



PORTRÄT / ELSIE BÄCKLUND SANDBERG

FÖDD: 1948 i Örnsköldsvik.
BOR: I byn Sågtäkten i Nordanstig kommun i Hälsingland.
FAMILJ: Maken Kent Sandberg och en vuxen son, Johan.
HÖRSELSKADA: Otokleros och en hörselnervskada plus svår tinnitus.
YRKE: Förbundssekreterare för Arbetarnas bildningsförbund, ABF.
BAKGRUND: Barnsköterska, ombudsman och enhetschef i Kommunal.
PÅ FRITIDEN: Tränar qigong. Spelar piano, arrangerar blommor, bakar, läser och skriver. "Jag skriver ner mina tankar. En hel del handlar om relationen till min mamma."
ÖVRIGT: Läser högt när ABF arrangerar sagostund för vuxna (senast Mannen på myren av Anita Salomonsson). Vigsellärdare.

• Obotlig • Optimist

Att acceptera tinnitus som en del av sig själv har varit svårt, men nödvändigt för Elsie Bäcklund Sandberg, ABF:s förbundssekreterare. Men varje gång ljuden ändrar nivå skälver tillvaron. Då kan det hjälpa att försöka se det som ändå är ljus.

TEXT: SARA NORMAN FOTO: PÅR HELANDER

STRAX NORR OM HUDIKSVALL ligger en liten havsvik där ett fiskmåspar har sitt favoritnäste. Här går solen upp över det gamla fiskesamhället Sågtäkten och bjuder morgonpigga bybor på en glittrande föreställning. En av dem är Elsie Bäcklund Sandberg, som ser havet mellan tallarna från sitt frukostbord. Hon måste vara morgonpigga om hon ska hinna till jobbet i Stockholm, 35 mil bort. Sedan nio år är hon förbundssekreterare för Arbetarnas bildningsförbund, ABF.

När hon köpte huset för fem år sedan var tanken först att ha det som fritidsboende, och bo kvar i Stockholm tills hon går i pension. Första tiden reste hon hit över veckosluten för att få andrum. Men när hon träffade kärleken på orten flyttade hon permanent och valde långpendling istället.

Egentligen hade hon bestämt sig för att leva ensam.
– Men sånt här kan man inte bestämma. Vi möttes

en dag borta vid postlådorna, och det sa inte klick, det sa pang. En fantastisk händelse i mitt liv, som bekräftar att mycket förverkligas sent i livet, säger hon.

Tekniken till stor hjälp

Elsie Bäcklund Sandberg låter lika glad när hon pratar om kärleken som när hon pratar om huset, fiskmåsarerna eller jobbet. Och när hon sätter på kaffebryggaren gör hon det med samma glädje som när hon slår sig ner vid pianot och spelar "As time goes by", eller när hon lydigt pulsar runt i snön och ställer upp på fotografens infall.

– Vilket fantastiskt leende du har, säger han när hon möter hans blick i kameran.

Och ler gör hon. Mycket. Det där glada verkar liksom sitta i ryggmärgen på henne.

Hon tar emot i sitt varma lantkök klädd i en knallgul

tunika mönstrad med små pigga svartmyror. Här bul-lar hon upp hembakat grahambröd och kardemum-mabullar till kaffet.

Den återställda vedspisen värmer från sitt hörn och här och var står vackra blomsterarrangemang.

När jag sitter där kommer jag att tänka på ett kors-styngsbroderi från min barndom. Det hängde på väg-gen hos en granne och hade texten "Sol ute, sol inne. Sol i hjärta, sol i sinne".

– Jag har en väldigt optimistisk livssyn, det är jag medveten om, och jag är tacksam för det. Med åren har jag också kommit till många insikter och nått en självkänedom som har gjort mig ödmjuk, säger Elsie Bäcklund Sandberg, och återkommer flera gånger till ordet tacksamhet.

Elsie har otoskleros, en ärftlig sjukdom som ger nedsatt hörsel. Efter hennes graviditet tillkom dess-

utom en skada på hörselnerven. När hon först fick klart för sig att hon måste ha hörapparat tänkte hon "Nej, det är inte möjligt". Hon var 26 år och arbetade som barnskötare på ett daghem i Upplands Bro. Men så snart hon började använda dem insåg hon vilken reserv hon hade gått på länge.

– Jag förstod att jag inte kunde vara utan dem och kände snart en stor glädje över den hjälp jag fick av apparaterna, berättar hon, och säger att det är tack vare tekniken som hon kan arbeta och tack vare den som hon kan höra de speciella lätena från gårdens eget fiskmåspar.

Fick svår tinnitus som ung

Men i samma veva kom ljuden. Hon började höra toner, dag som natt. Hennes tinnitus har med åren stegrats och i dag beskriver hon tre konstanta ljud.

forts._____



Nyfirad. Nyss fyllda 58. Födelsedagstårten är bakad av maken.

Dels är det tonerna, två separata, dels är det ett knaster som av aluminiumfolie, och så därtill ett ljud som av en stillastående lastbil som gasar om igen. Samtidigt som lättningen över att få hjälp av hörapparaterna var stor så kunde hon känna en sorg över att tinnitus inte går att avhjälpa på samma sätt.

Efter en tid började Elsie arbeta fackligt som ombudsman i Kommunal.

– Jag började förstå att jag själv måste bli vän med ljuden och inse att de också är en del av mig. Ingen annan kan göra något åt mig, och det är det som jag fortfarande jobbar mycket med, säger hon.

– Men det finns så många som har det ännu jobbigare än jag, och jag har ändå så mycket att vara tacksam för. Tidigare hade jag besvärlig yrsel också, men den har blivit bättre och den är jag glad att slippa för det är så fruktansvärt obehagligt.

Tacksamheten har blivit ett sätt att tackla negativa känslor. Ett sorts grundtillstånd, eller en skyddsmekanism som kan lösa ut i kritiska lägen. Att aldrig blunda för det goda. Den är djupt etablerad och hon talar vördnadsfullt om förmåner som att äga livet, att

”När tinnitus ändrar nivå måste jag koncentrera mig och lägga all kraft och energi på att återskapa min stabila plattform. Senast det hände kändes det som att jag skulle förlora greppet.”

få barn, att kunna jobba och att kunna vara med.

– Jag har ju insett att man inte kan ta någonting för givet, och jag känner mig faktiskt så oerhört privilegierad och känner stor ödmjukhet inför min yrkesroll.

Lång facklig karriär

Som förbundssekreterare för ABF är hon verksamhetsansvarig och chef för expeditionen med 30 anställda. Det är ett förtroendeuppdrag som utses vid förbundsstämman vartannat år.

Varje morgon kliver hon upp klockan fyra och tar bilen till Hudiksvall. Där fortsätter hon med tåg två och en halv timme till Stockholm. Hon är mycket bestämd på att de dryga resorna inte innebär någon uppoffring. På tåget kan hon göra en del arbete, läsa och skriva.

– Ingen stör mig utom konduktören. Jag kan förbereda min arbetsdag, eller tänka igenom den som har varit.

ABF har 98 avdelningar i hela Sverige. LO är en av grundarna, och det var efter sin långa tid i Kommunal som Elsie fick frågan om hon kunde tänka sig att bli förbundssekreterare. Hon hade varit ombudsman i Uppsala i 14 år och sedan var hon enhetschef på förbundskansliet i Stockholm i tre år. När Lillemor Arvidsson 1996 skulle ersättas som ordförande för Kommunal var Elsie en av de nominerade. Men i stället blev det alltså ABF, där omkring 750 000 varje år går i någon av förbundets studiecirklar.

– Vi brukar säga att vår uppgift är att få människor att växa. Och att få möta människor som beskriver vad som händer när de får möjlighet att lyfta fram det de inte själva trodde att de kunde, är helt... ja, det är svårt att klä med ord vad jobbet innebär för mig.

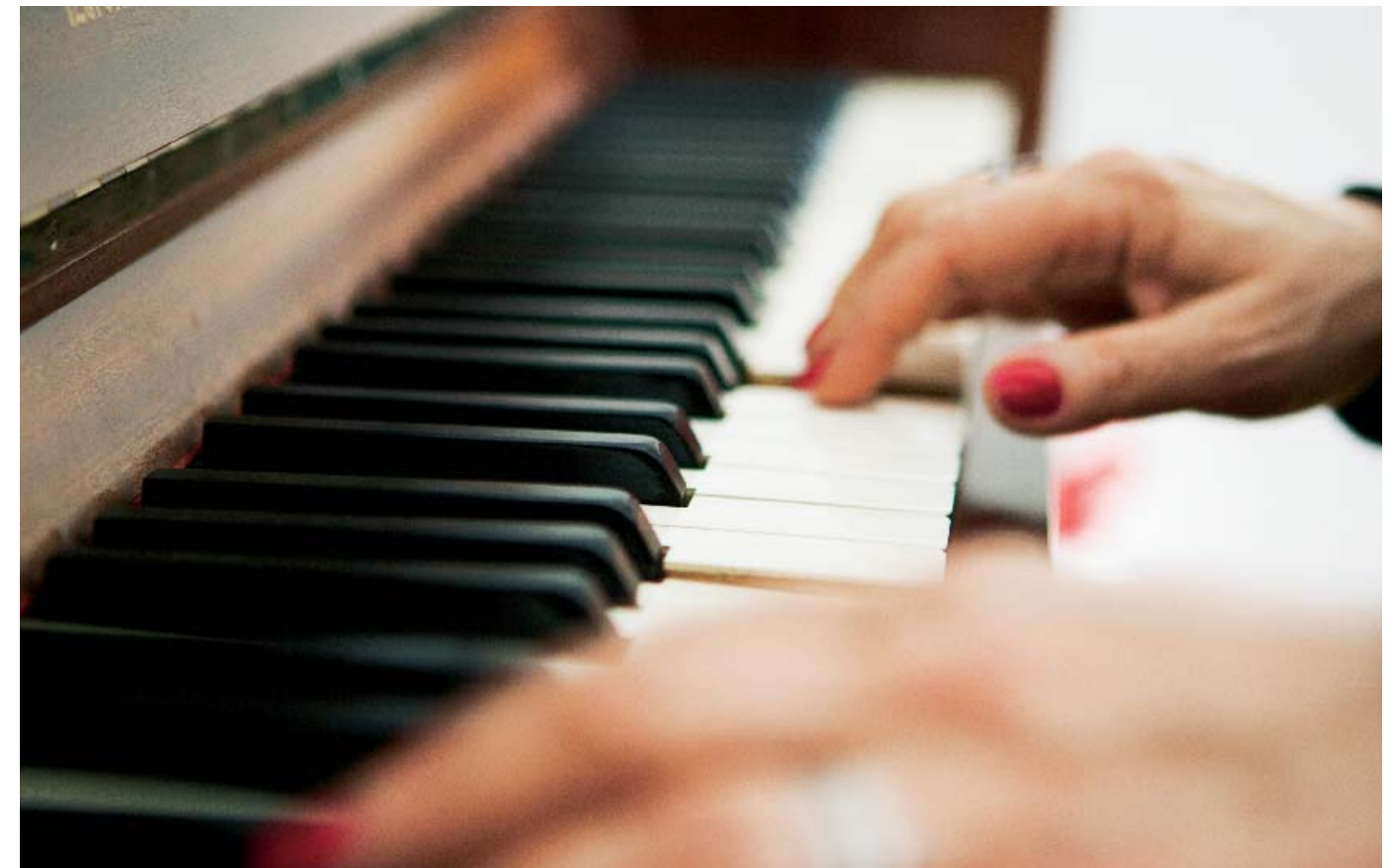
HRF är en av medlemsorganisationerna och tillsammans har ABF och HRF nyligen tagit fram ett studiematerial till cirklar om tinnitus.

Bakar av sig ilskan

Det är lätt att föreställa sig vilken stämning Elsie sprider på kontoret när hon sveper in med sin färgglada yllekappa, sin mjuka norrländska och smittande skratt. Varje jul bjuder hon medarbetarna på norrländskt kaffebord där hon bakat allt fikabröd själv.

– Jag har alltid bakat som avkoppling. Så det finns mycket som jag har bakat in i de olika degarna. Glädje förstås, men även ilska emot arbetsgivare när jag arbetade som förhandlare.

De 14 åren som ombudsman har nog också lärt henne att ta i med hårdare nypor, när det behövs. Hon berättar att hon alltid var noga med att anteckna och checka av att hon hade uppfattat allt. Och lite skamset



”As time goes bye”. Pianot i vardagsrummet ger avlastning när ljuden är plågsamma.

erkänner hon att hon någon gång kunnat dra fördel av hörselskadan, på ett sätt som inte känns riktigt korrekt. Som när hon satt i förhandling med en ovanligt ”tjurskallig” motpart och en apparat signalerade att batteriet tagit slut. Då tog hon helt sonika av sig den och bytte, mitt under förhandlingen, varpå motparten kom av sig helt och tappade koncentrationen.

Rädd att förlora greppet

Återkommande inträffar det att hon måste påminna mötesdeltagare om mikrofonen. För det mesta tänker hon annars inte så mycket på hörselnedsättningen.

Då är det svårare med ljuden, som hon haft i över 30 år.

– När tinnitus ändrar nivå måste jag koncentrera mig och lägga all kraft och energi på att återskapa min stabila plattform. Senast det hände, för ett år sedan, kändes det som att jag skulle förlora greppet och inte kunde greja det. Då tog min man tag i mina axlar och såg på mig och sa ”Vi grejar det här”. Men det tog ett tag innan jag accepterade det. Om nivån å andra sidan går tillbaka något blir jag så otroligt tacksam för det, och då bär det mig en tid.

Elsie är noga med att vika utrymme för att slappna av. Hon bokar in det mellan alla möten i almanackan på jobbet och säger till sin sekreterare att hon måste vila huvudet. Ibland tränar hon qigong och just denna eftermiddag har hon en tid inbokad hos massören. Men också att bara vara hemma och njuta av det

som vardagen kan ge är avkopplande.

– Jag spelar piano, bakar och arrangerar blommor. Jag försöker hitta just mina guldskor, och tar vara på stunder som betyder mycket och ger mig styrka. Det kan vara en promenad på stranden eller något annat tillfälle.

En annan avkoppling är att läsa, och hon skriver också ned sina egna tankar.

Om två år är det tänkt att hon ska gå i pension.

Som medlem i HRF Hudiksvall Nordanstig hoppas hon att kunna bli mer aktiv då, och ge av sina erfarenheter.

– Jag har inte haft förutsättningar att engagera mig i föreningen tidigare, men då kanske. Det finns många frågor som är viktiga. Att inte alla tv-program är textade kan göra mig otroligt frustrerad. Och så tycker jag det är viktigt att hjälpa till att stödja forskningen på området. ●

ABF

- Sveriges största studieförbund. Grundades 1912 av Socialdemokraterna, Landsorganisationen och Konsumentkooperationen.
- Varje år deltar omkring 750 000 i någon av ABF:s studiecirklar.
- ABF vill bland annat verka för att människor med funktionshinder ska ha samma rättigheter och möjligheter som andra. 44 handikapporganisationer, däribland HRF, är medlemmar i eller har samarbetsavtal med ABF.
- ABF har tillsammans med HRF nyligen tagit fram ett studiematerial om tinnitus.

FAKTA

