

MAGASIN Torsta

Grönt och läsvärt om jord, skog, djur och vatten

#01 2014



*Det händer
på Torsta*

Evelina på jakt efter lugnet

Ahmed

– en lyckad integrationspilot

**På djupet om
odlad fisk**

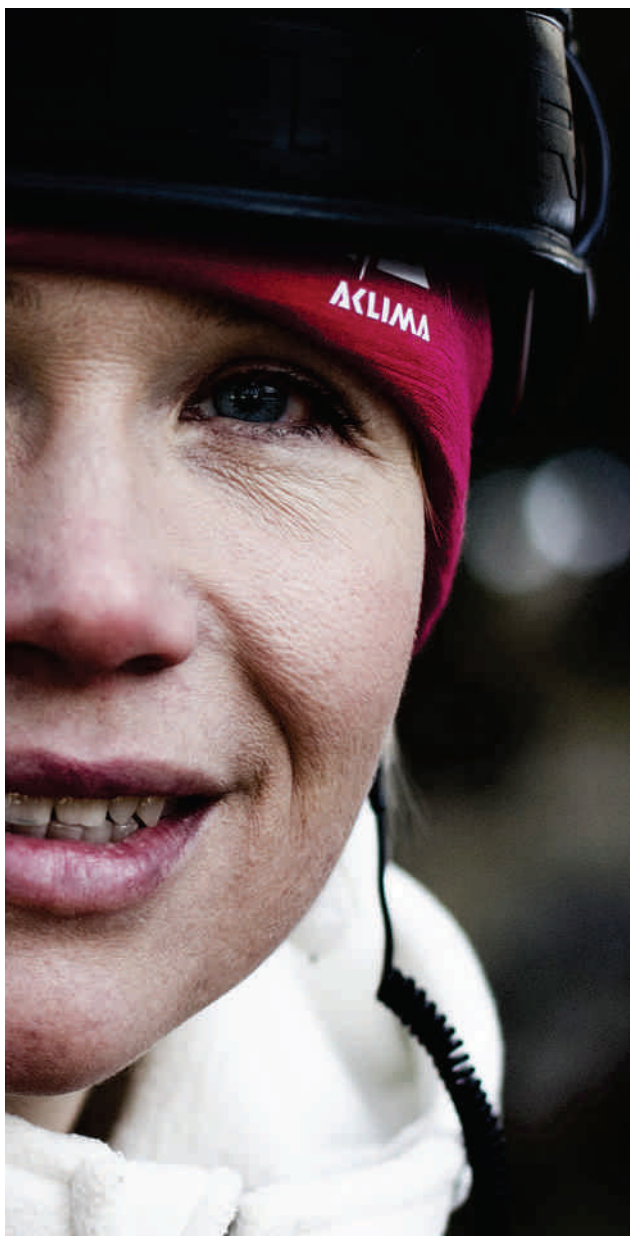
Skogen som hälsoresurs



Skogslänet Jämtland/Härjedalen har länge legat på jumboplats till när det gäller sjukskrivningstal. Samtidigt är skogen den resurs som kan vända utvecklingen. Evelina Åslund är en stark anhängare till idén om skogen som källa till återhämtning, energi och försörjning. Hon är själv ett levande exempel på att det fungerar.

Evelina Åslunds karriär kan beskrivas som en kraftigt kuperad skogsstig. Full av förgreningar, klättring och överraskningar. Ibland har hon rentav gått längs autobahn, som när hon var au pair i Mellanöstern och Europa eller jobbade på olika hotell och restauranger här i Sverige. Men geväret har hon alltid haft på axeln. I alla fall mentalt.

– Jakten har varit med mig sedan jag var liten. Både min pappa och min storebror jagade. När jag var 17 tog jag själv jägarexamen. Det var självklart. Så trots jobben utomlands var jakten viktig. Och älgjakten var helig. Då åkte jag hem, säger Evelina Åslund bestämt.



FAKTA:

Evelina Åslund är jakt- och hälsoguide under företagsnamnet JOY Event Hunt & Health. Konceptet handlar om att kombinera jakt på framför allt skogsfågel och toppfågel med yoga.

De flesta av hennes gäster kommer från Skåne, Bohuslän och Mälardalen. Tack vare regelbunden medverkan, bland annat som skribent, i internationellt jaktmagasin har hon märkt av ett ökat intresse även från övriga Europa.

Rakt in i väggen

Evelina verkar omedvetet ha förberett sig för en karriär som egenföretagare inom jakt- och hälsa. En bra början var jobben och erfarenheterna från kontinenten i kombination med utbildningen Natur- och kulturturism i Ljusdal med fokus på småskaligt företagande. Hon byggde på med en ledarskapsutbildning inom service och turism.

Men det skulle dröja ännu några år innan det blev eget företag. Först skulle hon hinna med att jobba sig rakt in i väggen. Hennes resultatinriktade attityd i ett av länsstyrelsens projekt, kombinerat med separation som småbarnsmamma blev

för mycket. Diagnosen blev utmattningssyndrom.

– Jag blev sjukskriven i ett drygt år, helt personlighetsförändrad. Men det var det som fick in mig på hälsospåret. Att jobba med min egen rehabilitering. Jag ägnade mycket tid på fjället med min hund och hann fundera på vad som är värdefullt i livet. Fjället gav mig en extra lunga och jag orkade tänka framåt.

Hon började meditera, praktisera yoga och mindfulness. En resa till Indien knöt ihop säcken och väl hemma ville hon pröva livsdrömmen och starta någonting inom jakt. I samma veva köpte familjen ett fjällskifte.



Jakt på skogsfågel eller toppfågel är populärt hos Evelina Åslunds kunder. Hundarna är alltid med.

Blev egenföretagare

Helt plötsligt föll flera bitar på plats. Hon gick en kurs som skulle stötta kvinnor att hitta sin potential som företagare och kort därpå en utbildning för sjukskrivna som fokuserade på tankens kraft, sponsrad av Mats O Sundqvist. Hon blev friskskriven, stark och motiverad.

– Att göra det man får lust av, gör att man kommer tillbaka fortare. Det är vetenskapligt belagt. Jag ville kunna erbjuda det med min kombination av jakt och hälsa. Och även attrahera tjejer. Hittills har jakten varit lättare att sälja, men att använda skogen och jakten som resurser för hälsa och rehabilitering är ett spår jag jobbar vidare på.

Evelina är långt ifrån en blåögd amatör på området. Förutom hennes egna erfarenheter som sjukskriven, har hon även ägnat sig åt studier i miljöpsykologi, hälsa och rehabilitering. Och hon har följt regionala rehabiliteringsprojekt med stort intresse.

– Sveaskog och SLU drev tillsammans med

några andra aktörer ett lyckosamt projekt med rehabiliterande verksamhet i skogen. Tyvärr tog pengarna tog slut och projektet lades ned, men en hel del användbara fakta kom fram. De fick goda resultat.

Outnyttjad resurs

Evelinas kunskaper har breddat hennes syn på skogsbruk. Det finns fler resurser i skogen som inte har utnyttjats ännu.

Därför är det viktigt att skogen inte reduceras till råvara och kapital. Det ger en snäv skogsvård, som påverkar artrikedomen negativt. Att äga skog går inte att likställa med att äga aktier. Skogsspekulanter har ett större ansvar.

– Skogen är långsiktig investering. Den behöver vårdas och brukas för att skapa god tillväxt. Rönjning borde vara ett krav för alla skogsägare. Det höjer värdet samtidigt som skogen går att använda till annat. GROT bör tas till vara på ett lämpligt sätt. Och det behövs skog av alla typer och åldrar. Det gynnar både jakt, industri och turism. 🌲

“Fjället gav mig en extra lunga och jag orkade tänka framåt.”