

Sivan blev helt utslagen efter sin stroke

Jag fiskar mig frisk



Hunden Orvis följer gärna med Sivan på fisketurerna.

Sivan Jansson

Ålder: 62 år.

Familj: Maken Leif och hunden Orvis.

Bor: Älvkarleö bruk.

Gör: Driver Sivans Fiske (www.sivansfiske.com).

och pigg igen

Sivan drabbades av svår hjärntrötthet efter en stroke och hade problem med balansen. Men när hon står i älven med sitt fiskespö känner hon sig stadig och stark. Att fiska är Sivans sätt att läka och får hon napp är det bara en bonus.

Text: Lina Norman **Foto:** Pernilla Wahlman

Hon tappar ord, kan bli hjärntrött och minnet sviker ibland. Sivan Jansson räknar upp svårigheter hon fortfarande tampas med till följd av den stroke som hon drabbades av 2011.

– Men man lär sig liksom vad man klarar av och inte, berättar hon.

På en gräsplätt intill Dalälven fäster Sivan en tubfluga på sitt spö. Efter stroken kom det stora fiskeintresset att bli än mer betydelsefullt.

– När jag berättade på hjärnrehab om min passion för flugfiske sa de att det inte fanns något bättre sätt när det kom till att träna. Att vada i vatten stärker balansen och att binda flugor är bra för finmotoriken.

Sivan, jämtlänning som nu bor i Älvkarleö bruk, fiskade en hel del redan som barn – så som man gör med familjen i Jämtland. Men det var när hon träffade sin man som intresset för flugfiske tog fart.

– Det första han sa var att han var laxfiskare. Jag flyttade till Stockholm som 18-åring och hade saknat naturen utan att förstå det. Jag gick en kurs i laxflugfiske och fick upp en lax första gången! Man brukar annars säga att det tar ett par tusen kast.

Sivan ler en aning när hon lägger till:

– Efter det var jag fast. Det var så mitt fiske i vuxen ålder började. En tid senare hörde jag att Sportfiskarna sökte kvinnliga flugfiskeinstruktörer. För första gången träffade jag tjejer som flugfiskade och vi blev ett team på tre som höll kurser tillsammans. Det var kul!

Mådde inte bra

När Sivan sommaren 2011 märkte att något inte var som det skulle med hennes vänsterarm bodde hon och maken fortfarande i Stockholm.

– Jag arbetade på Sportfiskarna och hade 6–7 kilometer till jobbet. Varje dag gick jag dit och hem. Men i början av sommaren insåg jag att vänsterarmen inte hängde med när jag promenerade. Jag skojade om att jag kanske fått en propp – men det var ingenting jag reflekterade mer över.

Så småningom började fingrarna domna och Sivan kunde vakna på nätterna och känna sig yr och illamående.

– Men jag har lågt blodtryck, så jag tänkte: Det är inget. När jag även fick huvudvärk som inte gick över trots att jag tog värktabletter funderade jag på

Vänd



Att vada i vatten är bra för balansen ...



... och att binda flugor är bra för finmotoriken, förklarar Sivan.

Forts från föreg sida

om det kunde vara migrän. Till slut gick jag till vårdcentralen.

Sivan trodde att hon skulle få migräntabletter utskrivna och bli hemskickad. Men då hon i förbifarten nämnde för läkaren att handen domnade bort hela tiden och att hon mått illa, skickades hon vidare till akuten. Efter röntgen kom det chockartade beskedet: Du har haft en stroke!

– På datortomografin hade de sett en hjärnskada. Jag minns att jag svarade: ”Jaha.” Jag ringde sedan jobbet och sa: ”Jag har haft en stroke, men allt är okej, jag kommer snart tillbaka.”

Sivan – som därefter blev inlagd en vecka på strokeavdelning – ler lite snett vid minnet.

– Jag trodde att jag skulle kunna jobba som vanligt igen efter det, men jag var så hjärntrött – jag orkade inte.

Vill hjälpa andra

Tiden som följde provade Sivan att först jobba lite, men när hon kom till hjärnrehab blev hon sjukskriven på heltid. Därefter testade hon alla möjliga varianter: heltid, halvtid, 25 procent, 75 procent.

– De var jättebra på mitt jobb och försökte anpassa mitt arbete. Men jag blev hjärntrött bara av att åka tunnelbana till jobbet – det var så många intryck.

I en samtalsgrupp för hjärn-skadade lärde sig Sivan dock mycket. Och när hon åkte iväg med vänner för att fiska lax gick hon först i lite försiktigt med vadarstav, men redan efter en vecka upplevde hon att balansen blivit mycket bättre. Idag driver hon Sivans Fiske och ordnar fiskeresor och kurser under devisen ”Fiska dig friskare”.

– Fokus ligger på välmående, inte så mycket på att få jättestora fiskar. Jag vill hjälpa människor som sitter inne att komma ut i naturen och varva ner – jag har även utbildat mig till friskvårds-guide. För mig är det väldigt avstressande att vada. Att känna strömmen runt benen är så lugnande. Jag klarar inte av att sitta och meditera – att fiska är meditation för mig. Att bara titta ut över älven som rör sig är också energigivande.

Hunden Orvis springer ut med älvkanten och Sivan gör sig redo att gå i vattnet.

– Jag pratar mycket om säkerhet när jag håller kurs, säger hon. Jag hade en kompis som drunknade. Det är viktigt med flytunderställ och vadarstav. Solglasögonen har jag inte för att se cool ut, utan för att inte få flugan i ögat.

Utöver Sivans Fiske har Sivan även startat Fjällorna – en fiskeförening för tjejer med flera lokalföreningar runt om i landet. Men det var före stroke.

– Kompisarna som jag höll kurser med fick barn och jag blev ensam.

Det var då idén till Fjällorna föddes. Första året, 2003, var vi 45 medlemmar. Nu är

vi mellan 300 och 400. Syftet är att vara en inkörsport till sportfiske. När man känner sig trygg i sitt fiske kan man sedan gå med i sin hemmaklubb. Fast jag har insett att det är viktigt på flera sätt att vi kvinnliga fiskare organiserar oss – för att göra fisket mer jämlikt. Det är till exempel mycket svårare att hitta

fiskekläder för kvinnor än för män.

På väg ut i älven ropar Sivan på Orvis.

– Ska du hänga på, Orvis? Han tycker att det är kul när vi får fisk. Han gillar lax. Det är väldigt roligt att fiska här. Det är mitt favoritfiskeställe här hemma. Det är lätt att vada. Men under sommaren är jag också mycket i Jämtland. Kommer man därifrån vill man alltid tillbaka. Varje sommar åker jag upp till Gimdalen och Gimån. Jag brukar även hålla fiska dig friskare-kurser och må bra-helger där.

Perfekta dagar

Sivan konstaterar att det liv hon nu lever passar henne och hennes hjärna bra. Att vara sin egen gör att hon kan anpassa arbetet efter hur hon mår.

– Just det här lugnet, när du går ut i vattnet, det är det bästa. Det viktigaste är inte att få fisk, även om det alltid är kul. Särskilt roligt är det ju att få upp något man kan äta. Rökt abborre är fantastiskt gott och jag älskar ceviche.

Hur en perfekt fiskedag ser ut har Sivan först svårt att svara på. Hon funderar lite och ler återigen när hon sedan säger:

– Alla fiskedagar är perfekta för mig. Men jag tycker om att fiska med mina syskonbarnbarn. Jag brukar även vara ute med asylsökande i ett projekt länsstyrelsen drivit sedan 2017. Det är jätteroligt! ■

”Lugnet när du är ute i vattnet är det bästa

Sedan Sivan flyttade från Stockholm till landet mår hon mycket bättre. Här med hunden Orvis.



Sivan har varit intresserad av fiske ända sedan hon var barn.