



Ny krönikör 2023 – Marie Hav Lundkvist!

Marie Hav Lundkvist känner kanske några av er till som följt Vivida ett tag. Hon och hennes man Sven-Erik gästade bland annat VividaLIVE förra året där de berättade deras livssituation. Vi är glada över att hon och hennes familj vill dela med sig av sin vardag med oss som krönikörer för 2023; Hopptimisten och pianisten!

Text: Marie Hav Lundkvist

Foto: Privat



Vi tackar er på Vivida för förtroendet att skriva lite på VIVIDAföden.com

vi tackar er på vilda för förtroendet att skriva lite på vildareeden som krönikörer under 2023.

Ni blev bekanta med oss i Feeden den 7 oktober, där vi berättade lite om vår Fjällresa i Norge, som bara var helt otroligt spännande och händelserik – ja, "Once in a Life Time"-upplevelse.

Men vardagen och vanliga aktiviteter kan vara spännande och händelserika om vi bara kan hitta glädjen och inte minst hitta dom kreativa lösningarna. Som ni har förstått så är jag rullstolsburen och har assistanshjälp dygnet runt. Min man Sven-Erik, pianisten, är en av tio assistenter, som alla är positiva, lösningsorienterade och inte rädda för att prova nya saker.

När jag var helt frisk så sprang jag många lopp, ja, också många halvmaraton, så glädjen av att kunna vara med på ett lopp med allt som hör till den upplevelsen har jag saknat. Det har blivit några tävlingar med min terrängrullstol tillsammans med mina assistenter där jag har rullat och dom sprungit. Då har det varit till förmån för olika välgörande ändamål och även för vår egen HopptimistStiftelse, som hjälper funktionshindrade med hjälpmedel som man inte får från det offentliga systemet.

Pandemin satte ju stopp för många av dessa aktiviteter så nu ville vi ta chansen att vara med på ett spännande lopp. Så vi anmälde oss till Stockholm Loop, barnbarnen Camilla, Sandra och jag.

Tre dagar innan loppet så kommer Camilla lite försiktigt fram till mig: "Du Bestemor... hm... asså... jag har glömt att Sandra och jag skall till Kroatien och jobba med ett event på lördag... en supermiss... vi kan inte vara med på loppet." Men så tar hon upp sin mobil och ringer sin far, vår son Mats, och tar samtalet på högtalare: "Pappa, du skall springa Stockholm Loop med Bestemor på lördag – du vet väl det?" "Skall... skall jag det" svarar Mats. Camilla fortsätter: "Ja, det har blivit en miss här för Sandra och jag reser till Kroatien över helgen på jobb... men tänk vad roligt ni får det... Mor och son rullar och springer tillsammans – det blir ju superroligt Pappa" "Jaha" säger Mats: "Jo... ja, men jag springer inte så fort, ni vet ju hur racerfort Bestemor kör...men...ok, jag blir med." "Toppen Pappa kör hem och börja träna."

Vad vår son Mats tänkte när han la på luren vet jag inte, men han tog uppgiften mycket sporty. Vi planerade tillsammans att han skulle ha på sig en färgglad kycklinggul överdel så att han syntes bra och jag skulle också ha på mig samma färg. I och med att jag bara ser några få procent och bara ser svaga konturer och färger så var det viktigt att han sprang framför mig och guidade mig runt dom 5 km som vårt lopp skulle vara.

Jag och en assistent tog en rekognoseringstur till platsen där loppet skulle gå någon dag innan så jag fick memorera banan så bra som möjligt.

Lördagen för loppet kom och vi hade med oss ett litet hejagång som bestod av min man Sven-Erik, svärdotter Lotta och hunden Max. Mats och jag var kycklinggula och fina och jag rullade och han gick snabbt tillsammans med vårt hejagång mot startplatsen för loppet.

Plötsligen hör vi ett rop bakom oss och vänder oss om. Sven-Erik hade snubblat med huvudet först mot stigen som var gjord av småsten och lite asfalt.

Blodet forsade från hans panna och det såg otroligt allvarligt ut. Alla hjälper till för att få stopp på skadan i pannan. Glasögonen var sönder och han var yr och konstig. Först ringde vi 112 för att få ambulans, men så såg vi att det var ambulans och sjukvårdstält på området så det kom ambulans direkt till där vi var.

Nu var det bara några minuter till vårt lopp skulle starta så vi sa till Sven-Erik: "Skall vi avboka loppet, du ser inte så bra ut" - "Sven-Erik svarar lite yr: "Å nej, ni skall vara med jag har så god hjälp här." Vi tvekade, men så sa sjukskötaren att hans skada såg värre ut än den var och när vi har fått tejpat såret och han har vilat lite så skulle han inte behöva att åka till sjukhuset" - Sven-Erik ropar: "...

skynda er nu det börjar snart... vi ses sen..."



Mats och jag startar precis i tid och ett spännande lopp började för oss båda. Mats är 190 cm lång och bredaxlad så han syntes bra med sin kycklinggula tröja. Jag följer honom som en magnet precis bakom honom men vi var noga med att ha bra avstånd till våra medkamrater i loppet. Banan snirklade sig in i olika skogspartier och på några asfaltstigar på Djurgården i Stockholm. Det var hejarop och stödande rop från många längs med banan. Å, vad jag kände igen den positiva känslan av samhörighet från när jag var frisk och var med på alla mina lopp. Jag kände mig som en av alla dom andra springande deltagarna. Jag kände mig inkluderad och delaktig. Vilken skön känsla.



Vissa partier i banan var lite hala och min terrängstol var på väg att fastna, men Mats muskler fick mig vidare och jag rullade fint i god fart och Mats klarade också av tempot hela vägen. Vi närmade oss målsnöret... Mats tog upp farten mer och mer och jag hängde med så bra jag kunde – nu var vi verkligen ett superbra team som spurtade mot mål.





När vi närmade oss målsnöret såg vi en person med halva ansiktet i vitt bandage som hejade vilt på oss och filmade oss också... förstod vi. Gulp, denna bandageklädda person var min man Sven-Erik som hade kommit sig ut från sjukvårdstältet och ville se sin son och fru komma i mål.

Han springer mot oss och är så lycklig för att han fick ta del av denna härliga målstund tillsammans med oss. Lotta och hunden Max var också entusiastiska kramare vid mål.

Vilket hejagång vi hade med oss. Vi kom oss ut från området med 2 blänkande medaljer omkring halsen, stolta att vi hade gjort detta tillsammans.



Livet är verkligen en gåva. Det finns motgångar men jag tror och har erfart att glädjen är större. Vi måste bara lära oss att se det och känna det.

Vid pennan

Marie

Marie fick sig även en pratstund med Erik Blix på P4Extra både före och efter loppet. Vi delar med oss av samtalet så klart.

Samtalet med Erik Blix innan loppet:



Samtalet med Erik Blix efter loppet:



