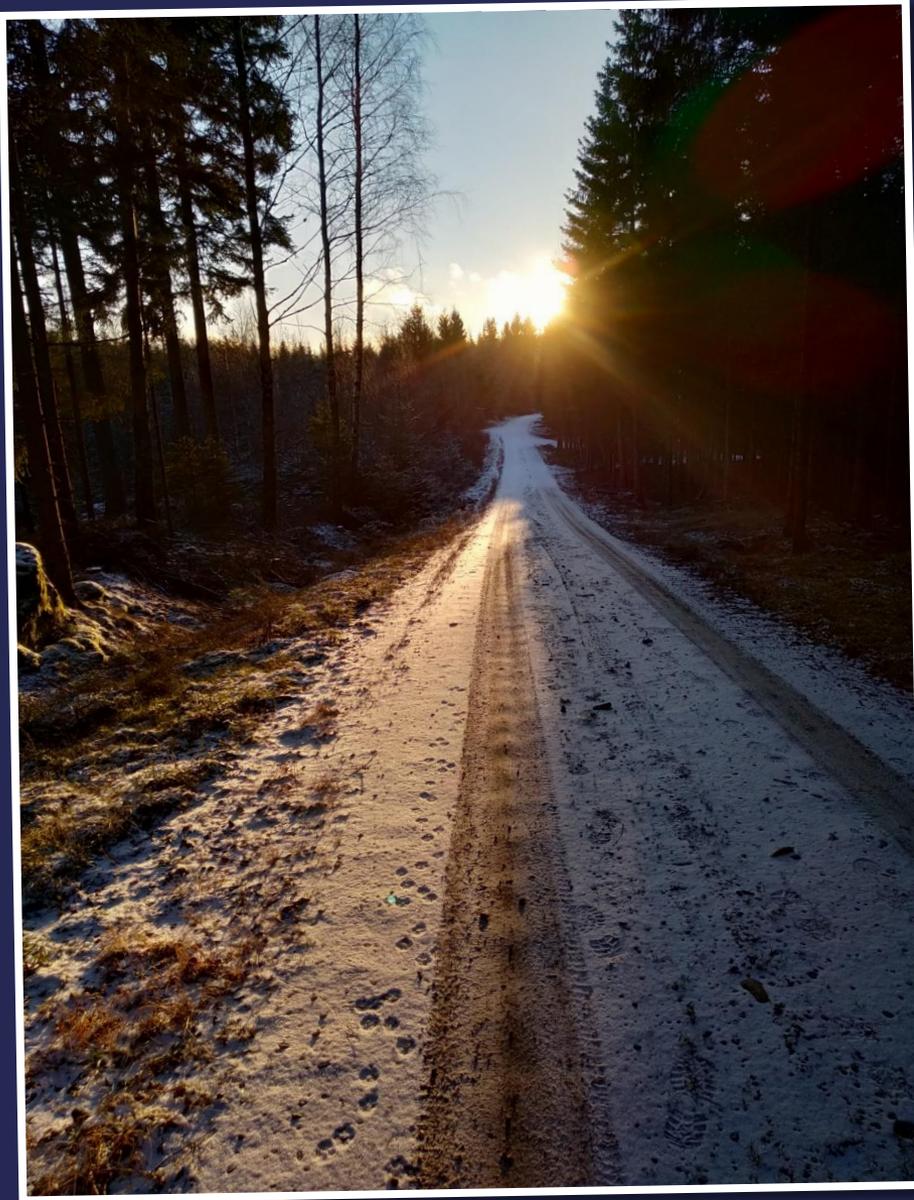




Schneetreiben



Still-Leben oder „*Ménage à trois*“



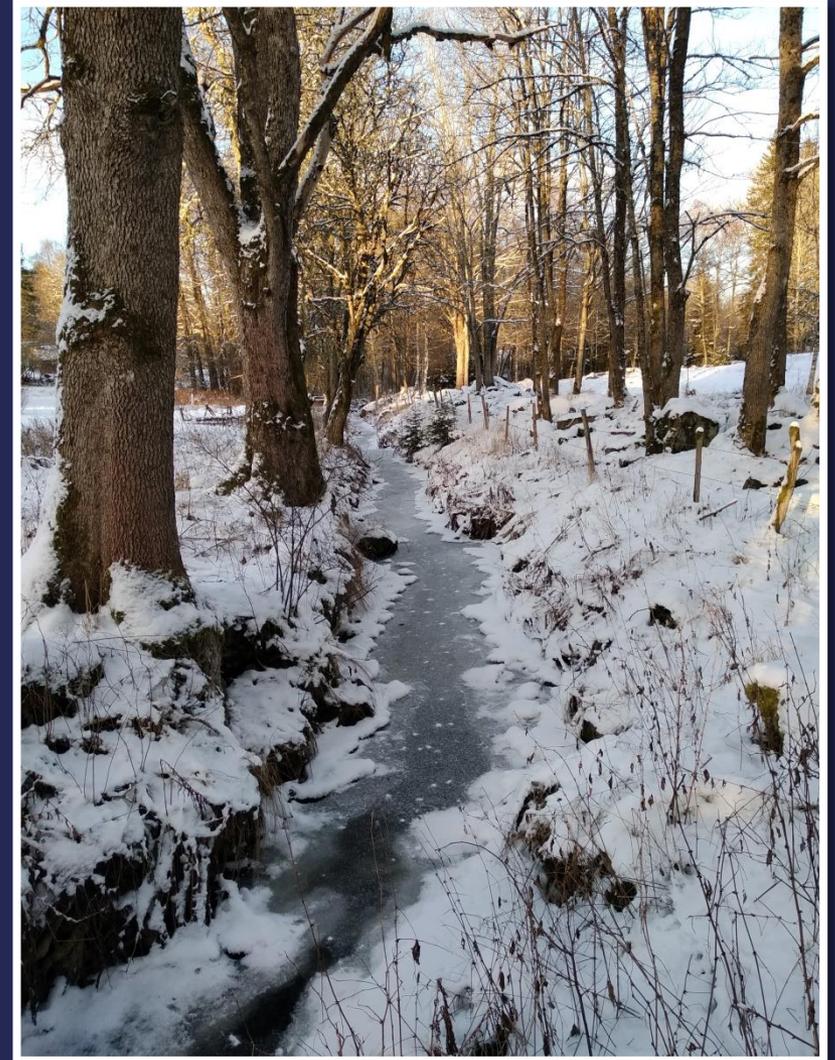
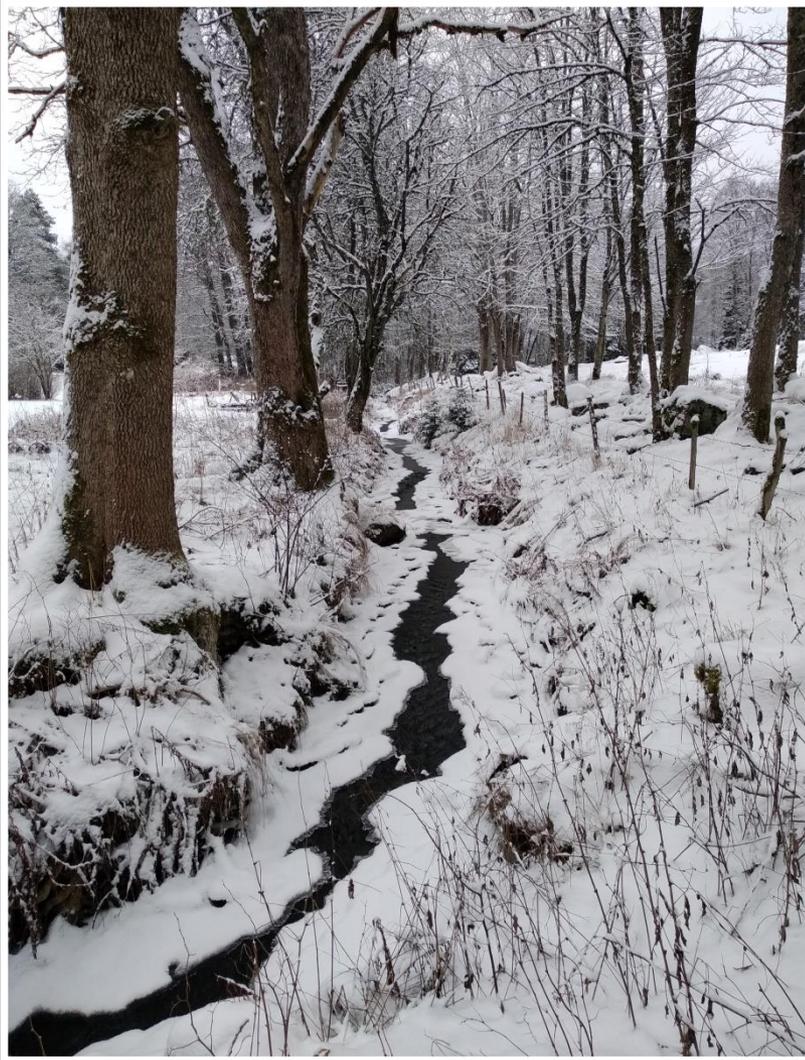


Zauberhaftes Lyckorna

Jetzt bekommen wir schon bis zu dreimal täglich Besuch – die Kreatur hat Hunger.







Der Bach bei Anders friert allmählich zu bei derzeitigen Temperaturen von bis zu minus 16 Grad.



Auch einige hundert Meter unterhalb ist der „Wiesengraben“ zugefroren, bei mittlerweile bis über 20 Minusgraden.



Das Sonnenlicht zaubert einen goldenen Schimmer auf die vereisten Zweige.



2021 - das Jahr der Raben.







Stefanie Hofmann, Tochter unseres Klavierstimmers, die ihren Vater begleitet hatte, spielt mit Ronja Ball.

Sie ist 10 Jahre alt und wächst viersprachig auf: Russisch (daheim), norwegisch (Schule), schwedisch (Nachbarn) und deutsch (Großmutter).



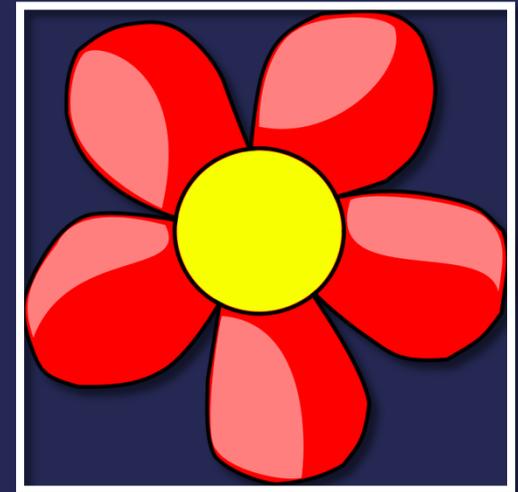
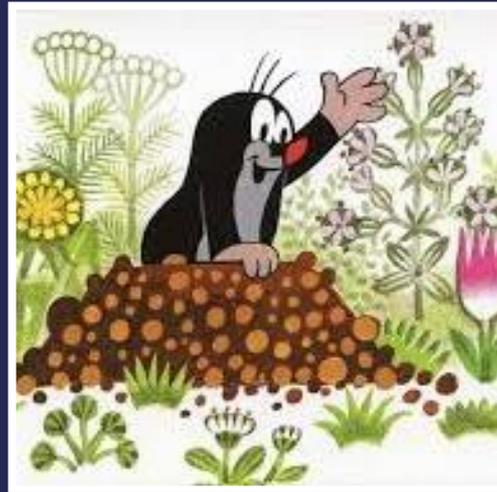
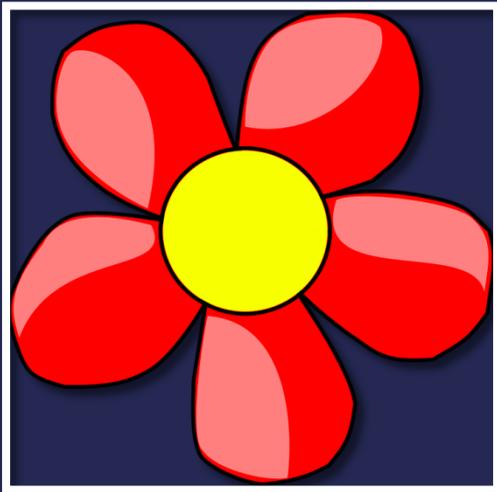
Oben pressen...



...unten fressen.



Abendstimmung Ende Februar



FRÜHLING

März - Mai

Lenzing ♦ Ostermond ♦ Winnemond





6.März – Wiederkehr der Gänse





10.März – Wiederkehr der Trane

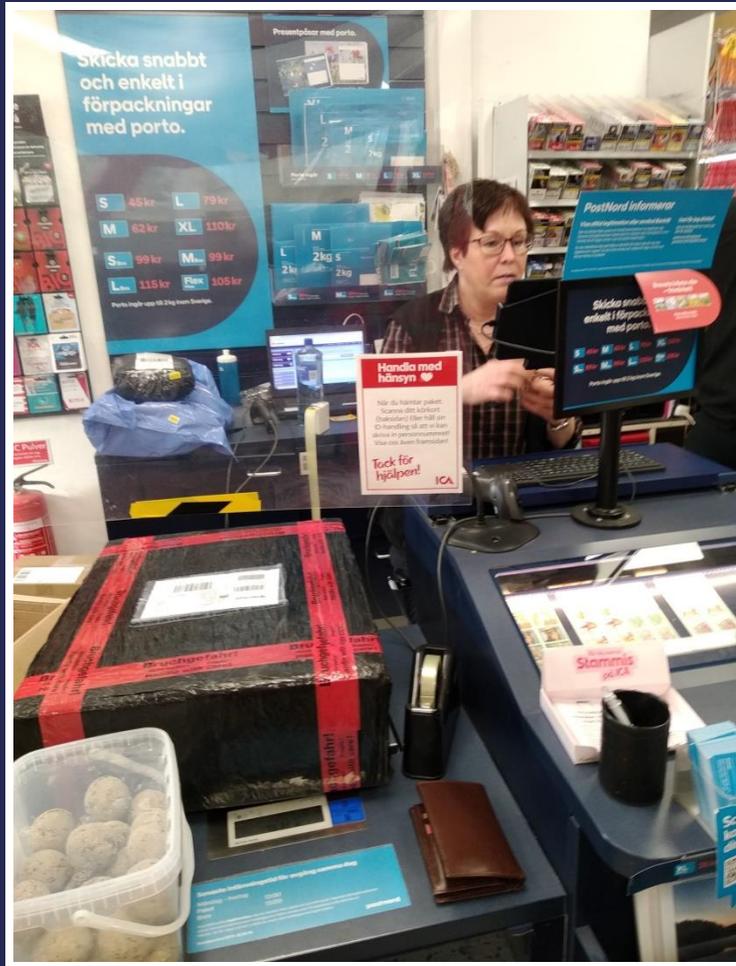


14.März – Wiederkehr der
Elche (bzw. deren Hintern-
Lassenschaften).

Warum nur...



...denke ich bei diesem Anblick an
das schwedische Nationalgericht?



Ein Paket von Basti ist bei unserer Poststelle ICA Nära Ljung angekommen.



Sämtliche Weine und Spirituosen sind wohlbehalten angekommen – so geht „Profi“!



Zwei Schwanzmeisen füllen ungeniert ihren Fettvorrat auf – beneidenswert!



10.April – Langsam will es
Frühling werden...



...doch zu früh gefreut – tags darauf ein plötzlicher Wintereinbruch.



25.April: Während des Mittagschlafs gab es ein seltsames Geräusch. Eine heftige Windböe...? Leider mit unangenehmen Folgen!



Am 5.Mai kam Schreiner Samuel und behob den Schaden.



An meinem Geburtstag waren wir mit Arne und Birgitta im Gårdscafé Uddetorp-Säteri, einem Hofgut zwischen Borgstena und Fristad, dessen Geschichte bis auf das Jahr 1545 zur Zeit von König Gustav Vasa zurückgeht. Es bietet eine gepflegte Restauration nebst Weinkeller mit Weinproben und einen Hofladen.



Mittagsmahlzeit im ehemaligen Kuhstall, in dem Arne vor 40 Jahren Kühe besamt hat. Das Leben zieht manchmal seltsame Kreise.



Nach dem „Lunch“ ein Abstecher in den Hofladen.



Auf dem weitläufigen Gelände gibt es eine Art Trimm-dich-Pfad, auf dem man die zuvor erworbenen Kalorien wieder abbauen kann.



Still ruht der See...



...und ich am Ufer desselben.



*Ob aus Herrchens Geburtstags-
päckchen wohl auch etwas für
mich abfällt?*



Nach soviel Entspannung und
Muße...



...ruft wieder die Pflicht.
(*man beachte den Artikel*)



Obwohl der Schornstein des Pannrums nicht mehr benötigt wird, haben wir eine Schutzabdeckung anbringen lassen, damit es nicht hineinregnen kann.

Frühlingsausklang in voller
Farbenpracht





SOMMER

Juni - August

Brachmond ♦ Heuert ♦ Ernting



Ein Schutzanstrich für den neuen Gartentisch...



... gefolgt von der Einweihung...



...äh, *Zweiweihung* der schönen und bequemen Outdoor-Möbel.



Ein Vedboden-Fenster in Bearbeitung: Abschleifen, Kit ausbessern, reinigen, streichen, defekte Arretierung auswechseln.



Eine mühselige Arbeit – und das pro Doppelfenster auf je vier Vorder- und Rückseiten!

Im Vorjahr hatte ich nach langer Zeit endlich die Fugen-Latten angebracht und sie nun, im Juni, auch gestrichen. - Gut Ding will eben manchmal Weile haben, insbesondere im fortgeschrittenen Alter.





Am 20 Juni gerät bei Galtholmen ein Wolf vor die Wildkamera.



Nachbar Anders transportiert die alten Telegrafmasten ab...



...auf denen ich bis 2018 unser Brennholz zum Trocknen aufgeschichtet hatte.

Lyckorna um
Mitternacht
Anfang Juli



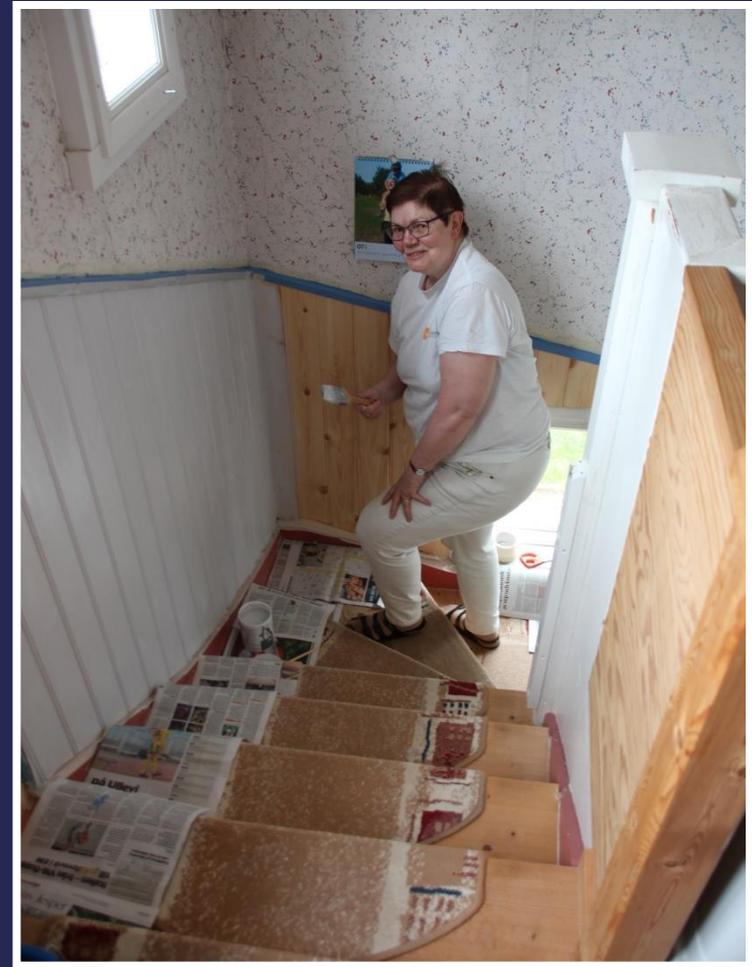


Entspannung
pur an einem
heißen Juli-
Abend bei
einem Glas
Rotwein und
Musik von
Radio Swiss
Classic per
Handy und
Bluetooth-
Lautsprecher.



Schreiner Samuel bringt Paneele im oberen Treppenaufgang an. Dort befindet sich Ronjas Lieblingsplatz – mit entsprechenden „Kollateralspuren“ an der Tapete.

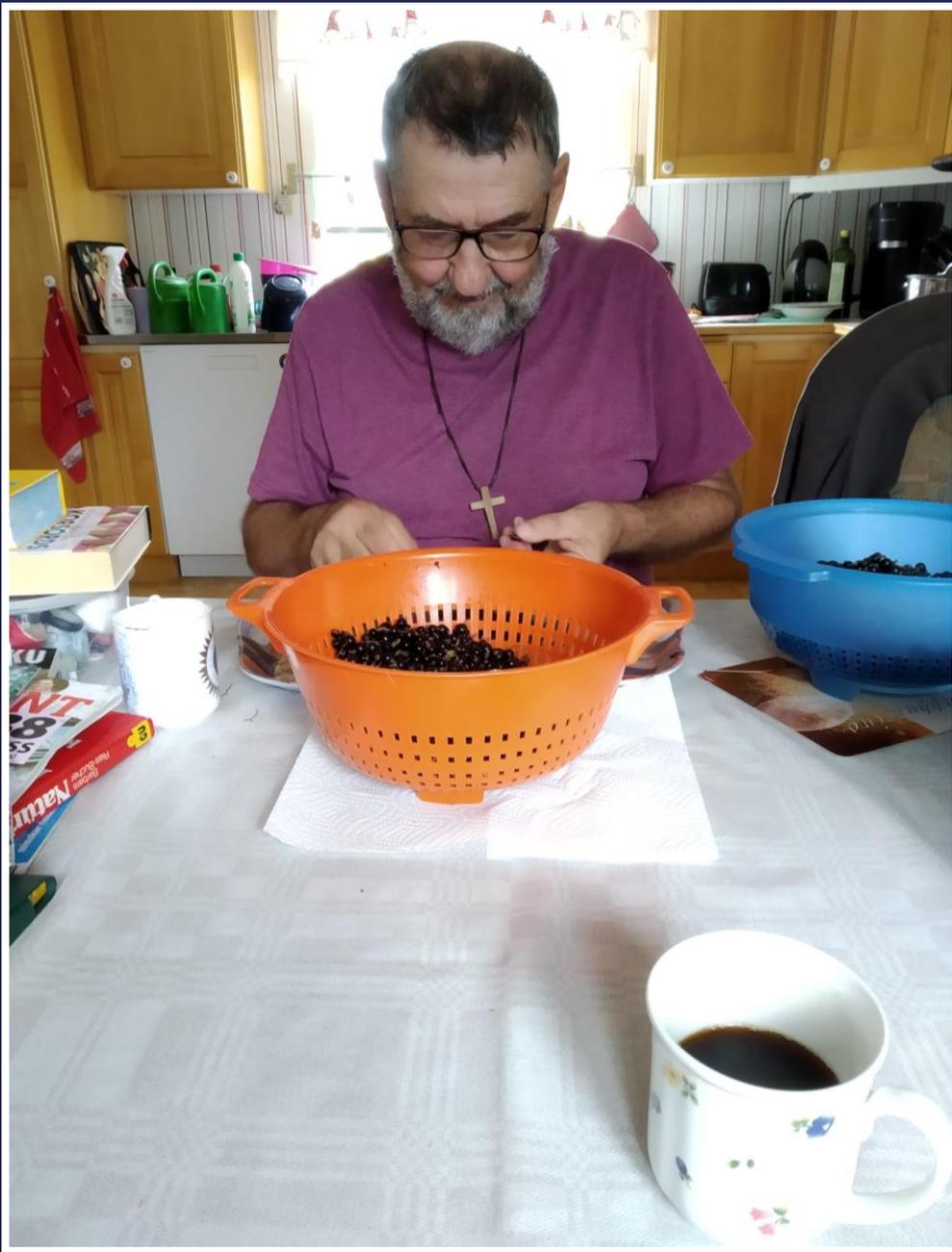




Karin streicht dank ihrer Schumann'schen Malergene zunächst die Umrandung und anschließend die Bretter. Es war gar nicht leicht, den passenden Farbton zu finden.



Erntehelfer mit Wachhund.



Haushaltshilfe ohne Wachhund.

25.Juli. Ausflug nach Vänga Mosse, unweit von Fristad.









Am Rand des Moors befindet sich die alte Mühle Vänga Kvarn.



In deren Hofladen erstanden wir neben Brot und Eiern ein Stück Kuchen mit Zitronencreme, Himbeer und Lakritz (!) – abenteuerlich, aber durchaus wohlschmeckend. In dem „Lanthandel“ nebenan haben wir ein Mützchen für unser kommendes viertes Enkelkind gekauft.



Am 1.Aug. rettet Karin eine Fledermaus, die in unserem Keller in einen Wassereimer gefallen war. Sie hat sich rasch erholt, und wir haben sie auf einer Astgabel in die Freiheit entlassen.



Sommerhaus



Erholungspause nach einem Frauen-Bummel durch das Möbelhaus „Bosättnings Piraten“. Doris hatte praktischerweise Kaffee und Kuchen mitgebracht.



Ronja bewundert Karins neu angelegtes Blumenbeet.



„Und drinnen waltet die züchtige Hausfrau...“



Der Kunde ist König / Teil I

Eintritt in Ulricehamns Sparbank nur nach vorheriger Buchung eines Termins!

Der Kunde ist König / Teil II

Die Kupplung bleibt hängen, und die „Werkstatt unseres Vertrauens“ braucht sagenhafte vier Anläufe und insgesamt einen Zeitraum von ebensoviele Wochen, sie zu reparieren!







Ronjas Hundkoja hat einen neuen Schutzanstrich für Wind und Wetter erhalten, und Herrchen hat dafür eigens „das Blaue vom Himmel“ herunter geholt. Außerdem hat er eine selbstentworfene Regenklappe gebaut konstruiert.





Endlich! Die lang ersehnte Teppich-Reinigungsmaschine Modell „Kärcher Puzzi 10/1“ ist da. Der Zusammenbau war etwas schwierig dank fisseliger Mini-Bildchen in der Gebrauchsanleitung, aber nun ist das Gerät betriebsbereit und funktioniert wie gewünscht. So geht „*Glückliche Hausfrau*“!!



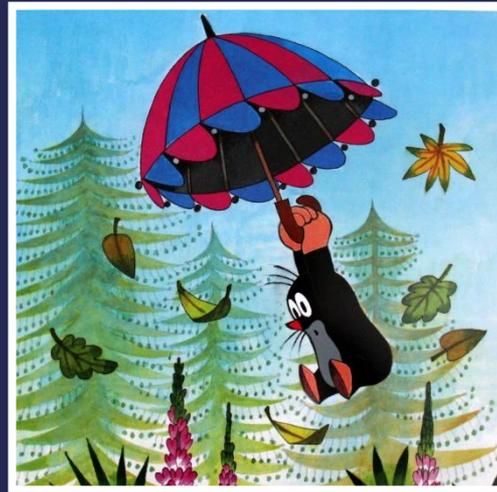
Am 31.August war ich im „Södra Älvsborgs Sjukhus“ in Borås...

...zwecks Herz(katheter)-Untersuchung mit katastrophalem Ergebnis: Es fanden sich eine Vielzahl von Stenosen.

Nun soll im Göteborger Sahlgrenska Uni-Klinikum eine Bypass-Operation durchgeführt werden – meine einzige Überlebenschance.

„*Meine einzige Chance*“ wurde mein Mantra, doch habe ich mich die ganze Zeit über vollkommen abstrakt und unwirklich gefühlt wie ein Zombie.





HERBST

September - November

Scheidung ♦ Gilbhart ♦ Nebelung



Eine Libelle sonnt sich vor unserem Küchenfenster - klein und unscheinbar - und doch ein Zeichen für intakte Natur.







Lyckornas Hinkelsteine



Mauerblümchen





Karins Jungfernfahrt auf dem vorausschauend darauf, daß ich ausfalle.

Husqvarna Rider, dafür demnächst



Auch in diesem Jahr geht der Äppelklau wieder um.



In der Wartezeit auf Sahlgrenska haben Karin und ich bei schönem Wetter gern draußen eine „Fika“ (Kaffeepause) gemacht und uns richtig gut unterhalten, wissend, was uns bevorstand, und nicht wissend, wie es am Ende ausgehen würde.

Das waren belastende und wertvolle Tage unserer Beziehung zugleich!

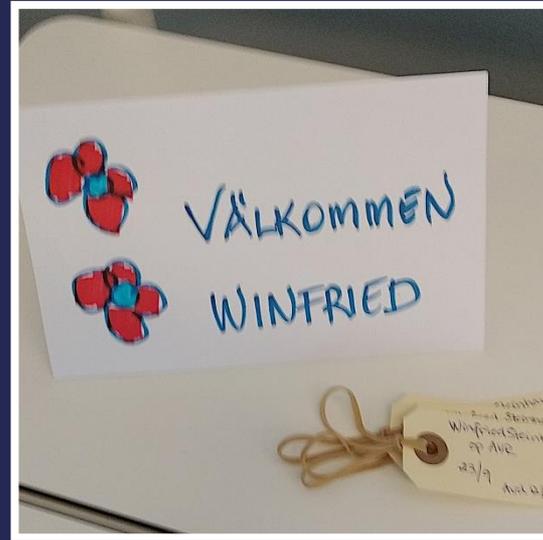


Für die Zeit im Krankenhaus hatte ich Pam gebeten, mir ein paar Krimis zu besorgen.

Dort selbst war es mir dann zwar nicht möglich zu lesen, umso mehr aber später daheim.

Außerdem enthielt das Paket einige besondere Leckereien.

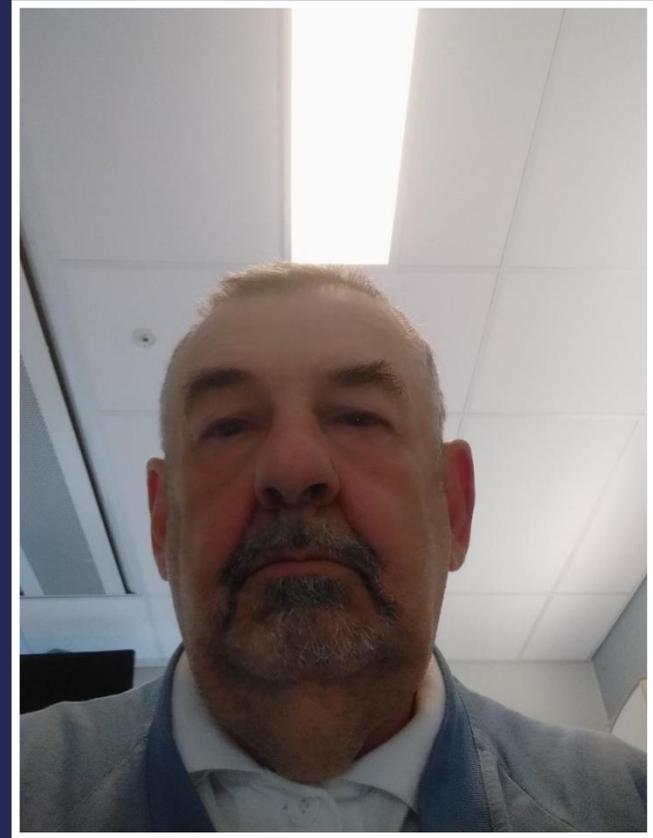
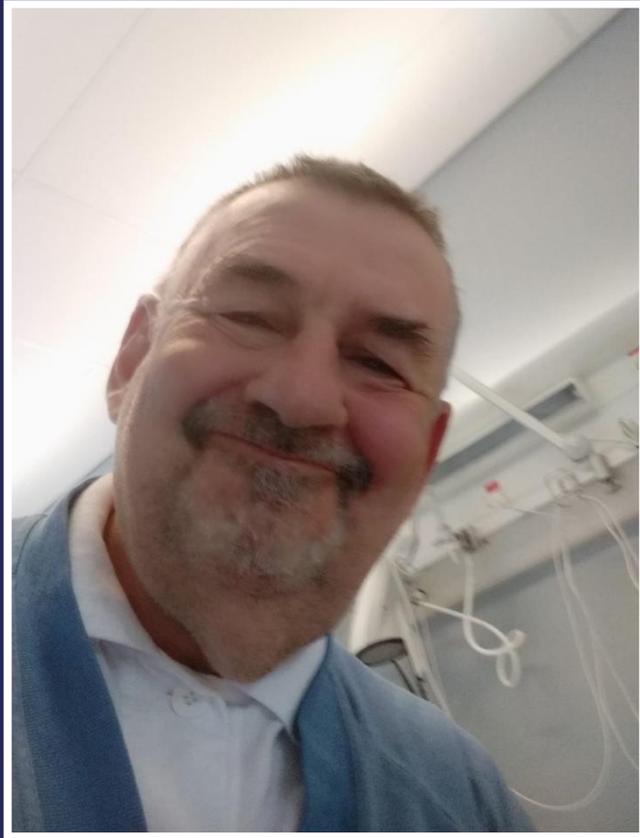




Am Mittwoch, dem 22.September hat Karin mich nach Göteborg ins Sahlgrenska Uni-Klinikum gefahren.

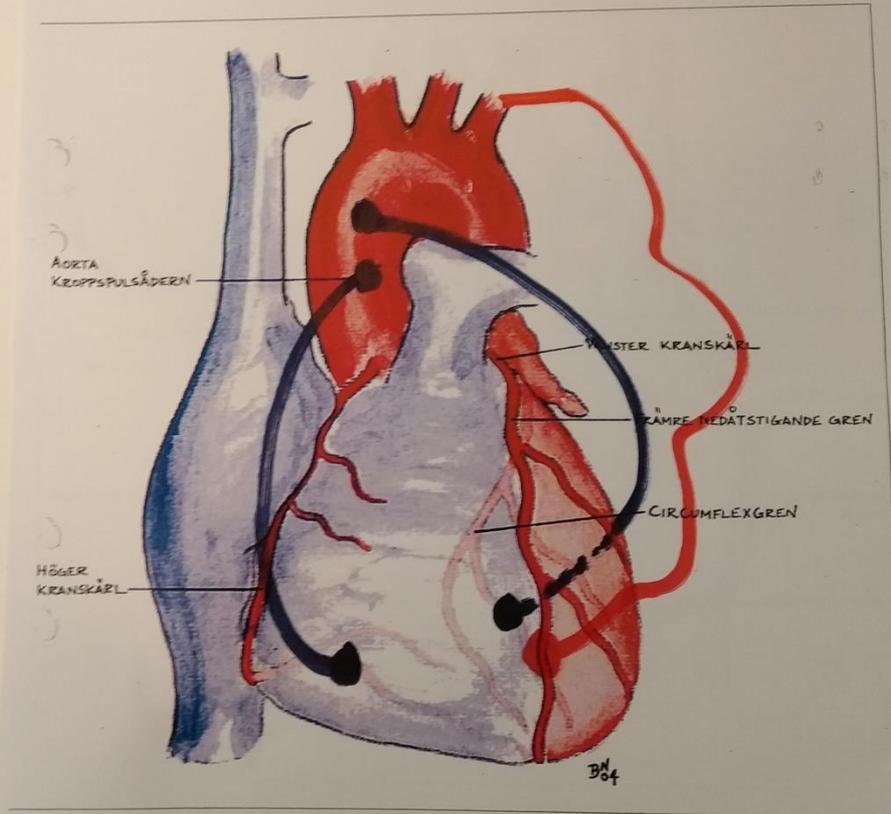
Dort wurden den ganzen Tag lang diverse Untersuchungen und Arztgespräche durchgeführt, und gegen Abend, als ich endlich zu Ruhe kam, fand ich einen netten Willkommensgruß auf dem Nachttisch.

Die „Henkersmahlzeit“ hat mir übrigens ausgesprochen gut geschmeckt.



Total mißlungen: Gute Mine zum bösen Spiel. Denn man verliert jegliche Selbstkontrolle und wird zum willenlosen Spielball anderer, denen man komplett ausgeliefert ist - wie *K* in Kafkas *Schloß*.

Gleichwohl haben sich Ärzte und Pflegekräfte in beispielhafter Weise hinsichtlich der Wahrung meiner Patientenwürde verhalten. Dafür habe ich mich öffentlich per Leserbrief in der BORÅS TIDNING bedankt.



J. Persson / L. Ternström
2021-09-23

Hier die grafische Darstellung meiner drei Bypässe, bestehend aus einer Herz-Arterie und zwei Venen aus meinem linken Bein.

23.Sept: Ein Lebens-Einschnitt im wahrsten Sinn des Wortes!

Diese Aufnahme hat Karin einen Tag nach meiner Operation gemacht.

Im Wechselspiel von Licht und Schatten strahlen die warmen Gelb- und Orange-töne der Sonnenblume ein klein wenig Hoffnung und Zuversicht aus.

Karin hat es in gewisser Hinsicht am härtesten getroffen. Sie war vom aktuellen Geschehen ausgeschlossen und konnte immer nur warten, warten, warten.





So sah ich am zweiten Tag nach der OP aus, vormittags gegen halb elf Uhr.

Nicht sichtbar sind zwei aus meiner Brust herausragende Drähte, an die im Fall des Falles ein Defibrillator angeschlossen werden konnte.

Ebenfalls nicht im Bild der Harnkatheter.

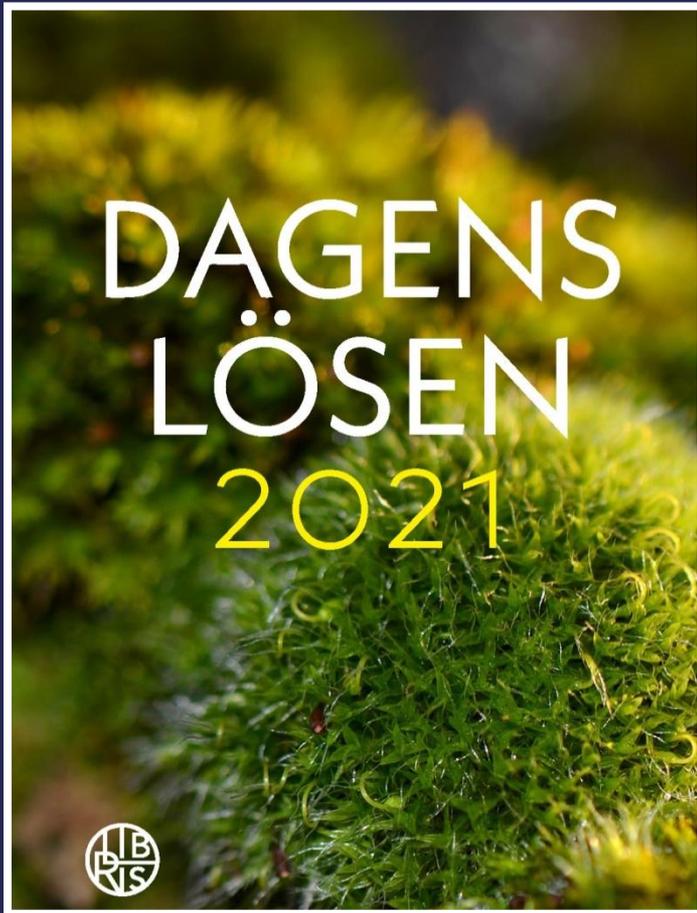
Mein Herz wurde ständig monitorüberwacht und dabei u.a. ein dreimaliges Vorhof-Flimmern festgestellt.

Alles in allem High-tech vom feinsten. Aber - Leib und Seele halten nicht gleichermaßen Schritt!

Im Sahlgrenska und im SÄS lag auf meinem Nachttisch die „Dagenslösen“, das schwedische Pendant der Herrnhuter Tageslosung. Wie es der Zufall (?) will, sprachen mir ungewöhnlich viele Schriftworte Heil, Segen, Mut und Hoffnung zu.

Was ich davon aufgenommen und angenommen habe...? Ich weiß es nicht. Ich habe es gebraucht. Ich hätte es nicht missen mögen. Es war mir unverzichtbar. Und doch habe ich eine große Scheu, mich buchstabengläubig festzulegen oder festlegen zu lassen wie bei einem Horoskop.

Gottes Wille, Gottes Pläne sind von mir nicht zu fassen, nicht festzunageln, nicht in meine unvermeidbar selbstbezogenen Wünsche und Absichten zu pressen. - „*Ich glaube, hilf meinem Unglauben*“, wie es im Markus-Evangelium (Kap.9,24) so treffend heißt.






VÄSTRA GÖTALANDSREGIONEN
 VÅRD OCH HÄLSÅRÅD

Patientinformation

Andningsträning med PEP-pip på vårdavdelning

Att andas mot motstånd är bra för att öka andetagsvolymen och förbättra ventilationen av lungorna. Det kan också hjälpa till att lossa slem.

Gör så här

- Sitt upp och slut läpparna kring munstycket.
- Andas in genom näsan alternativt munnen och andas ut genom munstycket. Blås inte ut all luft.
- Blås ut i munstycket 10 gånger i rad x 3 omgångar.
- Upprepa varje vaken timma.

PEP-pipen är ett engångshjälpmiddel och får pga risk för bakterietillväxt max användas en vecka. Lämna därför kvar PEP-pipen på avdelningen.

Sätt ett kryss för varje timme du andningstränat

Dagar	Mån	Tis	Ons	Tors	Fre	Lör	Sön
08.00							
09.00							
10.00							
11.00							
12.00							
13.00							
14.00							
15.00							
16.00		×					
17.00							
18.00							
19.00							
20.00							



Du kan läsa mer om diagnoser, undersökningar, behandlingar och läkemedel på www.1177.se, landstingens och regionernas gemensamma webbplats för råd om vård.

ISSN 1651-7626 (tryckt) / ISSN 1651-7627 (webb) / ISSN 1651-7628 (tidskrift) / ISSN 1651-7629 (tidskrift) / ISSN 1651-7630 (tidskrift) / ISSN 1651-7631 (tidskrift) / ISSN 1651-7632 (tidskrift) / ISSN 1651-7633 (tidskrift) / ISSN 1651-7634 (tidskrift) / ISSN 1651-7635 (tidskrift) / ISSN 1651-7636 (tidskrift) / ISSN 1651-7637 (tidskrift) / ISSN 1651-7638 (tidskrift) / ISSN 1651-7639 (tidskrift) / ISSN 1651-7640 (tidskrift) / ISSN 1651-7641 (tidskrift) / ISSN 1651-7642 (tidskrift) / ISSN 1651-7643 (tidskrift) / ISSN 1651-7644 (tidskrift) / ISSN 1651-7645 (tidskrift) / ISSN 1651-7646 (tidskrift) / ISSN 1651-7647 (tidskrift) / ISSN 1651-7648 (tidskrift) / ISSN 1651-7649 (tidskrift) / ISSN 1651-7650 (tidskrift) / ISSN 1651-7651 (tidskrift) / ISSN 1651-7652 (tidskrift) / ISSN 1651-7653 (tidskrift) / ISSN 1651-7654 (tidskrift) / ISSN 1651-7655 (tidskrift) / ISSN 1651-7656 (tidskrift) / ISSN 1651-7657 (tidskrift) / ISSN 1651-7658 (tidskrift) / ISSN 1651-7659 (tidskrift) / ISSN 1651-7660 (tidskrift) / ISSN 1651-7661 (tidskrift) / ISSN 1651-7662 (tidskrift) / ISSN 1651-7663 (tidskrift) / ISSN 1651-7664 (tidskrift) / ISSN 1651-7665 (tidskrift) / ISSN 1651-7666 (tidskrift) / ISSN 1651-7667 (tidskrift) / ISSN 1651-7668 (tidskrift) / ISSN 1651-7669 (tidskrift) / ISSN 1651-7670 (tidskrift) / ISSN 1651-7671 (tidskrift) / ISSN 1651-7672 (tidskrift) / ISSN 1651-7673 (tidskrift) / ISSN 1651-7674 (tidskrift) / ISSN 1651-7675 (tidskrift) / ISSN 1651-7676 (tidskrift) / ISSN 1651-7677 (tidskrift) / ISSN 1651-7678 (tidskrift) / ISSN 1651-7679 (tidskrift) / ISSN 1651-7680 (tidskrift) / ISSN 1651-7681 (tidskrift) / ISSN 1651-7682 (tidskrift) / ISSN 1651-7683 (tidskrift) / ISSN 1651-7684 (tidskrift) / ISSN 1651-7685 (tidskrift) / ISSN 1651-7686 (tidskrift) / ISSN 1651-7687 (tidskrift) / ISSN 1651-7688 (tidskrift) / ISSN 1651-7689 (tidskrift) / ISSN 1651-7690 (tidskrift) / ISSN 1651-7691 (tidskrift) / ISSN 1651-7692 (tidskrift) / ISSN 1651-7693 (tidskrift) / ISSN 1651-7694 (tidskrift) / ISSN 1651-7695 (tidskrift) / ISSN 1651-7696 (tidskrift) / ISSN 1651-7697 (tidskrift) / ISSN 1651-7698 (tidskrift) / ISSN 1651-7699 (tidskrift) / ISSN 1651-7700 (tidskrift) / ISSN 1651-7701 (tidskrift) / ISSN 1651-7702 (tidskrift) / ISSN 1651-7703 (tidskrift) / ISSN 1651-7704 (tidskrift) / ISSN 1651-7705 (tidskrift) / ISSN 1651-7706 (tidskrift) / ISSN 1651-7707 (tidskrift) / ISSN 1651-7708 (tidskrift) / ISSN 1651-7709 (tidskrift) / ISSN 1651-7710 (tidskrift) / ISSN 1651-7711 (tidskrift) / ISSN 1651-7712 (tidskrift) / ISSN 1651-7713 (tidskrift) / ISSN 1651-7714 (tidskrift) / ISSN 1651-7715 (tidskrift) / ISSN 1651-7716 (tidskrift) / ISSN 1651-7717 (tidskrift) / ISSN 1651-7718 (tidskrift) / ISSN 1651-7719 (tidskrift) / ISSN 1651-7720 (tidskrift) / ISSN 1651-7721 (tidskrift) / ISSN 1651-7722 (tidskrift) / ISSN 1651-7723 (tidskrift) / ISSN 1651-7724 (tidskrift) / ISSN 1651-7725 (tidskrift) / ISSN 1651-7726 (tidskrift) / ISSN 1651-7727 (tidskrift) / ISSN 1651-7728 (tidskrift) / ISSN 1651-7729 (tidskrift) / ISSN 1651-7730 (tidskrift) / ISSN 1651-7731 (tidskrift) / ISSN 1651-7732 (tidskrift) / ISSN 1651-7733 (tidskrift) / ISSN 1651-7734 (tidskrift) / ISSN 1651-7735 (tidskrift) / ISSN 1651-7736 (tidskrift) / ISSN 1651-7737 (tidskrift) / ISSN 1651-7738 (tidskrift) / ISSN 1651-7739 (tidskrift) / ISSN 1651-7740 (tidskrift) / ISSN 1651-7741 (tidskrift) / ISSN 1651-7742 (tidskrift) / ISSN 1651-7743 (tidskrift) / ISSN 1651-7744 (tidskrift) / ISSN 1651-7745 (tidskrift) / ISSN 1651-7746 (tidskrift) / ISSN 1651-7747 (tidskrift) / ISSN 1651-7748 (tidskrift) / ISSN 1651-7749 (tidskrift) / ISSN 1651-7750 (tidskrift) / ISSN 1651-7751 (tidskrift) / ISSN 1651-7752 (tidskrift) / ISSN 1651-7753 (tidskrift) / ISSN 1651-7754 (tidskrift) / ISSN 1651-7755 (tidskrift) / ISSN 1651-7756 (tidskrift) / ISSN 1651-7757 (tidskrift) / ISSN 1651-7758 (tidskrift) / ISSN 1651-7759 (tidskrift) / ISSN 1651-7760 (tidskrift) / ISSN 1651-7761 (tidskrift) / ISSN 1651-7762 (tidskrift) / ISSN 1651-7763 (tidskrift) / ISSN 1651-7764 (tidskrift) / ISSN 1651-7765 (tidskrift) / ISSN 1651-7766 (tidskrift) / ISSN 1651-7767 (tidskrift) / ISSN 1651-7768 (tidskrift) / ISSN 1651-7769 (tidskrift) / ISSN 1651-7770 (tidskrift) / ISSN 1651-7771 (tidskrift) / ISSN 1651-7772 (tidskrift) / ISSN 1651-7773 (tidskrift) / ISSN 1651-7774 (tidskrift) / ISSN 1651-7775 (tidskrift) / ISSN 1651-7776 (tidskrift) / ISSN 1651-7777 (tidskrift) / ISSN 1651-7778 (tidskrift) / ISSN 1651-7779 (tidskrift) / ISSN 1651-7780 (tidskrift) / ISSN 1651-7781 (tidskrift) / ISSN 1651-7782 (tidskrift) / ISSN 1651-7783 (tidskrift) / ISSN 1651-7784 (tidskrift) / ISSN 1651-7785 (tidskrift) / ISSN 1651-7786 (tidskrift) / ISSN 1651-7787 (tidskrift) / ISSN 1651-7788 (tidskrift) / ISSN 1651-7789 (tidskrift) / ISSN 1651-7790 (tidskrift) / ISSN 1651-7791 (tidskrift) / ISSN 1651-7792 (tidskrift) / ISSN 1651-7793 (tidskrift) / ISSN 1651-7794 (tidskrift) / ISSN 1651-7795 (tidskrift) / ISSN 1651-7796 (tidskrift) / ISSN 1651-7797 (tidskrift) / ISSN 1651-7798 (tidskrift) / ISSN 1651-7799 (tidskrift) / ISSN 1651-7800 (tidskrift) / ISSN 1651-7801 (tidskrift) / ISSN 1651-7802 (tidskrift) / ISSN 1651-7803 (tidskrift) / ISSN 1651-7804 (tidskrift) / ISSN 1651-7805 (tidskrift) / ISSN 1651-7806 (tidskrift) / ISSN 1651-7807 (tidskrift) / ISSN 1651-7808 (tidskrift) / ISSN 1651-7809 (tidskrift) / ISSN 1651-7810 (tidskrift) / ISSN 1651-7811 (tidskrift) / ISSN 1651-7812 (tidskrift) / ISSN 1651-7813 (tidskrift) / ISSN 1651-7814 (tidskrift) / ISSN 1651-7815 (tidskrift) / ISSN 1651-7816 (tidskrift) / ISSN 1651-7817 (tidskrift) / ISSN 1651-7818 (tidskrift) / ISSN 1651-7819 (tidskrift) / ISSN 1651-7820 (tidskrift) / ISSN 1651-7821 (tidskrift) / ISSN 1651-7822 (tidskrift) / ISSN 1651-7823 (tidskrift) / ISSN 1651-7824 (tidskrift) / ISSN 1651-7825 (tidskrift) / ISSN 1651-7826 (tidskrift) / ISSN 1651-7827 (tidskrift) / ISSN 1651-7828 (tidskrift) / ISSN 1651-7829 (tidskrift) / ISSN 1651-7830 (tidskrift) / ISSN 1651-7831 (tidskrift) / ISSN 1651-7832 (tidskrift) / ISSN 1651-7833 (tidskrift) / ISSN 1651-7834 (tidskrift) / ISSN 1651-7835 (tidskrift) / ISSN 1651-7836 (tidskrift) / ISSN 1651-7837 (tidskrift) / ISSN 1651-7838 (tidskrift) / ISSN 1651-7839 (tidskrift) / ISSN 1651-7840 (tidskrift) / ISSN 1651-7841 (tidskrift) / ISSN 1651-7842 (tidskrift) / ISSN 1651-7843 (tidskrift) / ISSN 1651-7844 (tidskrift) / ISSN 1651-7845 (tidskrift) / ISSN 1651-7846 (tidskrift) / ISSN 1651-7847 (tidskrift) / ISSN 1651-7848 (tidskrift) / ISSN 1651-7849 (tidskrift) / ISSN 1651-7850 (tidskrift) / ISSN 1651-7851 (tidskrift) / ISSN 1651-7852 (tidskrift) / ISSN 1651-7853 (tidskrift) / ISSN 1651-7854 (tidskrift) / ISSN 1651-7855 (tidskrift) / ISSN 1651-7856 (tidskrift) / ISSN 1651-7857 (tidskrift) / ISSN 1651-7858 (tidskrift) / ISSN 1651-7859 (tidskrift) / ISSN 1651-7860 (tidskrift) / ISSN 1651-7861 (tidskrift) / ISSN 1651-7862 (tidskrift) / ISSN 1651-7863 (tidskrift) / ISSN 1651-7864 (tidskrift) / ISSN 1651-7865 (tidskrift) / ISSN 1651-7866 (tidskrift) / ISSN 1651-7867 (tidskrift) / ISSN 1651-7868 (tidskrift) / ISSN 1651-7869 (tidskrift) / ISSN 1651-7870 (tidskrift) / ISSN 1651-7871 (tidskrift) / ISSN 1651-7872 (tidskrift) / ISSN 1651-7873 (tidskrift) / ISSN 1651-7874 (tidskrift) / ISSN 1651-7875 (tidskrift) / ISSN 1651-7876 (tidskrift) / ISSN 1651-7877 (tidskrift) / ISSN 1651-7878 (tidskrift) / ISSN 1651-7879 (tidskrift) / ISSN 1651-7880 (tidskrift) / ISSN 1651-7881 (tidskrift) / ISSN 1651-7882 (tidskrift) / ISSN 1651-7883 (tidskrift) / ISSN 1651-7884 (tidskrift) / ISSN 1651-7885 (tidskrift) / ISSN 1651-7886 (tidskrift) / ISSN 1651-7887 (tidskrift) / ISSN 1651-7888 (tidskrift) / ISSN 1651-7889 (tidskrift) / ISSN 1651-7890 (tidskrift) / ISSN 1651-7891 (tidskrift) / ISSN 1651-7892 (tidskrift) / ISSN 1651-7893 (tidskrift) / ISSN 1651-7894 (tidskrift) / ISSN 1651-7895 (tidskrift) / ISSN 1651-7896 (tidskrift) / ISSN 1651-7897 (tidskrift) / ISSN 1651-7898 (tidskrift) / ISSN 1651-7899 (tidskrift) / ISSN 1651-7900 (tidskrift) / ISSN 1651-7901 (tidskrift) / ISSN 1651-7902 (tidskrift) / ISSN 1651-7903 (tidskrift) / ISSN 1651-7904 (tidskrift) / ISSN 1651-7905 (tidskrift) / ISSN 1651-7906 (tidskrift) / ISSN 1651-7907 (tidskrift) / ISSN 1651-7908 (tidskrift) / ISSN 1651-7909 (tidskrift) / ISSN 1651-7910 (tidskrift) / ISSN 1651-7911 (tidskrift) / ISSN 1651-7912 (tidskrift) / ISSN 1651-7913 (tidskrift) / ISSN 1651-7914 (tidskrift) / ISSN 1651-7915 (tidskrift) / ISSN 1651-7916 (tidskrift) / ISSN 1651-7917 (tidskrift) / ISSN 1651-7918 (tidskrift) / ISSN 1651-7919 (tidskrift) / ISSN 1651-7920 (tidskrift) / ISSN 1651-7921 (tidskrift) / ISSN 1651-7922 (tidskrift) / ISSN 1651-7923 (tidskrift) / ISSN 1651-7924 (tidskrift) / ISSN 1651-7925 (tidskrift) / ISSN 1651-7926 (tidskrift) / ISSN 1651-7927 (tidskrift) / ISSN 1651-7928 (tidskrift) / ISSN 1651-7929 (tidskrift) / ISSN 1651-7930 (tidskrift) / ISSN 1651-7931 (tidskrift) / ISSN 1651-7932 (tidskrift) / ISSN 1651-7933 (tidskrift) / ISSN 1651-7934 (tidskrift) / ISSN 1651-7935 (tidskrift) / ISSN 1651-7936 (tidskrift) / ISSN 1651-7937 (tidskrift) / ISSN 1651-7938 (tidskrift) / ISSN 1651-7939 (tidskrift) / ISSN 1651-7940 (tidskrift) / ISSN 1651-7941 (tidskrift) / ISSN 1651-7942 (tidskrift) / ISSN 1651-7943 (tidskrift) / ISSN 1651-7944 (tidskrift) / ISSN 1651-7945 (tidskrift) / ISSN 1651-7946 (tidskrift) / ISSN 1651-7947 (tidskrift) / ISSN 1651-7948 (tidskrift) / ISSN 1651-7949 (tidskrift) / ISSN 1651-7950 (tidskrift) / ISSN 1651-7951 (tidskrift) / ISSN 1651-7952 (tidskrift) / ISSN 1651-7953 (tidskrift) / ISSN 1651-7954 (tidskrift) / ISSN 1651-7955 (tidskrift) / ISSN 1651-7956 (tidskrift) / ISSN 1651-7957 (tidskrift) / ISSN 1651-7958 (tidskrift) / ISSN 1651-7959 (tidskrift) / ISSN 1651-7960 (tidskrift) / ISSN 1651-7961 (tidskrift) / ISSN 1651-7962 (tidskrift) / ISSN 1651-7963 (tidskrift) / ISSN 1651-7964 (tidskrift) / ISSN 1651-7965 (tidskrift) / ISSN 1651-7966 (tidskrift) / ISSN 1651-7967 (tidskrift) / ISSN 1651-7968 (tidskrift) / ISSN 1651-7969 (tidskrift) / ISSN 1651-7970 (tidskrift) / ISSN 1651-7971 (tidskrift) / ISSN 1651-7972 (tidskrift) / ISSN 1651-7973 (tidskrift) / ISSN 1651-7974 (tidskrift) / ISSN 1651-7975 (tidskrift) / ISSN 1651-7976 (tidskrift) / ISSN 1651-7977 (tidskrift) / ISSN 1651-7978 (tidskrift) / ISSN 1651-7979 (tidskrift) / ISSN 1651-7980 (tidskrift) / ISSN 1651-7981 (tidskrift) / ISSN 1651-7982 (tidskrift) / ISSN 1651-7983 (tidskrift) / ISSN 1651-7984 (tidskrift) / ISSN 1651-7985 (tidskrift) / ISSN 1651-7986 (tidskrift) / ISSN 1651-7987 (tidskrift) / ISSN 1651-7988 (tidskrift) / ISSN 1651-7989 (tidskrift) / ISSN 1651-7990 (tidskrift) / ISSN 1651-7991 (tidskrift) / ISSN 1651-7992 (tidskrift) / ISSN 1651-7993 (tidskrift) / ISSN 1651-7994 (tidskrift) / ISSN 1651-7995 (tidskrift) / ISSN 1651-7996 (tidskrift) / ISSN 1651-7997 (tidskrift) / ISSN 1651-7998 (tidskrift) / ISSN 1651-7999 (tidskrift) / ISSN 1651-8000 (tidskrift)

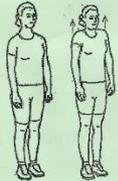
PORTADRESS: SÄS HVB, 24 Brändstugan 51, 411 82 Borås
 BESÖKSADRESS: SÄS HVB, 24 Brändstugan 51, 411 82 Borås, Västra Götalandsregionen
 TELEFON: SÄS HVB, 030-418 10 00
 SÄS HVB, 030-77 82 00
 E-POST: sm@vgregion.se
 INTERNETADRESS: www.vgregion.se
www.facebook.com/vgregion

Mit diesem Gerät habe ich im Sahlgrenska mehrmals täglich Atemübungen gemacht, sprich, gegen einen Ventilwiderstand ein- und ausgeatmet, um damit die quälende Luftarmut (Wasser in der Lunge) zu überwinden.

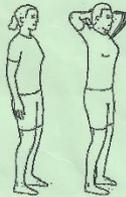
Rörelseprogram efter operation i bröstkorgen

Syftet med programmet är att du ska återfå din normala rörlighet. Träningen har också en smärtlindrande effekt och ger ökad cirkulation i operationsområdet, vilket främjar läkningen.

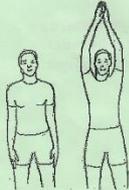
Utför programmet 2 gånger/dag till du återfått din normala rörlighet. Gör lugna rörelser upprepa varje övning 5 gånger. När du tränar kan det kännas i operationsområdet men ska inte göra direkt ont. Träningen kan göras sittande eller stående, tänk på att ha en god hållning.



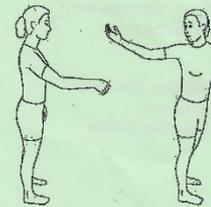
Låt armarna hänga längs sidorna. **Dra upp axlarna mot öronen** och håll kvar några sekunder. Slappna av och sänk axlarna. Ta gärna djupa andetag i samband med rörelsen.



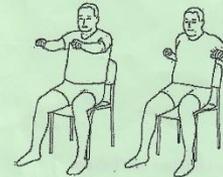
Sätt händerna växelvis i nacken och bakom ryggen.



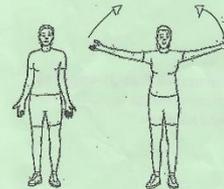
Knäpp händerna och lyft armarna framåt-uppåt så långt det går. Sänk därefter ner armarna igen. *Ta gärna djupa andetag i samband med rörelsen.*



Vrid överkroppen åt sidan och lyft samma sidas arm snett uppåt-bakåt, följ handen med blicken. Återgå till utgångsläget. Gör nu likadant åt andra sidan.



Sträck armarna rakt fram. **"Ro"** bakåt och dra ihop skulderbladen.



Låt armarna hänga längs sidorna. **Lyft armarna utåt, fortsatt uppåt och klappa över huvudet.** Sänk armarna tillbaka ner igen. *Ta gärna djupa andetag i samband med rörelsen.*

Außerdem mußte ich 2x täglich die sechs abgebildeten Übungen je 5x machen, auch daheim noch, sodaß ich summa summarum locker auf die stattliche Anzahl von über 1000 gekommen bin.



Eine der ungezählten Infusionen, die ich erhalten habe.

Außerdem wurde mir gefühlt literweise Blut abgenommen, meine Lunge mehrfach gereinigt, und die Zahl der Blutdruck- und ähnlicher Messungen war Legion.

Im krassen Gegensatz dazu wurde ich ohne anschließende Reha und ärztliche Kontrollen nach Hause entlassen.

In dieser Hinsicht ist das schwedische Gesundheitssystem selbst krank und **bürdet den Angehörigen die ganze Last der Verantwortung auf.**



27.Sept. - Verlegung ins SÄS Borås. Hier ein trister Blick aus meinem Zimmer...

...doch einmal, als ich, auf einem Rollstuhl sitzend, von einer Krankenschwester zum Lungenröntgen geschoben wurde, kamen wir plötzlich in einem endlos langen, dämmrigen Flur an einem aus welchem Grund auch immer dort abgestellten alten Harmonium vorbei.

Keine Ahnung, warum, aber meine Begleiterin steuerte direkt darauf zu und ermunterte mich, zu spielen. Ich ließ sie die Pedale treten, und nach kurzem Probieren erklangen einige Takte des C-Dur Präludiums von Johann Sebastian Bach aus dem Wohltemperierten Klavier.

Unglaublich, aber wahr – und wohlthuend inmitten von soviel Unwohlsein. Musik ist eine Gottesgabe!



Symbolbild

Die Verpflegung war eigentlich okay. Aber irgendwann ist man den obligatorischen Lunch leid. So rasch ändern sich die Prioritäten von Todesnöten bis Kostverachtung.





Zum Zeitpunkt meiner Entlassung waren die Wunden schon erstaunlich gut verheilt. Das Entfernen der sämtlichen Drähte, Schläuche und Pflaster war aber noch mal „heiβes“ Erlebnis.



29.September. Wieder daheim.

So düster die Aufnahme, so düster mein Empfinden.

Ich bin nicht mehr der, der ich mal war. Was ich erfahren habe und was mir widerfahren ist, bleibt Teil meiner Persönlichkeit, hat sie ein Stück weit verändert.

Es gibt keinen Schalter, das einfach auszuknipsen...

... aber es gibt auch keinen Schalter,
der zwangsläufig alles ins Dunkel
setzt.

Am 21.Okt. erblickte Kolja Aurel,
unser viertes Enkelkind, das Licht
der Welt.

Ein Lichtblick auch für mich...?

„*Lux lucet in tenebris*“, auf (Bibel)-
deutsch: „*In Deinem Licht sehen wir
das Licht*“ (Psalm 36,10) – nicht mehr
und nicht weniger!





Während ich im Krankenhaus war, hat Schreiner Samuel die kaputte Falt-Tür zwischen Küche und Wohnzimmer ausgewechselt. Das war urlange geplant und endlich realisiert.



Außerdem hat Samuel mehrere Fenster erneuert und bei der Gelegenheit die alte Antenne entfernt (ich hatte immer etwas Angst, der Blitz könne darin einschlagen).





Ursprünglich hatten wir für September den lange überfälligen Familienbesuch geplant und uns dafür eigens eine Heck-Gepäckbox angeschafft. Aber daraus wurde ja leider nichts. Allerdings freuen wir uns nach meiner Genesung auf schöne Fahrradausflüge, da die Box auf einem dafür geeigneten Träger montiert ist.



An unserem 50.Kennenlernenstag, dem 9.Okt.2021, wollten wir eigentlich „*schön essen gehen*“, aber dazu reichte meine Kraft noch nicht aus. Aber es wurde auch so ein Festmahl, einschließlich Reste-Essen am nächsten Mittag.



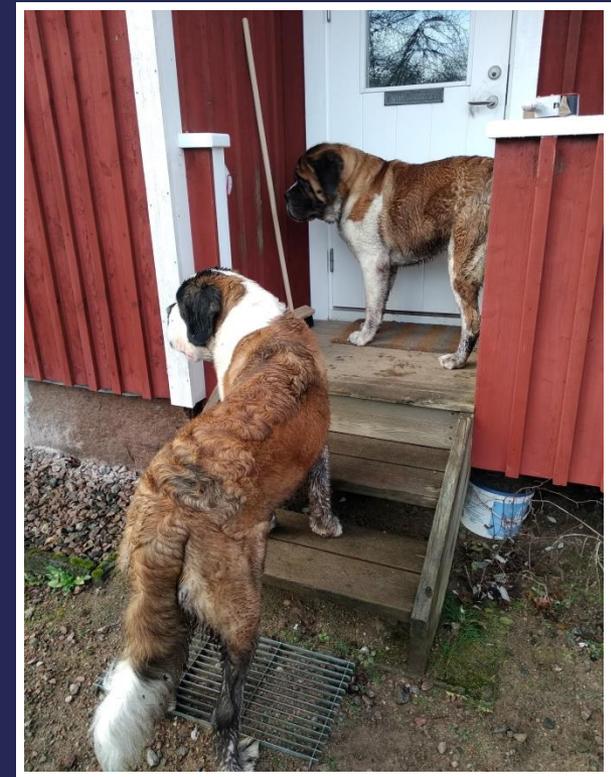
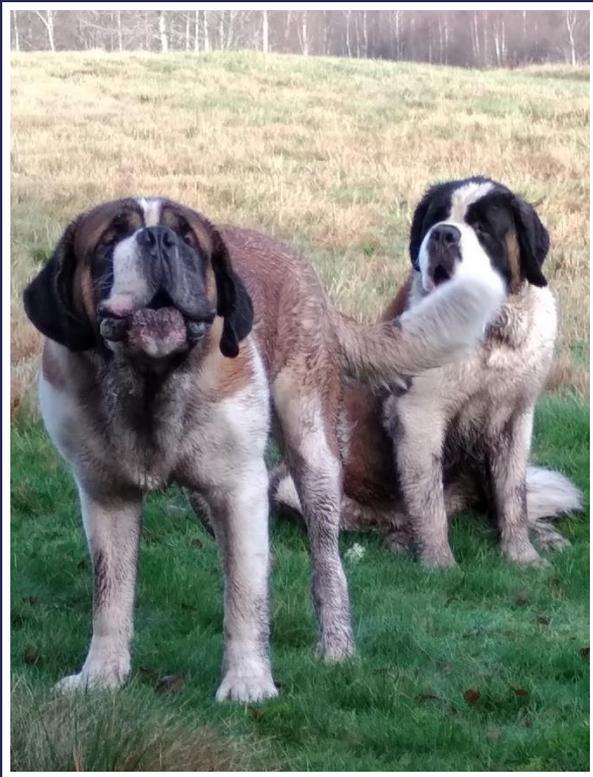
Am 29.Okt. habe ich den bis dato
weitesten Ausflug nach der OP
gemacht, hin und zurück ca. vier
Kilometer – leicht grenzwertig.



Leuchtender Fliederbusch im Spätherbst.



Am 11.11.2021 (kurioses Datum), als Karin und ich in Borås unsere diesjährige Influenza-Impfung erhalten haben, konnte ich endlich den lang ersehnten post-operativen HAMBURGER essen, und zwar bei MAX einen „Crunchy Nacho Grand Deluxe“. Was für eine Wohltat für Leib und Seele!



Am Vormittag des 18. Nov. erhielten wir überraschenden Besuch von zwei notorischen Ausreißern, Edwin und Elaf aus Kåtorp. Ich konnte sie mir mit Leckerchen vertraut machen, und Karin hat die Besitzer Annelie und Jonas ausfindig gemacht. Ronja mußte im Haus bleiben und war hörbar „not amused“.



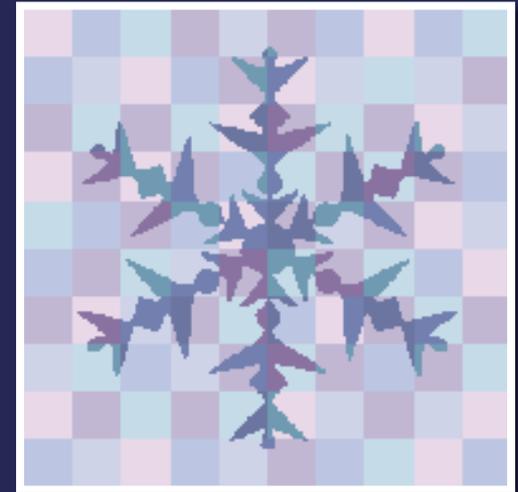
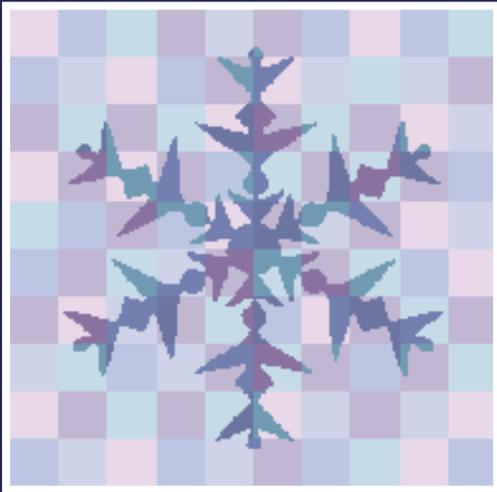
Am 25.Nov. bin ich die „große Runde“ über Galtholmen gegangen – ein Weg von ca. fünf Kilometern, zurückgelegt in einer Stunde und zehn Minuten. Dabei wurde ich von diesen zwei Hübschen begrüßt.



Metamorphose...



...alle Jahre wieder.



WINTER

Dezember

Julmond



Und ewig grüßt das MurmelRehtier...



2021



NordmannsJahr

135





Da knie ich nun,
ich armer Tor,
und bin Haus-Mann
als wie zuvor.

Novemberabenddämmerung





Am 2.Dez. gab es auf dem Campingplatz „Skottek“ in Ulricehamn unser erstes Schnitzel seit Coronagedenken und für mich ein frisch *Gezapftes* dazu. Wir hatten einen Tisch neben dem gemütlichen, angenehm wärmenden Kamin ergatert. Beim Verlassen des Restaurants stach uns der „Tomte-Besen“ ins Auge.

Am Zweiten Advent war Nachbar Anders wieder bei uns zu Gast – eine Tradition.



Es gab Elch-Köttbullar und anschließend eine gemütliche Plauderstunde.

Luna





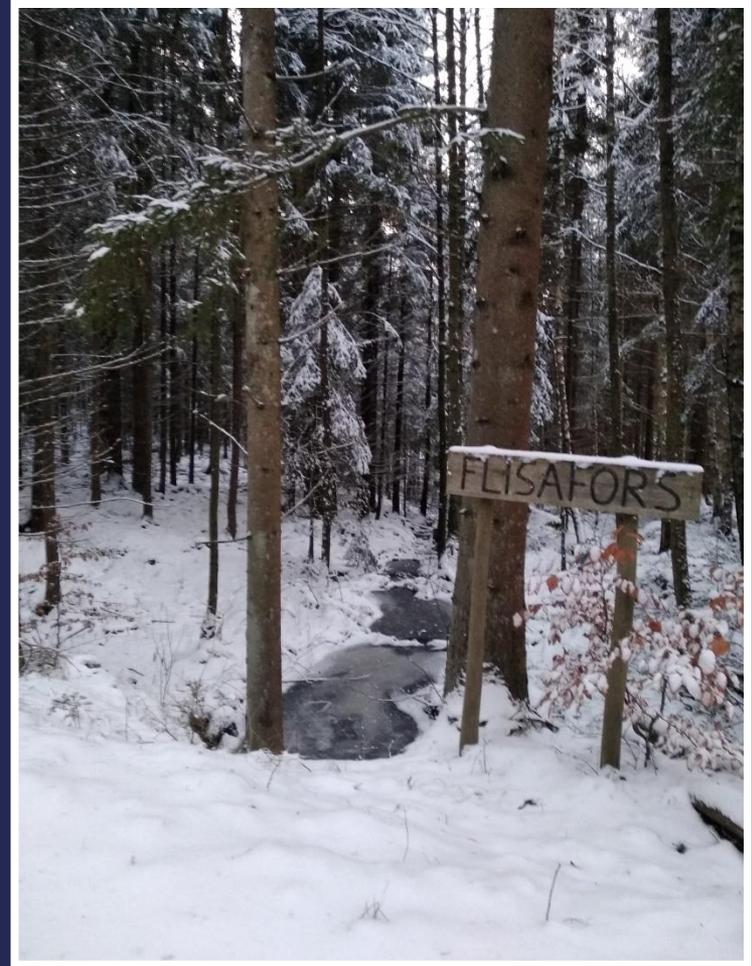
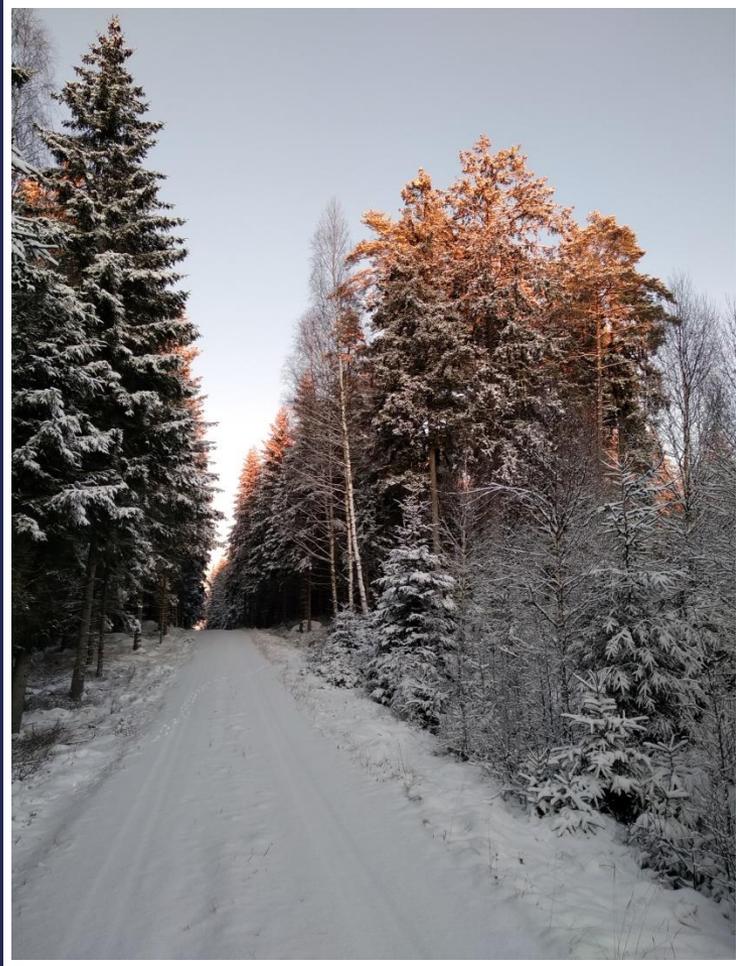


Buntes Eigenheim



Himmelsstürmer





Hunderunde an Heiligabend bei traumhaftem Winterwetter –
WEISSE WEIHNACHT.



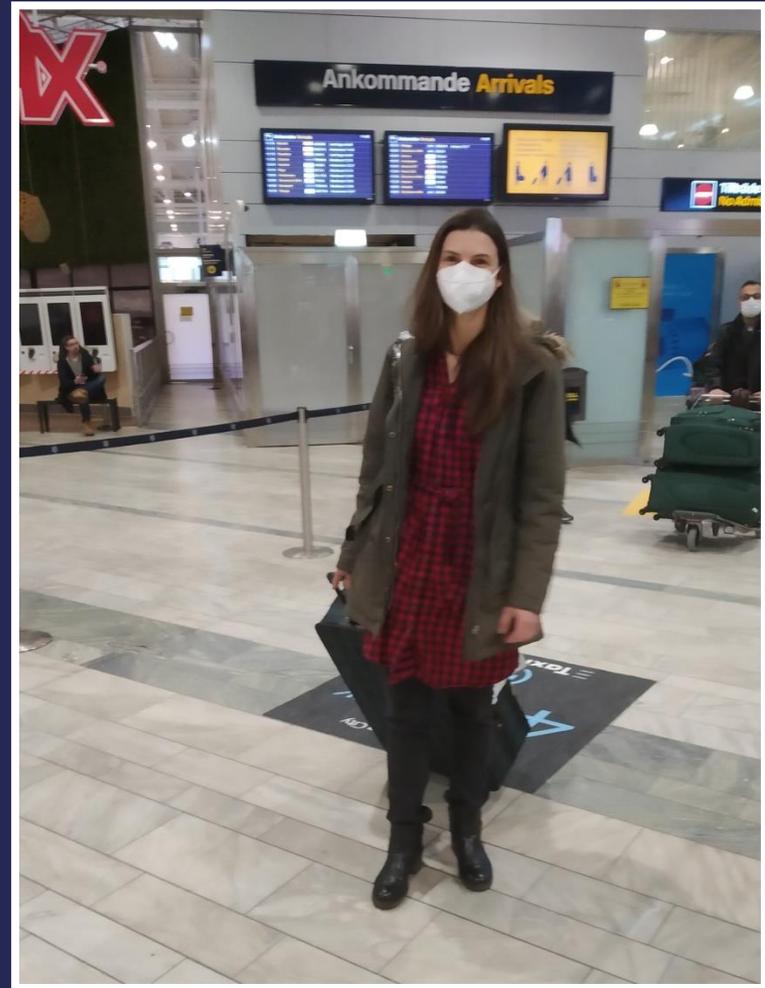
Abends dann ein kleiner Traditionsbruch:

Es gab Nudel- statt Kartoffelsalat, Köttbullar statt Würstchen, selbstgebackenes Brot statt Baguette sowie - Überraschung! – echtes Pfingstädter statt Schwedenbier.





Darob jubiliert der Jubilar
obwohl ein solcher
er derzeit gar nicht war.



UFO - Unbekanntes Flucht Objekt - dringt maskiert von RHEIN-MAIN-AIRPORT aus dem deutschen via LANDVETTER FLYGPLATS in den schwedischen Luftraum ein, getarnt als „*Harmloser Verwandtschaftsbesuch*“...



...wie nebenstehendes Foto
„beweisen“ soll.

Tatsächlich aber handelt es
sich um einen sogenannten...



...Schläfer!



Mutter und Tochter spielen Scrabble, hierzulande ALFAPET genannt.



Sylvester-Käsefondue mit Ananas-Bowle – unser Jahresendgenuß!





Gott erschuf die Katze, damit der Mensch einen Tiger zum streicheln hat. VICTOR HUGO



Staunender Katzenkopf vor
zwei erstaunlichen Dösköpfen



Auf der Suche

*In frühe Winterdämmerung gehüllt
such ich mit Ronja, meinem Schild
auf dünnem, glatten Seeleneise
zaghaft neue, gangbar' Kreise
für die nächste Jahresreise.*