

4. Skadad på träningen

Cecilia drar strumporna över benskydden och knyter sina fotbollsskor. Träningen börjar om några minuter. Hon är sen som vanligt och vet att tränaren kommer att bli irriterad. Det är en viktig match på lördag nästa vecka då skolans tjejlag möter sin värsta motståndare i årets skolmästerskap (SM). Det är Alléskolan från Landskrona. Tränaren Pia är mycket stressad över hur det ska gå för hennes lag, särskilt som hennes bästa anfallare, Stina, skadade sig förra matchen. Hon vred knät ur led när hon sköt segermålet i andra halvlek i SM-kvalet och har totalt spelförbud under en hel månad.

Cecilia började spela fotboll när hon var åtta år och familjen flyttade från Kiruna till Linköping där det var många tjejer som spelade fotboll. Som liten var det främst för kompisarnas skull som Cecilia ville spela men när hon blev lite äldre blev också själva spelandet viktigt. Hennes tränare Pia tycker att Cecilia är en av de bättre spelarna i laget och har utsett henne till lagkapten under Stinas bortavaro. Så på lördag nästa vecka är det Cecilia som ska bära armbindeln när laget spelar mot Landskrona.

Precis när Cecilia äntligen är färdig och ska springa ut på planen hör hon mobilen plinga till. Hon gräver fram sin telefon ur fickan och ser att det är ett meddelande från Susanna som trillat in. Hon läser: *Läget? Kan du prata? D e viktigt.* Cecilia blir genast nyfiken och skulle helst vilja ringa upp Susanna på direkten. Men eftersom hon redan är sen svarar hon bara kort: *E på träningen. Hörs sen.*

Susanna är Cecilias bästa kompis. Hon är ihop med Oscar som är fyra år äldre och som pluggar till sjukgymnast i Uppsala. Oscar är extremt vältränad, han tränar på gymmet fyra dagar i veckan. Susanna tycker att Oscar är hur cool som helst men det tycker inte Cecilia. Hon tycker att han är en träningsnarkoman vars enda intresse är att pumpa upp muskler och imponera på tjejer.

De andra tjejerna i laget har redan slutat med uppvärmningen när Cecilia kommer in på planen. Det är kyligt i luften och hon huttrar till. Som väntat tittar tränaren Pia argt på Cecilia och säger strängt: "Var har du varit nu igen? Du vet ju hur viktigt det är med uppvärmningen!". Cecilia vet att Pia har rätt och får lite dåligt samvete, så när matchen sätter igång tar hon i så mycket hon kan trots att hon missat uppvärmningen. En kvart in i träningen händer så det som inte får hända. Under en passningsövning känner Cecilia en stark smärta i sitt högra ben. Smärtan är outhärdlig och hon vrider sig i plågor. "Oj hur gick det Cissi?!", ropar Pia som blir orolig. "Aj, det gör så himla ont i benet". "Kan du stödja på det?", frågar Pia. "Nej, jag tror inte det." Cecilia biter ihop och försöker resa sig upp. Hon känner efter och försöker stödja på benet men det går inte riktigt. "Du, vi kör till akuten", säger Pia och vänder sig sedan till de andra i laget: "Ni får fortsätta på egen hand!"

Lutad mot Pias axel haltar och linkar Cecilia till bilen. De kör iväg till akutmottagningen. När de kommit fram får Cecilia uppge sitt namn och sitt personnummer till kvinnan i receptionen. Därefter blir de visade till ett väntrum längre bort i korridoren. I väntrummet sitter redan några personer och väntar på att bli inkallade till läkaren. En äldre kvinna berättar för Pia och Cecilia att hon halkat i

badrummet och slagit sig illa i höften. Den gamla kvinnan får Cecilia att tänka på sin mormor i Kiruna som fyller år nästa söndag. Cecilias mamma vill åka upp och fira henne och det vill Cecilia också. Hon vet att det kommer att bli av.

"Cecilia Nordstam", ropar en sköterska. Cecilia reser sig med tränarens hjälp och stapplar in till läkaren. Läkaren känner på hennes ben, tittar på henne och frågar "Var har du ont?". Cecilia visar var det gör ont och läkaren undersöker hennes ben. "En muskelbristning i vaden, men inget allvarligt", säger hon och fortsätter: "Du hade tur, den här typen av skada läker snabbt. Det blir dock inga träningspass denna vecka och du måste ha förband på vaden de första dagarna". "Kan hon spela nästa lördag?", frågar Pia. "Det kan jag inte svara på. Men om smärtan har gett med sig borde det kunna gå", svarar läkaren. Cecilia och Pia tackar läkaren och lämnar undersökningsrummet. "Jag skjutsar hem dig", säger Pia.

Så snart hon kommit hem bestämmer sig Cecilia för att ringa till sin mormor. Mormor svarar genast.

Mormor: Maj-Britt Knutsson.

Cecilia: Hej mormor! Det är Cissi. Hur mår du?

Mormor: Hej älskling! Så roligt att du ringer. Jodå, jag tror det blir väderomslag, jag känner det i knät, det är den där gamla förslitningsskadan från fabrikstiden, du vet. Men annars är det bra med mig. Jag har varit på torget på morgonen och i eftermiddag kommer hemtjänsten. Vad har du gjort idag?

Cecilia: Jag har varit i skolan och sen på träningen. Jag missade uppvärmningen så när vi började träningen fick jag en muskelbristning i vaden. Jag har precis kommit hem från akuten.

Mormor: Oj då! Hur illa är det? Hade inte du en match på lördag nästa vecka?

Cecilia: Jo, men det är inte säkert att jag kan spela. Vi får se.

Mormor: Men lilla gumman, jag blir så orolig för dig. Det är så hemskt med idrottsskador. Jag läste just i tidningen om en tysk rallyförare som skadat sig väldigt allvarligt.

Mormor byter ämne och kommer in på ätstörningar.

Mormor: Det verkar också finnas en stor risk att tjejer som tränar mycket utvecklar ätstörningar. De äter för lite och tränar för mycket, bantar och förstör sin hälsa. Du äter väl ordentligt?

Cecilia: Du ska inte vara orolig mormor. Ingen i laget bantar, det finns inte samma kroppsfixering i fotboll. Det är vanligt med ätstörningar hos tjejer som håller på med konståkning eller gymnastik men vi fotbollstjejer äter ordentligt.

Mormor: Min kloka flicka! Jag vet att du tar hand om dig. Förresten, ska vi äta palt på söndag när ni kommer och hälsar på? För ni kommer väl?

Cecilia: Ja det gör vi. Jag vill jättegärna ha palt, särskilt din palt. Den är supergod, mycket godare än mammas. Det brukade pappa också säga när han bodde med oss.

Mormor: Jaså gjorde han det!? Det minns jag inte. Då kanske jag ska se till att göra mycket palt så du kan ge några till honom. Jag ska göra så mycket så att det räcker för dig och mamma att ta med hem också. Palt går bra att frysa in.

Cecilia: Men oj! Kom att tänka på att jag kanske inte kommer att kunna åka till dig ändå. Jag kan ju knappt stödja på benet.

Mormor: Nä, men så synd! Nej, det går jag inte med på. Men när jag tänker efter behöver du väl inte kunna gå för att åka flygplan. Jag brukar få åka rullstol ända fram till flygplanstrappan. Det kommer du också att få om du inte kan gå när du och mamma ska ta flyget hit upp. När du väl kommit hit kan vi åka färdtjänst. Du och jag kan ta färdtjänst för att åka och handla mat också. Jag ringer och beställer färdtjänst på en gång.

Cecilia: Vad gullig du är mormor!

Mormor: Jag fixar en bil. Lita på mig! Hälsa mamma.

Cecilia: Det ska jag göra. Kram!

Mormor: Kram själv!

Ett telefonsamtal

Mormor Maj-Britt beställer färdtjänst.

Telefonisten: Välkommen till Färdtjänst. Du pratar med Lotta.

Maj-Britt: Hej. Jag heter Maj-Britt Knutsson och jag vill boka en resa med färdtjänst.

Telefonisten: Det ska vi kunna ordna. Kan jag få ditt personnummer?

Maj-Britt: 441106-5689.

Telefonisten: Tack! Hittar dig här i vårt register. Vilken dag gäller det?

Maj-Britt: Nästa lördag.

Telefonisten: Från vilken adress åker du?

Maj-Britt: Jag åker från Lavinvägen 6. Jag ska åka och handla.

Telefonisten: Ja, det behöver man ju göra. Till vilken affär vill du åka då?

Maj-Britt: Till Coop Forum. Jag ska handla mat så kan bjuda min dotter och dotterdotter som kommer för att hälsa på mig.

Telefonisten: Jaha, vad trevligt. Då bokar jag en resa till Coop Forum på Österleden. Åker du ensam?

Maj-Britt: Nej, min dotterdotter ska följa med mig. Hon har också svårt att gå och kan behöva åka färdtjänst (*skrattar*). Hon skadade sig igår på sin fotbollsträning, stackarn!

Telefonisten: Oj oj då, vad tråkigt! Då blir det två personer alltså. Har du något hjälpmedel som ska med?

Maj-Britt: Ja, min rollator som vanligt.

Telefonisten: Oj, glömde bort att fråga vilken tid på lördag du vill åka.

Maj-Britt: Jag vill helst åka klockan 14.

Telefonisten: Aj då, det ser inte så bra ut. Jag har ingen ledig bil vid den tiden. Babben Larsson uppträder på Folkets Hus på lördag klockan 15 så alla bilar mellan två och tre är uppbokade. Kan du åka någon annan tid?

Maj-Britt: När har du lediga bilar då?

Telefonisten: Ni skulle kunna åka antingen klockan 13 eller klockan 15.15. Men om jag bokar den senare tiden kan det bli svårt med hemresan. Vilken tid föredrar du?

Maj-Britt: Då får vi kanske ta en tidigare bil. Oj vad det blev krångligt med detta. Jag vill ju kunna äta lunch i lugn och ro. Men om showen börjar klockan 15 och håller på en dryg timme, då borde det väl finnas någon ledig bil vid femtiden. Har du någon ledig bil klockan 17?

Telefonisten: Jag ska kolla. Ja det har jag, prick 17.00 kan vi hämta er.

Maj-Britt: Tack och lov att det löste sig.

Telefonisten: Ska vi boka en returresa också på en gång?

Maj-Britt: Nej, det behövs inte. Det är svårt att veta hur lång tid det tar att handla.

Jag ringer och bokar hemresan från affären.

Telefonisten: Det borde fungera, det brukar vara lugnt vid sextiden på lördagar. Då har jag bokat en resa åt dig lördagen den 25 april från Lavinvägen 6 till Coop Forum, en person med rollator och en medresenär. Bilen kommer och hämtar er klockan 17.00 och resan kostar 48 kronor.

Maj-Britt: Vad bra, då får jag tacka så länge!

Telefonisten: Tack själv! Ha en fortsatt trevlig kväll.

Maj-Britt: Tack detsamma!

Faktaruta 1: Fotboll i Sverige

Det var i slutet av 1800-talet som fotboll blev en svensk sport. Spelet kom från Storbritannien på 1870-talet och cirka tjugo år senare, på 1890-talet, började fotboll för herrar att utövas i organiserad form. Då skapades Svenska mästerskapet i fotboll. Med damfotboll dröjde det längre. Det var först 1917 som de första damlagen i fotboll bildades. Ett år senare, 1918, spelades för första gången i Sverige en offentlig match mellan två damlag. Det skedde i Stockholm och lockade 500 åskådare. Samhällsmotståndet mot att kvinnor spelade fotboll var dock starkt vilket fördröjde utvecklingen av svensk damfotboll med åtskilliga decennier. Det är först våren 1968 som det blir en plötslig explosion av damfotboll i Sverige. Damfotbollsturneringar arrangeras på flera orter i Sverige och några år senare, år 1972, arrangeras det första nationella dammästerskapet inofficiellt. Ett år senare, 1973, är det dags för det första officiella dammästerskapet. Samma år bildas också det första svenska damlandslaget i fotboll. De spelar sin första landskamp mot Finland.

Guldbollen (herrpriset i fotboll) delas ut sedan 1946 och Diamantbollen (dampriset i fotboll) delas ut sedan 1990.

Faktaruta 2: Färdtjänst

I Sverige kan den som har en kronisk eller långvarig funktionsnedsättning som gör att hen har svårt att använda den allmänna kollektivtrafiken ansöka om och beviljas färdtjänst. Den som anser sig ha behov av färdtjänst ansöker om detta i den kommun där hen är folkbokförd. Resorna med färdtjänst sker antingen med taxi eller specialfordon – så kallade handikappbussar. Färdtjänstresor samordnas i möjligaste mån, det vill säga flera resenärer åker tillsammans, något som ofta får till följd att tiderna för resorna förskjuts. År 2016 har omkring 318 000 personer färdtjänsttillstånd. Dessa gör tillsammans cirka 11 miljoner resor per år. Antalet resor med färdtjänst har till följd av olika orsaker sjunkit under de senaste åren. Till en del kan minskningen av resor förklaras med att den fysiska miljön blivit mer tillgänglig för personer med funktionsnedsättning. Minskningen av resor har dock också med besparingar att göra. Många kommuner har blivit mer restriktiva när det gäller att bevilja färdtjänst.

Faktaruta 3: Hemtjänst

I Sverige kan den som på grund av ålder, sjukdom eller funktionsnedsättning har

svårt att klara sig själv i det egna hemmet beviljas hemtjänst. Hemtjänsten som är behovsanpassad har till uppgift att hjälpa till med praktiska saker såsom städning, matlagning, tvätt och inköp. De med större vårdbehov kan också få hjälp med av- och påklädning samt personlig hygien. Precis som när det gäller färdtjänst är det kommunerna som ansvarar för hemtjänst. Undersköterskor och vårdbiträden är de två vanligaste yrkesgrupperna inom hemtjänsten. Även sjuksköterskor, sjukgymnaster och arbetsterapeuter är i olika omfattning knutna till hemtjänsten.

Gissa!

Vems är citatet?

Vilken känd svensk fotbollsspelare har sagt:

“Man kan ta en kille från Rosengård, men man kan inte ta Rosengård från en kille“