

## FÖDELSEDAGEN.

**FARRAH FAWCETT.** Farrah Fawcett föddes 1947 som Mary Farrah Leni Fawcett, dog 2009, (samma dag som Michael Jackson, den 25 juni), och var en amerikansk skådespelare, framför allt känd genom som en av de tre änglarna i tv-serien "Charlies Angels" som sändes från 1976 till 1981. Fawcett var även med i några filmer, bland andra "En man för mig" (1969), "Den yttersta gränsen" (1986) och "Dr T & the Women" (2000).

**JAMES JOYCE.** James Joyce föddes 1882 som James Augustine Aloysius Joyce (gaeliska, Séamus Seoighe), dog 1941 och var en irländsk författare, bosatt i Trieste, Zürich och Paris. Joyces tidigare författarskap, "Dublinnoveller" (1914, sv 1956) och "Porträtt av författaren som ung" (1916 sv, 1921), ger inblickar i hans barndom och katolska uppfostran. Med anknytning till "Odysseen" skildrar han i sitt huvudarbete, den stora romanen "Ulysses" (1922, sv, "Odysseus" 1946), händelserna under Leopold Blooms irrfärder i Dublin under ett dygn, 16 juni 1904. Få enskilda verk har utövat ett så stort inflytande som "Ulysses". Joyces sista verk var "Finnegans Wake" (1939).

## DÖDSFALL.

### Maja Mood Arvika

Maja Mood, Arvika har avlidit i en ålder av 95 år. Hon sörjes närmast av dotter och svärson.

### Birger Granlund Årjäng

I en ålder av 72 år avled på torsdagen Birger Granlund, Årjäng. Han sörjes närmast av maka, barn, barnbarn samt bröder med familjer.

### Anna-Stina Lindblad Filipstad

Anna-Stina "Ann-Stin" Lindblad, Filipstad, avled den 30 januari i en ålder av 93 år. Närmast sörjande är Anette, barnbarn och barnbarnsbarn.

### Barbro Berneling Karlstad

Barbro Berneling, Karlstad, har avlidit i en ålder av 93 år. Hennes närmaste är sonen Roger med familj.

### Ruth Nilsson Kristinehamn

Ruth Nilsson, Kristinehamn, har i en ålder av 92 år avlidit. Hennes närstående är sambo, barn och barnbarn

## SUNNE. Lisa Nyberg släpper bok om psykisk ohälsa



"Det som gör den så värdefull är att vi angriper psykisk ohälsa från olika ingångar", säger artisten och författaren Lisa Nyberg om nya boken "Om du öppnar".

# "Vill att den ska kännas ärlig"

I boken "Om du öppnar" väver artisten Lisa Nyberg ihop ord, bild och musik på temat psykisk ohälsa.

- Det kan vara en livslång resa att hitta sitt sanna jag. Men vad jag vill förmedla är att det går att må bättre.

Den andra februari är det fjorton år sedan Sunnebon Lisa Nyberg skivdebuterade på sin födelsedag.

- I år firar jag med en digital "re-Lisa" av den nya boken.

I en tidigare intervju med VF har Lisa Nyberg berättat om hur livet omkullkastades till följd av att hon diagnostiserades med den reumatiska sjukdomen SLE. Efterföljande inflammationer i hjärnan och hjärntrötthet gjorde att hon valde att skapa sig en egen oas i skydd av skogen i Svinebergssätter.

- Jag har varit med om rätt så mycket i livet. Redan för fyra år sedan sa jag nog till dig att jag känner mig lugnare och bättre inombords, och nu gör jag det än mer. Det kan vara en livslång resa att hitta sitt sanna jag. Men vad jag vill förmedla är att det går att må bättre. Om det vittnar också de olika berättelserna i boken.

Boken består av tolv berättelser om psykisk ohälsa, tolv låtar, sex reflektioner och fyra illustrationer. Medverkar gör bland andra



Nina Svenssons "Kapitulation", är en av fyra illustrationer som ingår i boken.

Anna Sundkvist Kräutner, utbildad SER-terapeut och instruktör i medveten andning. Samt diakonen Bibbi Svensson Wikstrand och Nils Berginström, legitimerad psykolog och universitetslektor i klinisk psykologi.

Det är själva bredden och djupet i blandningen mellan fakta och personliga berättelser som är styrkan, menar Lisa Nyberg.

- Det som gör den så värdefull är att vi angriper psykisk ohälsa från olika ingångar. Om någon läsare kan finna mening, igenkänning eller hopp någonstans i boken, så känns det som det stora. Oavsett om det är från en låttext, de sakkunniga eller från någon av berättelserna.

För musiken på den medföljande cd:n står givetvis artisten själv.

- Tillsammans med min

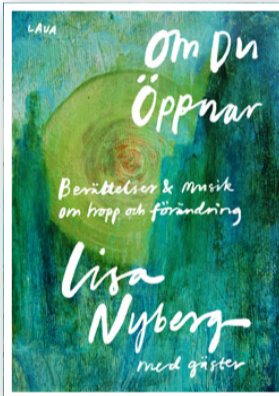


FOTO: PRIVAT

det kommer till mig då! Nina som erbjuder sig att måla. De sakkunniga personerna som är upptagna människor men som ändå erbjuder sig att skriva. Hjälp med att lägga ut låtarna på Spotify och naturligtvis alla som valt att berätta sin historia, i en del fall för första gången.

Att det inte rör sig om någon självhjälplitteratur, är hon noga med att påpeka. Förändringsarbetet får läsaren själv ta ansvar för.

- Men kanske kan boken fungera som en liten "öppnare". Jag är själv rätt så svårt sjuk, har väldigt små marginaler och ramlar ner i ångestmörkret emellanåt. Trots det känner jag tacksamhet och glädje nästan varje dag. Så jag vet att det går, säger Lisa Nyberg och betonar hur avgörande samarbetet med alla inblandade har varit för bokens tillkomst.

- Jag ville att innehållet skulle kännas ärligt. Det innebar ju att våga berätta om det svåra, det skämmiga och om det positiva. Därför känner jag mig också så glad, tacksam och stolt över resultatet och över alla som valt att dela berättelser och kunskap med mig.

Det digitala boksläppet är öppet för allmänheten och sker via Teams på tisdag, klockan 17.30. Anmälan görs via mejl till reLisa21@outlook.com.

DANIELA MELIN SEGERPALM

## HÖGTID.

**JUNGFRU MARIA.** I dag är det Kyndelsmässodagen eller Jungfru Marie kyrkogångsdag, Herrens frambärande i Templet, är en festdag i det kristna kyrkoåret tillägnad minnet av hur jungfru Maria 40 dagar efter födelsen bar fram Jesus i templet.

Kyndelsmässodagen uppmärksammas av de flesta kristna samfund, och är en av de äldsta kristna festdagarna.

Händelsen, som kommer från judisk tradition, skulle ha ägt rum på den fyrtionde dagen efter barnets födelse. Fyrtio dagar efter den 25 december, som är dagen på kyrkoåret då minnet av Jesu födelse firas, blir den 2 februari som också bär namnet kyndelsmässodagen i den svenska almanackan. Sedan 1772 firas dagen i Sverige på söndagen närmast före eller efter 2 februari.

## Grattis



Vi firar Molly som fyller 4 år!

Du fyller våra dagar med tokigheter, bus och massa kärlek! Grattis önskar mamma och pappa.

## Döda



Vår kära

**Märta Mellqvist**

\* 4/3 1924

har stilla insomnat.  
Karlstad den 18/1 2021

**Syskonbarn med familjer**

*Det är skimmer i molnen och glitter i sjön, det är ljus över stränder och näs och omkring står den härliga skogen grön bakom ängarnas gungande gräs.*

*Fritt från G. Fröding*

Begravningsgudstjänsten äger rum i Stillhetens kapell onsdagen den 10/2 i kretsen av de närmaste.  
www.rolandandersson.se