

GRÄSTORP. **Debuterar på hemmaplan – Daniel berättar om sitt missbruk:**

”Känns lite mer nervöst”

■ För fem år sedan nådde Daniel Sundvall en punkt när han inte orkade mer.

Han hade 17 år av kriminalitet och missbruk i bagaget.

Nu föreläser han om beroendesjukdomen för första gången på hemmaplan:

– Det kommer nog bli lite mer nervöst än vanligt.

Grästorpsbon Daniel Sundvall, 36, har levt ett hårt liv. Under 17 år var han både kriminell och missbrukare. Våld och brott var en vardag.

För fem år sedan nådde han en punkt där han inte orkade med den vardagen mer.

– Alla beroende måste nå sin personliga botten, då kan man sluta. Jag är tacksam att jag kom till den punkten. Det är jobbigt, men värt det i slutändan.

Det som hjälpte Daniel tillbaka till ett hederligt, drogfritt liv var tolvstegsmetoden.

– Beroende är kroniskt. Det ligger sovande. Har man väl hamnat i det så måste

man behandla det i resten av sitt liv. Jag gör det genom tolvstegsmetoden, där steg tio, elva och tolv är steg jag använder mig av dagligen.

Steg tolv innebär att man ska sprida ett budskap om att det går att tillfriskna, och att ta andra missbrukare genom stegen.

Det gör Daniel bland annat genom föreläsningar, och han är en uppskattad och etablerad föreläsare.

Första februari gör han sin debut i hemmaorten Grästorp.

– Jag tycker att det ska bli roligt, jag har kämpat för att ha föreläsningar här. Många i Grästorp vet vem jag är och



Debut på hemmaplan. Daniel Sundvall föreläser om missbruk och den livslånga beroendesjukdomen.

FOTO: EMMA HURTIG

vad jag har gjort. Det kommer nog bli lite mer nervöst än vanligt.

Föreläsningen arrangeras av Grästorps IK i samarbete med Sisu och Grästorps kommun och hålls i aulan på Nya centralskolan. Den riktar sig till alla över 18 år.

– Jag håller föreläsningar för yngre också, och kommer att hålla en i Grästorp också men längre fram.

– Det är en skillnad på att föreläsa för äldre och för yngre, man kan inte uttrycka sig på samma sätt. Säger jag ”jag mådde jättebra av amfetamin” när jag föreläser för en yngre målgrupp så hör de bara ”jättebra”.

Daniel kommer att berätta sin livshistoria men också belysa själva beroendesjukdomen. Han är noga att trycka på att det är en kronisk sjukdom.

– Många tror att de kan bli friska, men man måste avhålla sig helt och hållet från det man har varit beroende av. Det går inte att ”bara ta lite”. Det är bara tre av hundra personer som kommer ur missbruket. Men det finns inga hopplösa fall. Det ska man aldrig säga. Jag vet att många tyckte att jag var ett hopplöst fall, men nu fem år senare sitter jag här

Beroende

En beroendesjukdom är en förvärvad och kronisk förändring av hjärnans belöningssystem, där minnen och upplevelser som orsakade beroendet finns lagrade.

I dag klassas cigaretter, alkohol, droger, tabletter och spel som beroendesjukdomar. Det finns även andra beteenden som man kan bli beroende av som liknar beroendesjukdom, till exempel sex, shopping och arbetsnarkomani.

Man vet i dag att det finns ärftliga riskfaktorer för att få beroendesjukdomar.

Det pågår forskning för att ta reda på vilka som löper större risk för att utveckla en beroendesjukdom.

Källa: www.hjarnfonden.se

och är drogfri.

På grund av coronapandemin och restriktionerna behöver man anmäla sig till föreläsningen via Daniels hemsida.

EMMA HURTIG

GRÄSTORP. **Trettondagsnosen vid glasmästeriet**



Nosa! Ettan är redo för att hitta dofter.

FOTO: EMMA HURTIG



Jaktlabradoren Ettan nosade sig till en sjätteplats. Matte Ulla-Britt Östman från Timmersdala var nöjd.

Ettan kom sexa i tävlingen

Kyla och ishalka hindrade inte de nära 50 ekipagen som slöt upp vid Grästorps glasmästeri under trettondagen.

Tävling stod på schemat under större delen av helgdagen.

Förväntansfulla hundar av olika raser och nervösa husar och mattar skulle delta i företaget Happy hunds noseworktävling Trettondagsnosen.

Nosework är en hundsport som går ut på att hunden ska söka efter en specifik doft i olika naturliga miljöer.

Alla hundar med intresse för att nosa kan delta och det är en aktivitet som blir allt mer och mer populär i landet.

Kul att se hunden jobba

Bland de tävlande fanns jaktlabradoren Ettan och hennes matte Ulla-Britt Östman. De hade åkt från Timmersdala för att delta i tävlingen.

– Jag är själv hundinstruktör, men i jakt och apport. Jag började få frågor om vad nosework är. Eftersom jag inte riktigt visste började jag en kurs för att ta reda på det och kunna svara ärligt,

berättade Ulla-Britt.

Ettan har hållit på med sporten i ett och ett halvt år:

– Hon älskar det verkligen. Och då tycker ju jag också att det är kul, för egentligen är det så att om en hund älskar något och tycker att det är roligt, så tycker jag också att det är roligt. Det är så kul att se hunden arbeta.

16,72 sekunder

Att Ettan älskar sporten är ingen överdrift. NLT hann knappt med i svängarna när jaktlabben väl kommit in i sökmiljön och slagit på nosen. På 16, 72 sekunder hade

hon hittat doften hon sökte.

Efter tre andra sök visade det sig att det blev en sjätteplats för Ettan.

Alma Ohlin är ägare av Happy hund och tävlingsarrangör:

– Vi har sex tävlingar inbokade för året än så länge. Happy hund är en av de som ordnar flest tävlingar i Sverige. Jag har tur som har alla dessa fantastiska människor som ställer upp och hjälper mig att arrangera. Och det är väldigt roligt att Grästorps glasmästeri upplåter sina lokaler till oss.

EMMA HURTIG

FLO. **Julavslutning**



■ Dur- och dragspelsklubben har haft en gemensam julavslutning med ViÅlaVi-kören på Tre Älgar. 24 personer från de båda föreningarna åt julbord innan det var dags för att spela och sjunga. Kvällen bjöd också på ett tvåmansluciatåg bestående av Håkan Enström och Annelie Pettersson.

Senaste nytt i vår app

✓ RÄTT SKA VARA RÄTT. Under Grästorpsortens pensionärsförenings julfest underhöll Håkan Enström och Annelie Pettersson, och inga andra.