

# Friskare och stoltare som röster i radion

Publicerad: 15 december 2008, 08.35.

**SÄNDNING. Över sorlet i Södermalms mode- och krogätaste område höjs –understundom en avvikande röst. Radio Totalnormal sänder sin mix av musik, poesi och diskussioner om psykisk ohälsa, som radiomakarna har egna erfarenheter av.**

**Showtime.** Det glittrar om den kitschiga lampan och Radio Totalnormals sjätte direktsändning rullar snart igång i matsalen på Fountain House. Utanför huset, på Götgatsbackens hipa krön är det livligt. Inne i matsalen, några trappor över gatuvimlet undrar producent Idji Maciel vart alla medverkande håller hus. Programledaren Cathrine Loford ber om vatten och ger teknikern Gustav Sondén instruktioner: "När jag säger kram och hej i slutet, då höjer du upp". Radiosändningarna börjar bli en avslappnad rutin nu, en efter en droppar publik och medverkande in, bänkar sig framför teknikerbordet och förser sig med kaffe och kokosbullar som står framdukat.

Sedan Radio Totalnormal premiärsändes den 2 oktober 2008 har kärntruppen av radiomakare – omkring 50 personer – vänt och vridit på frågor kring psykisk ohälsa, ställt frågor till folk på stan i förproducerade inslag och debatterat i direktsändning. Det har lästs poesi, sjungits och spelats allt från psalmer och schlager till temat i dagens program som sträcker sig från "bluegrass till

## Fakta Radio Totalnormal

Programmet sänds torsdagar kl. 14–15.30 i Stockholms närradio 101, 1 Mhz. Det startade i oktober 2008. Initiativtagare och producent är Idji – Maciel som inspirerats av argentinska Radio Colifata (Radio Galen) som sänds från ett mentalsjukhus i Buenos Aires. Det – Argentiska programmet lockar många lyssnare och har fått stor uppmärksamhet i – andra medier, bland annat för samarbetet med artisten Manu Chao.

Radio Totalnormal drivs med anslag från Allmänna Arvsfonden som tilldelat verksamheten 900 000 kronor för det första året. Två personer jobbar deltid med projektet.

rockabilly” enligt musikredaktör Bror Christer. För Cathrine Loford är showtime ett centralt begrepp. Med säker ton och improvisationsförmåga lotsar hon lyssnarna genom programmet, håller koll på inslag och gäster. Reseberättelser från tiden som mimartist i Schweiz och Tyskland, fakta och reflektioner kring länder och världsdelar sprängs in däremellan.

**Men den säkra attityden** och livsglädjen har inte alltid varit så självklar. För fyra år sedan befann sig Cathrine Loford i en svacka. En livskris som följde efter en skilsmässa, därefter ännu en bruten relation och så moderns död.

– De här faktorerna gjorde att jag tröttnade på livet. Jag tappade hela självkänslan. Sen började jag komma hit till Fountain House, berättar hon över en cigarett före sändning.

– Men det var skämmigt att komma hit första gången. Jag ville inte bli förknippad med psykisk ohälsa. Det kallas skam. Men där har jag ändrat inställning.

Många av de fördomar om psykisk ohälsa som i Radio Totalnormal lyfts upp till diskussion, bar Cathrine Loford själv på: hon, en parant blondin som jobbat som dansare, mimartist och värdinna ute i världen. Vad hade hon på Fountain House att göra, liksom?

– Men allt det tog de ur mig här, säger Cathrine Loford och växlar rappt över till en karaktäristisk snutt ur sin showtime repertoar: en kompis i Göteborg sade att jag surfat genom livet på en räkmacka. Men vadå, då får man ju majonnäs på fötterna.

Rökande Fountain Housepersonal och radiokolleger runtomkring svarar med ett asgarv vid innergårdens rökbord där vi sitter.

**Så blir Cathrine allvarlig**, sippar på sitt kaffe och berättar om vägen tillbaka från

**Radio Totalnormal sänds** från Fountain House på Götgatan 38 i Stockholm, ett mötes och aktivitetshus för personer som lider av psykisk ohälsa. Fountain Houseverksamheten Startade i New York 1948 av före detta mentalpatienter och det finns i dag över 400 klubbhus världen över.

**Andra radiosändningar med liknande inriktning:**

- Radio Tokholm, måndagar 20–21.00, Stockholm 88, 9 Mhz
- Radio Galen, Lund, måndagar 19–20.00, Lund 99, 1 Mhz.

svackan och hur hon gjorde för att bygga upp självkänslan på nytt.  
– Jag började städa och sortera "The Cathrine Loford Story", boken om mitt liv. Skulle den verkligen få så snöpligt slut som självmord vid 46 års ålder? Nej!

**Runt askkopporna på Fountain Houses** bakgård finns också tvillingarna Anne-Marie och Lillemor Risberger. Under artistnamnet Systrarna Sisters uppträder de regelbundet i Radio Totalnormal. Sina gitarrer har de haft sedan barnsben och förhållandet till musiken beskriver Anne-Marie Risberger med att "det här är vårt liv".

Maciel presenterade projektet. De hoppas, liksom många andra av de medverkande, kunna bryta fördomar som de själva utsatts för genom livet. Och historierna de bär på är många. I sökandet efter en kristen församling har de flera gånger kastats ut. I slutet av 70-talet var det från en frikyrka på Söder. Prästen, som fick veta att systrarna levde på socialbidrag, förklarade att "vi vill inte ha några parasiter här".

– Tack för oss, sade vi och gick, berättar Anne-Marie Risberger som tillsammans med systemen dessutom blivit utfrysad från Pingstkyrkan efter anklagelser om att vara lesbiska.

När livet känns tungt kommer oroliga tankar om att förlora varandra eller plötsligt bli bostadslösa. Anne-Marie brister i gråt bara av att tala om det, men Lillemor tar vid och berättar om motstrategin:

– Då ringer vi vår vän Kerstin. Hon säger alltid till oss att "det ska vara lite jävlar anamma". Då känner vi att det är dags att gå vidare.

– Och så har vi haft stor hjälp av Mia Törnbloms böcker om självkänsla. Släng offerkoftan, som hon brukar säga, förklarar Anne-Marie.

**För Henrik Larsson Bauman** innebär medverkan i Radio Totalnormal ett sätt att både agera kreativt och intressepolitiskt. Han menar att kreativa rusher kan ha terapeutisk verkan och just nu är det gitarrspelande som ger honom mest. I sändningen framför han både en gospelsång och diskuterar schizofreni, något han själv har erfarenhet av.

Henrik Larsson Bauman är kritisk till den tunga medicineringen. Den slår ut beteenden, skaparkraft och kan enligt honom närmast liknas vid kemisk lobotomering. Genom att sitta i samverkanmöten mellan socialsekreterare och patienter hemma i Nynäshamn har han också möjlighet att driva det han just nu tycker är viktigast: att unga, psykiskt sköra kommer ut i livet.

– Om man kommer ut kan man släppa mycket. Just nu sitter många och dricker kaffe och klagar på sina mediciner. Det upptar deras tid

att snacka om "nu ska jag höja dos, byta till ny" och så vidare.

Henrik Larsson Bauman tycker också att de senaste årens uppmärksammade våldsdåd där gärningsmännen visat sig lida av psykisk ohälsa skapat misstänksamhet mot människor. Att händelserna också riktat strålkastaren mot brister i vården, ser han som en paradox.

- **Redan där är det ju problem.** Måste folk få spel och slå ned någon för att resursfrågan ska komma på tal? Räcker det inte att folk mår dåligt för att man ska satsa på vården? Och de flesta våldsbrott begås ju faktiskt av folk som inte är sjuka.

Han får medhåll från radiokollegan Håkan Eriksson, som också tillbringar mycket av sin tid på Fountain House.

- Flera psykkliniker är på väg att stänga. "Vi ska spara här och där", säger politikerna. Men vart ska patienterna ta vägen?

Håkan Eriksson tar ofta på sig en slags handledarroll för nya som kommer till Fountain House. I Radio Totalnormal talar han ofta om barnens perspektiv, om mobbning och knyter an till sin egen uppväxt. "Har vi glömt bort att barnen är vår framtid? Tar vi barnen på allvar, eller underskattar vi dem?" läser han i sändningen, och drar dessutom igång en diskussion om kyrkans syn på könsneutrala äktenskap.

När veckans program närmar sig sitt slut kan Cathrine Loford inte låta bli att släppa sitt manus, hoppa upp från sin stol och mima till Carolas Fångad av en stormvind. Sedan avrundas programmet med Frank Sinatras It was a very good year.

**Möjligheten att höras i etern** skulle ge Radio Totalnormals redaktion styrka och kraft. Det var Idji Maciels grundtanke när hon drog igång projektet. Och efter att Cathrine Loford avannonserat veckans program med "kram och hej" berättar Idji hur hon redan sett hur flera av de medverkande gått från blyghet till att kliva fram och ta större plats.

För Anne-Marie Risberger kan programmet i bästa fall ge en dubbeleffekt i form av förståelse både utifrån och förståelse för sig själv.

- Jag hoppas på mer tolerans från samhället. Att vi är okej, trots att vi till exempel klär oss annorlunda, för det märker jag att vi gör, och det kan vara en tröst att veta varför.

**ÜLKÜ HOLAGO**

08-13 54 76

[ulku.holago@svd.se](mailto:ulku.holago@svd.se)