

# LAGUNGEN

Årgång 12, Nummer 1  
2018

*Tema:  
Kompis-  
skap*



**LADDA FÖR VM**

**Lär känna  
Annia**



**VIVIDA ASSISTANS  
VIVIDA**

# Ledarsidan

**Tidningen Lagunen**  
”Arbete och Aktivitet”  
Vuxenförvaltningen

**Adress:**  
Delfinen,  
Rosstorpsvägen 12,  
633 54 Eskilstuna

**Telefon:**  
016 - 710 74 23

**E-post:**  
lagunen@eskilstuna.se

**Redaktion:**  
Krister Alderfalk  
Ulrika Arvidsson  
Suphap Chansamphan  
Marjan Dimovski  
Per Ekelund  
Jamal El Madi  
Diana Holmgren  
Fredrik Holmlund  
Jim Karlsson  
Anna-Maria Kinik  
Anne Korhonen  
Haukar Najim  
Oskar  
Roma Svedgren  
Inga Stenlund  
Reijo Valkiainen  
Leea Väyrynen

**Ansvarig utgivare:**  
Mattias Lillieborg  
Företagens hus  
Munkelltorget 2  
633 43 Eskilstuna  
Telefon:  
073- 950 89 65

**Tryck:**  
Arkitektkopia  
Svarvargatan 9  
Eskilstuna

Att läsa om och tänka kring vänskap fick mig att stanna upp för att tänka efter ett tag. Vad är en vän, en riktig vän?

Hur har jag det med vänner nu för tiden? Jag känner många personer, men är de riktiga vänner? Jag kan ju helt klart säga att jag har färre vänner idag än när jag var yngre och vad beror det på?

Många har jag bara tappat kontakten med, men jag tänker ibland på att jag borde göra någonting åt det, men det blir tyvärr aldrig av och åren går och går. Känner du igen det?

Jag tror tyvärr det är ganska vanligt, speciellt bland män. Nu har vi ju också sociala medier där vi kan följa våra gamla bekanta utan att behöva prata med dem. Vi ser hur deras barn blir äldre, vad de äter till frukost och hur de firar midsommar och för en viss sorts vänskap kanske det räcker. Jag nöjer mig med den uppdateringen av den människans liv och behöver inte mer information.

Sen har jag de vänner som betyder väldigt mycket och jag är säker på att de vet vilka de är, gamla som nya. Vissa av dem har jag dålig kontakt med idag, men jag vet att de finns där när jag behöver dem och de vet att de alltid kan räkna med mig.



Hälsningar

**Mattias Lillieborg**  
Enhetschef

## INNEHÅLL

2 **Ledarsida**

3 **Annons/Insändare**

4-11 **På Djupet**

Vivida  
Metod för hjärnträning  
Vem är Annia?  
Mötesplatser  
Tankar om kompisskap  
Att söka kontaktperson

12-17 **Kultur & Nöje**

Gehör i studion  
Helande med hjälp av bön  
Konst av Roma  
Kompiskonst  
Numrets fråga

18-19 **Sport**

Fotbolls VM

20-22 **Test & Tips**

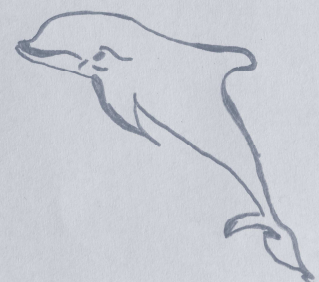
Bok och filmtips  
Musiktips

23 **Humor & Kluringar**

24 **Numrets bild**

Fotograf: Diana

Bild på framsidan:  
”När Sverige slog Italien!”  
Konstnär: Fredrik



# Annonser/Insändare

Sitter Du stilla  
månen är blek  
gör det dig illa  
att någon svek  
någon är många  
gäller att hos dem  
glädjen fånga!

av Peder Andersson



Foto: Ulrika

## Lagens klubba

Lagens klubba yttra er  
att orättvisorna  
ligger mellan  
Avlönade och lönade sig  
med kärlek  
den lena arten  
Vid trånga mål  
det vill säga  
om Moa var  
mer vidga  
så slappar hon av  
vid rätt tillfälle  
Det vackra får  
verka mot slutet  
fråga Prostata  
Kyl kristall  
gnugga kärna  
börja brinna  
Hund dress  
går bakåt  
på sina bakben  
Vill hamna någonstans  
i baktiden  
göra nya valpar  
Framför sig  
ur framtiden  
ser han hur han  
sätter på sin hona  
så hans ben lite senare  
blir till knotor  
och en urmänniska  
lägger upp täcken  
för vägvisning  
så det blir ett fall  
Allt täcks i snöångorna

Ove Sjöberg

## Är ni knäppa?

Är ni knäppa?  
Det går ej  
att förmedla trygghet  
i denna värld.  
För min är lika med  
noll.  
Man har sett  
vad omvårdens  
människor gör.  
Dom viskar ondska  
i ens öra  
och kör med gaser,  
sedan bara lappar ihop  
och glömmer  
när de kommer hem.

De handlar på vägen  
så längtar vila.  
Inte en lugn stund,  
bara älska med motstånd  
vid lagborden då  
Vad som än kommer  
ur våra andningar  
Är det neutralt  
eller vill alla vara  
Projektutvecklare  
och raka rören jämna?  
Man behöver  
en lokal vokabulär.

Ove Sjöberg

## LJUS STUMPEN UPP OCH NER

LJUS STUMPEN UPP OCH NER  
DET FÅR EJ RINNA PÅ MIG  
SVAMP HUVUD ÅNGSTAMMEN  
KOMMER EFTER  
SÅ KROSSA EJ SKROVET  
PÅ MITT SKEPP  
ELLER DET KAN HÄNDA  
ATT DET VÄLTER

SOLEN VID RANDEN AV STRANDEN  
OCH VÅR MODER SAKNAR ALLA  
KRYDDOR FÖR GRYTORNA  
JAHA DET MÅSTE VI ORDNA  
SÅ VI KAN SAMLA IN FÖR BEHOVET  
LÅT GUDARNA VARA NÅDIGA  
OCH LÅT VÅR KUNG  
Å HANS FINGRAR ARBETA VÄL  
MOSSE TAMPEN  
SAKNAR DIG KUNG ALVAR

OVE SJÖBERG

# Vivida – en tidning och



Lagunens reportrar Oskar och Diana var i Örebro och träffade Jonas Norén som ansvarar för Vividas tidning.

Vivida är ett assistansföretag som har sitt huvudkontor där. Vi blev imponerade av Jonas arbetsredskap och det var roligt att se hur han jobbar på sin redaktion!

## **Hur många är det som jobbar här?**

På kontoret är vi cirka 30 personer och 130 kunder och cirka 850 assistenter.

## **Vad har ni för arbetsuppgifter?**

Det är många olika funktioner. Själv är jag art director och kommunikatör. Jag har hand om extern och intern kommunikation t.ex. annonsering och mässor, sociala medier och hemsidan och marknadsföring. Anna Karin jobbar med personalfrågor. Hillevi jobbar i receptionen och är ansiktet utåt. Sen har vi chefer för olika grupper för assistenter, där varje grupp har en gruppleddare. Sen har vi dom som är ansvariga för ekonomi, löner och juridik.

## **Hur många gånger ger man ut tidningen per år?**

Det brukar vara 5 nummer. Fyra till fem nummer är lagom för då har man tid att ge tidningen ett innehåll.

## **Hur länge har ni funnits?**

Vi har funnits sen 2004 och tidningen har funnits sen 2007.

## **Hur är fördelningen på män o kvinnor?**

Jag skulle gissa på att det är cirka 70 procent kvinnor.

## **Vem bestämmer innehållet i tidningen?**

Det gör jag och min närmsta chef. Innan varje nummer pratar vi om vad vi ska göra och skriva det är alltid ett större reportage på 6 sidor med en stor intervju och sen är det lite mindre artiklar. Återkommande har vi alltid en ledare som vår VD skriver och information om våra aktiviteter för både kunder och assistenter. Vi hade t.ex. en afterwork i Västerås. Vi har sommar och vinter tips för personer med funktionsnedsättningar.

## ett assistansföretag

### Antal tidningar per nummer och vad kostar tidningen?

Tidningen är gratis för alla assistenter, kunder och samarbetspartner och vi trycker upp 1000 exemplar.

### Vad har ni för arbetstider?

På kontoret jobbar vi 8 till 17.

### Hur kom ni på namnet Vivida?

Det kom från engelska ordet vivid som betyder levande och så har ägarna försvenskat det med ett a. Det är lätt att säga och lätt att komma ihåg.

### Vad tycker ni om Örebro?

Vi älskar Örebro, en lagom stor stad! Vi trivs väldigt bra här.

### Vad är bästa med era jobb?

Jag har världens bästa jobb! Jag får göra mycket olika saker. Jag jobbar med film och form och jag får skriva, jag får åka ut och träffa kunder, jag får också jobba med musik. Jag håller på att göra en Vivida sång. Vi har en bra stämning och sammanhållning på kontoret. Vi tycker väldigt mycket om varandra.

### I hur många städer finns Vivida?

Huvudkontoret är här i Örebro. Sedan har vi kunder utsprida över hela Sverige.



Vividas VD  
Fredric Käll  
fick vi också  
träffa.

Reportage  
och foto:  
Oskar och  
Diana

## IPT-k metod för att träna hjärnan:



Vi på Lagunen fick möjligheten att träffa David och Anna från IPT-k. IPT-k betyder ”Integrerad Psykologisk Terapi-kognitiv träning” och är en kurs för den som har kognitiva funktionsnedsättningar. Man tränar i grupp och genom att gå programmet får man en möjlighet att uppväga svårigheter. David och Anna berättar att IPT-k är bra för den som har svårt och känner sig rädd i sociala situationer, svårt med inläring och att komma igång med saker och att genomföra saker.

IPT-k jobbar efter en färdig mall och har två huvuddelar. Kognitiv inriktning och social inriktning. IPT-k har fem stycken delprogram.

### **Kognitiv differentiering.**

Genom övningar tränar på att förbättra förmågan av till exempel minnet och koncentration.

### **Social varsebildning (social uppfattning).**

Genom övningar träna på att uppfatta och tolka olika situationer i vardagen.

### **Verbal kommunikation.**

Genom övningar träna på att förstå andra personers kommunikation och själv göra dig förstådd som du önskar.

### **Social förmåga.**

Genom övningar träna på det du anser är problem för dig och kunna använda det du lärt dig i din vardag.

### **Problemlösning.**

Att lära dig tolka, förstå och hitta lösningar på problem. Att träna på nya sätt att uppfatta känslomässig stress, motgångar och det som du kan anse vara ett misslyckande.

## **IPT-k**

David berättar att gruppen träffas en till tre gånger i veckan, att man träffas ofta är för att ha kvar sammanhanget i programmet. Gruppen är på högst sex deltagare och två handledare och är gratis. Innan kursen startade fick David göra en intervju med gruppledarna där man gick igenom vilka förväntningar och motivation man har inför gruppstart. Man går också igenom vilket stöd man har av sin omgivning och sitt val av att gå IPT-k.

**Det som är viktigt i kursen är att alla i gruppen förstår kunskapen och klarar av uppgifterna innan man går vidare till nästa steg. Gruppens tempo bestämmer hur lång tid det tar att göra färdigt IPT-k.**

Vi på redaktionen frågade David om han tyckte något var svårt eller jobbigt med kursen. David berättade att det är från person till person men han själv upplevde att rollspel gjorde honom nervös och skämdes för att han inte var van vid detta, även en övning med ord och meningar var jobbig men med hjälp och pushning av varandra så löste gruppen detta. Innan kursen hade David också svårt med att lyssna och med minnet, men har med kursen fått hjälp att träna och utveckla detta.

Innan kursen och efter fick David göra en mätning för att se skillnader på resultatet. Man ser märkbara och kraftiga förändringar till det bättre i dessa mätningar. David tyckte att hans sociala förmåga hade förbättrats massor efter kursen.

Anna berättar att IPT-k kursen är bra att använda tillsammans med andra insatser, vill man gå kursen i ESL (Ett Självständigt Liv) är det bra om man gått IPT-k kursen först. IPT-k kan vara en bra grund för fortsatt träning på nya färdigheter i vardagen.

Anna och David berättar att en ny IPT-k kurs kommer att starta i Mars och hoppas att fler följer!!!

### **Bakgrund:**

Programmet IPT-k utvecklades i Schweiz i början på 1990-talet. 1997 prövades IPT-k i Sverige och har efter anpassning använts sedan dess.

Teorin bakom IPT-k är att våra beteenden följer en viss ordning. Det betyder att våra grundläggande beteenden måste fungera först och sen kan vi lära svårare beteenden

**För mer information kontakta:**

**Anna Österlöf 072-977 78 77**

**Utbildad IPT-k terapeut/Projektledare**

**Simon Kjørneberg 016-710 74 58**

**Utbildad IPT-k terapeut/skötare**

# Vem är du?

Lagunen träffar **Annia Carsemark**, som är koordinator för Mötesplatserna.

## Hur gammal är du?

Fyllde 53 år i januari. Jag känner mig ung.

## Vad gör du helst på fritiden?

Om jag får välja åker jag helst med våran husbil. Jag tycker om att se mig om runt i Sverige, till små fina ställen. Så nu börjar jag längta till sommaren. Vi åker på våren, hösten och sommaren.

## Vad gillar du för sorts maträtter?

Jag tycker om nästan allt med fisk, utom strömming. Helst potatis, lax och en god sås.

## Vad gillar du för tv program?

Jag tycker om deckare. Gärna engelska deckare. Jag också om djur och natur program.

## Gillar du att kolla på sport eller brukar du hålla på med det själv?

O nej det va en öm tå! Jag är inte sportig alls, Jag tittar inte på sport och sportar inte själv, men jag har lovat att jag ska börja golfa med min man i vår.

## Har du några barn?

Jag har en son och en dotter.

## Vad brukar du lyssna på för sorts musik?

Jag tycker om det mesta i musik. Speciellt 80tals disco, Jag är inte så förtjust i jazz.

## Vart är du född och uppvuxen någonstans?

Jag är från Solna utanför Stockholm där bodde jag tills jag va 16år. Sen gick jag på lantbruksskolan i Norrtälje.

## Vad är det bästa/sämsta med ditt jobb?

Det bästa är att jag får träffa människor. Jag tycker det är roligt att berätta att vi finns och sprida information om mötesplatserna och hjälpa människor till gemenskap. Det sämsta är att jag inte är så teknisk men behöver hålla på med datorn. Det är lite svårt men ber om hjälp och lär mig hela tiden.

**Vilken tid brukar du börja jobba på morgonen?** Jag börjar klockan sju på morgonen och slutar klockan fyra. Det är bra tider, tycker jag!

## Vad har du för slags drömjobb?

Just nu är det jobb jag har som ett drömjobb.

## Hur är du som person?

Jag är rätt så pratig. Jag tror man uppfattar mig som glad. Jag försöker vara noggrann med det jag gör.



## Känner du dig ofta stressad på jobbet?

Nej, jag gör faktiskt inte det, mitt jobb är så att jag kan lägga upp det så att jag inte behöver bli stressad.

## Vad tycker du om dina jobbkompisar?

Jag träffar väldigt många i mitt jobb och med dem som jag nät verkar med känns det bra. Sen tillhör jag ett arbetslag som jag precis har börjat lära känna och det är en bra grupp.

## Varför valde du det jobbet som du har, vad fick dig att vilja söka dit?

Jag fick en fråga eftersom att jag är van att jobba med samordning. Jag har gjort det tidigare inom äldreomsorgen och arbete och aktivitet.

## Hur känner du att du trivs inom ditt yrke?

Jag trivs riktigt bra. Jag tycker det är roligt.

## Har du något körkort?

Jag har körkort.

## Hur brukar du ta dig till och från jobbet om dagarna?

Man borde cykla eller gå mer men jag får skjuts på morgonen av min man. Sen brukar jag ta bussen hem ibland.

## Hur ska en bra kompis vara tycker du?

Det viktigaste är att jag kan lita på en kompis, Att om jag kan med den så stannar det där. Sen är en bra kompis någon jag kan säga allt till och jag vill ha en kompis jag kan skratta med och vara den man är.

## Tycker du att det är viktigt med kompisar och varför?

Jag tycker det är viktigt att ha några kompisar man behöver inte ha många men några man kan göra saker med. Det som är bra med mötesplatser är att man kan hitta någon man trivs med och prata med.

**Reporter och fotograf: Marjan**



# Mötesplatser - plats för kompisskap

## Mötesplatser för personer med funktionsnedsättningar Våren 2018

**Måndag: Årby bibliotek 13.00 - 15.00** Årbygatan 3 Årby Centrum.  
Här kan du spela spel, läsa, låna dator och fika.

**Tisdag: Mötesplats HandKraft 10.00 - 12.00** Skjulstagatan 3i (Lernia)  
Här kan du lyssna på musik, spela musikbingo och fika  
Anpassad toalett med lift finns.

**Tisdag: Mötesplats Nyfors 13.00 - 15.00** Nyforsgatan 22.  
Här kan du spela spel, biljard, bordtennis och fika

**Onsdag: Unga Örnar i Skogsängen 9.00 - 11.30** Skogsängsgatan 2.  
Här kan du spela spel, biljard, bordtennis och fika

**Onsdag: Värjans café 13.00 - 15.00** Alva Myrdalsgata 5  
Här kan du spela spel, gå promenad, lyssna på föreläsning och fika

**Torsdag: Mötesplats Nyfors 10.00 - 12.00** Nyforsgatan 22.  
Här kan du spela spel, biljard, bordtennis och fika

**Torsdag och fredag: Stadsbiblioteket 13.00 - 15.00** Kriebsensgatan 4.  
Här kan du spela spel, läsa, låna dator och fika.



Scanna QR-koden för mer information.

### Kontakt:

070-089 35 56

Mötesplatskoordinator 070-086 20 13

[eskilstuna.se/motesplats\\_funk](http://eskilstuna.se/motesplats_funk)

[facebook.com/motesplatsfunk](https://facebook.com/motesplatsfunk)

# Idéer och tankar

Du som jobbar inom psykiatri med gruppboende och psykiatri. Du ska vara nyfiken på patienter eller på ensamma individer. Sitt inte i ditt kontor och vänta, utan att ta kontakt med patienter. Besöka dom oftare eller kom med en plan. Ta initiativ själv och börja fråga hur patienten egentligen mår?

Var snäll och fråga enkla frågor till dom, just om måendet. Och erbjud hjälp. Och gå gärna på besök i deras bostad. Tänk att dom vill ta din hjälp och vill inte sitta år efter år i samma läge.

Ditt jobb är inte klart innan patienten känner sig trygg i sin bostad och sysselsättning. Och jobbet är inte klart innan dom känner sig normala och får arbete igen.

När jag kom hit kände jag mig bekräftad och sedd. Det är bra exempel.

*Roma Svedgren*

Jag vill så gärna träffa en kvinnlig kompis som tycker om att baka och vara lite gammeldags. En som håller på traditioner. En kompis som tycker om att titta på barnfilmer skulle vara roligt att ha. En kompis ska man kunna lita på och ha roligt med. En kompis ska orka vara kvar i dom tråkiga stunderna också.

*Ulrika Arvidsson*



Anna-Maria  
funderar:

Vad är en vän och  
vad är en bekant?

Vad tycker du?

## ”Kompisskap”

Man är en bra kompis när man ser att någon är ledsen och man frågar hur det är.

En bra kompis ska vara snäll/rolig/skrattar tillsammans.

Jag har flera bra kompisar på korttids som är snälla mot mig hela tiden.

På Facebook/ Instagram/ Twitter kan man ha kompisar.

Inom idrotten kan man få nya vänner som är snälla och trevliga.

I musikvärlden kan man få nya kompisar i ett band.

Behandla andra så som du vill bli behandlad själv.

*Aleksandar*

Kärlek är inte  
vad du  
säger utan  
vad du gör.

(Okänd)



## Att söka kontaktperson

### Vad är en kontaktperson?

En kontaktperson är en medmänniska, en vän och en socialt engagerad person som gör det lättare för en person med funktionsnedsättning, att leva ett socialt aktivt och rikt liv. Som motverkar isolering och utanförskap och skapar delaktighet i samhället.

### Vem har rätt till kontaktperson?

Kontaktperson är en insats enligt LSS, lag om stöd och service till vissa funktionshindrade. Ansökan skickas till kommunens handläggare som gör en bedömning av behovet och fattar beslut. Ansökningsblankett hittar man på kommunens hemsida [eskilstuna.se](http://eskilstuna.se) under sökordet "kontaktperson".

Man har inte automatiskt rätt till en viss insats enligt LSS. Det görs en individuell prövning av just det behovet.

Du kan göra en ansökan om LSS via kommunens e-tjänstlänk till annan webbplats, eller boka besök hos en biståndshandläggare.

### Mina erfarenheter

Jag har en manlig kontaktperson som är ungefär tio år äldre än jag. Vi har kontakt ungefär en gång i veckan. Antingen ringer han mig eller så hittar vi på något att göra tillsammans. Vi har varit och fikat, gått på bio och bowlat. Vi har pratat om att åka till Stockholm. Jag skulle vilja se Mall Of Scandinavia tillsammans med honom.

Min kontaktperson är trevlig och snäll. Han har humor och hjälper mig att komma iväg på olika saker. Både jag och han kan komma med förslag. Det är kul att umgås och jag känner mig mindre ensam när jag har honom att vända mig till på min fritid.

Jag har inte haft kontaktperson så länge, men jag är glad att jag sökte. Jag skickade in en blankett och sen blev jag kallad till kontoret på företagshuset. Där träffade jag en handläggare som frågade olika saker om min fritid. En tid senare blev jag kallad dit igen och fick träffa min kontaktperson tillsammans med handläggare. Mötet kändes bra så vi kunde fortsätta träffas själva.

Jag råder dig som har LSS att söka kontaktperson. Det är lättare att komma ut och se och göra lite mer än om du sitter hemma själv!

**Reportage av: Marjan**

# Gehör i studion



Johanna – sångerska

Pelle - gitarrist



**Musikgruppen GEHÖR spelade i februari i sin nya skiva i en studio.**

De gjorde 11 låtar på tre timmar! Under våren ska de jobba med att lyssna på och justera mixningen, bestämma vad skivan ska heta och ordna med omslag. Håll utkik efter deras release, när skivan släpps! Den kommer finnas att köpa på KanoVill.

Gehör börjar sin turné den 3:e mars med en spelning i Örebro och den 21/3 ska de spela på Rocka Socka dagen på mötesplats Värjan på eftermiddagen. Kom och lyssna då, så kanske du blir sugen på att köpa skivan till sommaren!

**Hur var det att spela in i studio?**  
frågar Lagunen.

- Roligt! svarar gruppen.



Jonas - keyboardist

**Vad var annorlunda eller svårt?**

- Att man hade hörlurar på sig och hörde sig själv så tydligt och att vi hörde resultatet av vårt samspel på en gång. Det var en nyttig erfarenhet, säger Johanna.



Janne - trummis



Tomas - basist

## Helande med hjälp av bön

När man hur man drabbats av något otyg till hälsoproblem kan ibland tvingas att ta nödlösningen som heter helandebönen. Orsaken att börja be bön för få ordning på hälsan är dels att det inte finns något fungerande botemedel eller som i mitt fall att jag anser att jag inte har råd att gå till sjukhuset. Några gånger kan det också vara att inte behöva gå till sjukhuset av integritetsskäl. Dom gånger jag har använd mig av bön för helande har handlat om begynnande prostatavesvär, problem i hjärnan, tandvärk m.m. En förutsättning för att bli helad är att man lever som Gud vill d.v.s. att man ber bön regelbundet med människor som har liknande besvär, att inte sysslar med spel och dobbel i någon form och dryckenskap i någon form och otrohet.

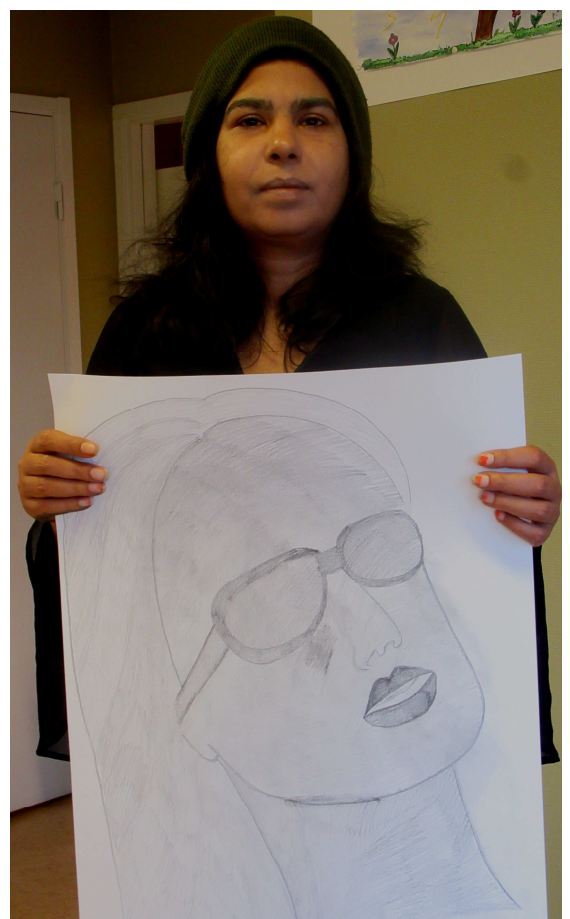
I Bibeln beskrivs hur *Jesus och hans lärjungar* och även *Gamla testamentets profeter* botar sjukdomar med hjälp av Guds kraft. I *Jakobsbevet 5:14* uppmanas till exempel till bön jämte *smörjelse med olja*. I *Första Korintherbrevet 12:4-11* omnämns "gåvor att bota" som andens gåvor.



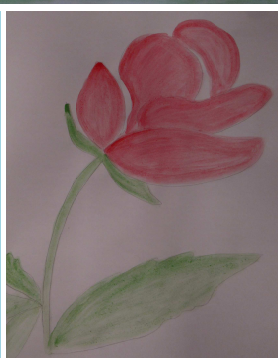
# Konst



Konsten är att skapa nånting själv. Den hjälper med att vara sysselsatt några timmar. Att du glömmer bort dig själv och koncentrerar dig i ditt skapande. Du får idéer själv och gör dem till verklighet. Det är positivt att hålla på med att rita och måla. Sen när bilden är klar känner du dig nöjd och glad. Det tar sin tid att lära sig några regler. Sen är det bara att måla!



Text  
och  
bilder:  
Roma  
Svedgren



# Kompiskonst



## Kompisar

Det här är Pom och Bert. Pom är en bra kompis för att han är snäll och trevlig. Han är kompis till Bert. Bert är lugn och väldigt bra på att prata och skoja. Därför är han också en bra kompis.

Dom är kompisar ifrån skoltiden och dom är vuxna nu. Dom umgås mycket. Dom tycker om att prata om kändisar och dom kan prata om allt. Dom pratar om känslor.

Dom gillar båda att träna och att göra saker tillsammans. Dom hittar på olika aktiviteter och tittar ofta på film tillsammans.

Pom gillar tjejer. Han vill ha en flickvän och det brukar han prata med Bert om.

Pom gillar grönt och Bert gillar blått.



Bilder och text: Suphap



# Numrets fråga



**David:** Rak, ärlig och förstående.

**Anna:**  
En bra kompis är lojal, lyssnar och man har roligt med den.



Hur är en bra kompis?



**Leea:**  
En bra kompis älskar att baka och är djurvän.

**Magnus:**  
Lojal. Man ställer upp för varandra. Man har samma humor och kan skratta ihop.



**Jonas:**  
Man finns till för varandra. Man kan dela både tråkiga och roliga saker.





# Numrets fråga



**Eva:**

En som jag kan berätta något för och inte för det vidare. Lyssnar, låter mig prata klart. Hjälper mig när jag behöver den.



**Anki:** En bra kompis är en ärlig kompis som man kanske inte träffar varje dag, men som finns där.



**Krister:**

En bra kompis är trogen.

**Elever från Samverkansprogrammet på Rinmanskolan:**

En kompis är en som man träffar och gör nåt med.

En bra kompis är ingen negativ person, den har bra attityd.

En bra kompis tar hand om dig och bryr sig om dig.

En riktig kompis är vid din sida och skyddar dig.

Du kan lita på den.

En bra kompis kan säga åt dig om sånt som inte är bra för dig. Den kan till exempel säga att du inte ska dricka alkohol.



**Albert:**

En som man kan snacka både humor och allvar med.

En som lyssnar och som kan säga när den inte förstår.



**Helena:**

Skriver under på det som eleverna sa.



**Ulrika:**

Den är snäll och säger inte sårande ord.

# VM i fotboll

Nu är det snart dags för fotbolls-VM där Sverige kommer att vara med efter två spännande kvalmatcher mot Italien. Med mer än 120 miljoner aktiva spelare är fotbollen världens största sport och framförallt i Europa är intresset stort med de bästa ligorna i världen.

Fotbolls-VM 2018 kommer att arrangeras i Ryssland 14/6-15/7. Mästerskapet kommer att spelas i 13 städer, exempelvis Sankt Petersburg, Kalinigrad och finalen i Moskva.

VM spelas på tolv arenor runt om i Ryssland. Information om arenorna finns här. Kapacitet inom parentes.

Moskva, Luzjniki stadion. (81 000)  
S:t Petersburg-stadion. (68 134)  
Sotji, Fisjt-stadion. (47 659)  
Volgograd, Volgograd Arena. (45 568)  
Moskva, Spartak-stadion. (45 360)  
Samara, Samara Arena. (44 918)  
Kazan, Kazan Arena. (45 105)  
Saransk, Mordovia Arena. (45 015)  
Rostov vid Don, Rostov Arena. (45 000)  
Nizjnij Novgorod-stadion. (44 899)  
Kalinigrad, Kalinigrad-stadion. (35 212)  
Jekaterinburg, Centralstadion. (35 000)



Reportage: Fredrik

# - en sommar att se fram emot

## Grupp A

1. Ryssland
2. Saudiarabien
3. Egypten
4. Uruguay

## Grupp B

1. Portugal
2. Spanien
3. Marocko
4. Iran

## Grupp C

1. Frankrike
2. Australien
3. Peru
4. Danmark

## Grupp D

1. Argentina
2. Island
3. Kroatien
4. Nigeria

## Grupp E

1. Brasilien
2. Schweiz
3. Costa Rica
4. Serbien

## Grupp F

1. Tyskland
2. Mexiko
3. Sverige
4. Sydkorea

## Grupp G

1. Belgien
2. Panama
3. Tunisien
4. England

## Grupp H

1. Polen
2. Senegal
3. Colombia
4. Japan



Sverige lottades i grupp F och inleder 18 Juni mot Sydkorea, sedan blir det Tyskland 23 Juni och avslutar 27 Juni mot Mexiko.

Jag tror att Sverige har en bra chans att ta sig vidare från gruppen men tuffaste matchen blir mot Tyskland. Skulle Sverige ta sig till en kvartsfinal har de gjort en mer än godkänd insats.

Jag tippa Tyskland som mästare men lag som kan utmana är Brasilien, Argentina, Frankrike, Spanien och Uruguay. Om inte Sverige går långt, så får vi hålla tummarna för våra grannar Danmark och Island.



2018



# Haukars boktips



## JAG VILL TIPSA OM FYRA BÖCKER SOM HANDLAR OM KOMPISAR.

”Välkommen på fest!” och ”Grannen” hittade jag på bibliotekets avdelning Lättläst.

”Mysteriet på kyrkogården” och ”Världens bästa kompis” fanns på barn- o ungdoms-avdelningen.



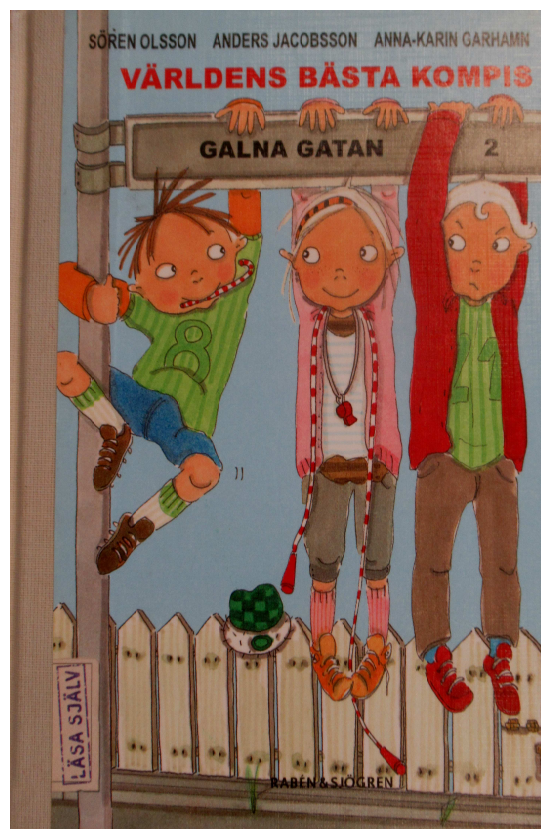
**Välkommen på fest!** handlar om Moa och Ali som tycker om att gå på fester och fira olika högtider med kompisar. Boken är lätt att läsa för att den visar många ord med egna bilder.

**Grannen** är en bra bok för att den visar att man kan bli kompis med sin granne. Filip i boken blev först arg på sin granne och sen blev de kompisar.

**Mysteriet på kyrkogården** är en spännande bok, men lite lång. Den handlar om Ester, Lollo, Jamal och Peo. De är ett kompisgäng som försöker lösa mysterier. De har en nyhetskanal som heter Splej. Där läg-

ger de upp olika filmklipp. Det finns flera böcker om Splej.

**Världens bästa kompis** är en rolig bok. Den är tjock, men man kan läsa ett kapitel i taget. Den handlar om Allan och hans bästa kompis Alva och hans andra kompisar Emil och Vincent. Och hans mamma och pappa är också med.



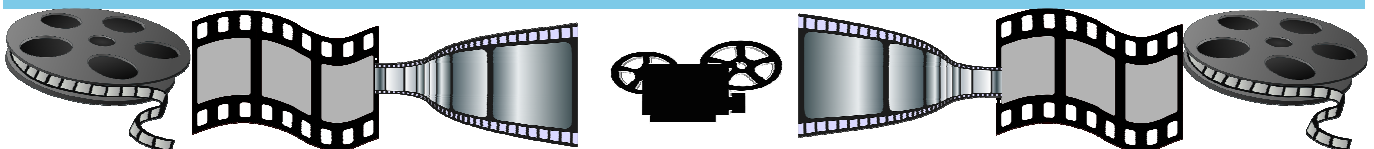
# Suphavs Filmtips



Filmen handlar om en systemingenjör som arbetar på företaget Fedex och spelas av Tom Hanks, han är den enda överlevande efter en flygkrasch i Stilla havet. Han kämpar för att överleva på en öde ö med sin låtsaskompis Wilson som är en trasig volleyboll med ett ritat ansikte på. Denna film är en resa med äventyr, romantik, och drama. Jag tycker att denna film var spännande och när man är ensam så länge, kan en boll bli sin bästa kompis att prata med.



Filmen "En oväntad vänskap" är en sann historia och handlar om en ung kille som heter Driss från förorten som precis kommit ut från fängelset. Han anställs som personlig assistent till den rika och ensamma mannen Philippe som blivit förlamad efter en olycka. Detta var en jättebra film och hur bra kompisar de blev med så olika bakgrund.



## Musiktips

Hej på er och god fortsättning!!!

Hörde på radion att vinylskivan fortsätter att öka i försäljning och kan snart gå om cd-skivan, detta beror säkert på att man nu lätt kan ladda ner/streama musik.

Som vanligt kommer det bli ett späckat år med många album från nya och gamla artister.

Stora artister som Madonna, Bruce Springsteen, Lady Gaga, Paul McCartney, Rihanna, Nicki Minaj och Judas Priest kommer med album under året, men också en rad svenska artister som Molly Sanden, Kajsa Grytt, Avicci, Uno Svenningsson och First Aid Kit.

Själv är jag nyfiken på vad Thåströms projekt Sällskapet kommer låta och den nya plattan med Tomas Andersson Wij samt nya skivan med Simple Minds.

Under året kommer det också vara en massa konserter med storheter som Metallica (Maj), Iron Maiden(Juni), Ed Sheeran(Juli) och Guns N Roses(Juli).

Våra svenska grabbar i GES ger sig ut på en sommarturne med början i Juli och kommer till Eskilstuna 17 Augusti.

Hoppas ni fått lite tips på vad ni kan lyssna på och vänta er under året, vi hörs i nästa nummer!!!



# Humor och kluringar

1. På ena sidan finns ett gult, ett grönt och ett rött hus. På andra sidan finns ett rosa, ett lila och ett blått hus. Men var är det vita huset?

Se svaret längst ner på sidan!

– Vad blir det när en katt funderar?  
– Misstankar!



**Äkta vänskap är lite som att kissa på sig!**

**Alla kan se det, men det är bara du som har förmånen att känna den sköna värmen.**

Om en ödla ligger på en hylla i en butik så är den varan.

**Gubben skröt om sin hörsel, gumman om sin syn.**

– Ser du flugan där-borta?  
– Nej, men jag hör fotstegen!

**Jag avskyr att bada, men det är skönt att ha det hjort och sen är man ju ren, sa älgan.**



– Vad skall jag ha på fötterna när jag gör rent i ladugården?  
– Mockaskor!

**Optimisten ser ljuset i tunneln. Pessimisten ser mörkret. Realisten ser tåget. Lokföraren ser tre idioter på spåret.**



**En bonde får besök av en okänd man som frågar:**

– Vad är er bästa ko värd?

**Bonden tittar snett på honom och undrar:**

– Kommer du från Skatteverket eller har den blivit överkörd av tåget?

1.1 Washington ! USA!

*Humorsidan skapad av Ulrika och Oskar*

# NUMRETS BILD



**Fotograf: Diana**