

Funktionsrättspodden

Säsong 2, avsnitt 6: ettårsjubileum!

Karin Aronsson och Johanna Sommansson: Hej och välkomna till FUNKTIONSRÄTTSPODDEN!

Karin: Och idag är ingen vanlig dag utan idag firar ju podden ett år!

Johanna: Skål för det!

Karin: Skål!

Johanna: Vi har laddat för poddfest här i studion och vi tänkte blanda lite återblickar men tänkte också prata om vad har vi för highlights under året och titta tillbaka på vilka intressanta samtal och vad många fantastiska gäster vi haft. Det kommer att bli ett fullmatat avsnitt med en massa kul tillbakablickar men vi ska också blicka lite framåt. Så ska vi också prata om Järvaveckan som hände ganska nyligen. Häng med! Det blir ett fullmatat avsnitt idag.

Karin: Ett år sedan vi startade den här podden. Det är ju helt fantastiskt, så mycket som har hänt och vi får ju ändå sätt det i kontext att när vi började spela in den här podden så var det i början av pandemin. Vi tänkte: - Äh, det går snart över, vi är snart igenom det här.

Nu är vi här ett år senare, vi jobbar fortfarande hemifrån och det finns fortfarande restriktioner i samhället även om de har börjat lättas upp lite grann. Men, jösses alltså, vilken tid.

De flesta som varit med i podden har varit det via digitala inspelningar. Det är ju fantastiskt vad tekniken har kunnat möjliggöra för oss. Men åter igen - Funktionsrättspodden - ett år! Det är ju häftigt! Vi har haft väldigt mycket kul, vi har diskuterat väldigt många frågor. Så vi vill börja med att rikta ett stort tack till alla våra gäster som har medverkat i podden. Så vill vi rikta ett särskilt tack till Annelie som jobbar på Funktionsrätt, Stockholms läns kansli och som klipper den här podden. Med det sagt Johanna, minns du första avsnittet?

Johanna: Ja, det gör jag ju verkligen! Podden startade ju när coronapandemin hindrade oss från att träffas och vi tänkte ju hur gör vi nu intressepolitik? För det är ju det vi brinner för att göra, nå ut till våra förtroendevalda och våra medlemsföreningar. Så då startade vi en podd. Vi satt i studion första gången och då utlyste vi faktiskt en

tävling i sociala medier för vi visste ju inte vad podden skulle kunna tänkas heta. Vinnare i den här tävlingen med poddnamnet hette Lisa Ståhl från Huvudvärksföreningen och så här lät det när Lisa var med i vårt första poddavsnitt:

Lisa: Hej! Vad kul att jag kunde vara med och bidra. Jag tycker att ert organisationsnamn Funktionsrätt säger så mycket om vad det handlar om. Själva begreppet handlar ju om rättigheter.

Johanna: Som ni hörde i klippet så har vi Lisa att tacka för det här snitsiga namnet - Funktionsrättspodden.

Jag tänkte att vi skulle gå igenom alla olika ämnen som vi har behandlat. Kanske har du missat ett avsnitt som skulle passa dig? Sommaren är här och vi behöver lite godbitar för själen.

Karin: Det behöver vi verkligen och vi får ju inte glömma bort att vi har ju pratat mycket om pandemi, pandemi, pandemi, men de har ju också gjort att poddlyssnandet ju har ökat väldigt mycket så att är det något ni blir nyfikna på, då kan ni ju gå in i efterhand och lyssna. Alla avsnitt finns där poddar finns och på Spotify, så där kan ni hitta dem.

Karin: I Funktionsrättspoddens andra avsnitt fick vi träffa Annika som är Funktionsrätt Stockholmsläns ordförande. Vi pratade också om frågor som handlade om normkritik och vi snackade om utegym, natur och friskvård. Det jag särskilt tar med mig är när Annika pratar om funktionsrätt och vad som är funktionsfel. Lyssna här så får ni höra vad Annika berättar:

Annika: För att definiera funktionsrätt skulle jag vilja utgå ifrån funktionsfel. Funktionsfel blir det när vi inte inkluderar alla när vi tänker hur vi ska bytta upp sjukvård, kultur, arbetsmarknad och liknande. Funktionsrätt betyder att man anpassar och från början tänker: Hur blir det om vi gör så här? Blir det bra för mig så blir det bra för dig. Det blir väldigt tydligt under den här coronapandemin hur det är att ha en funktionsvariation. För om man inte klarar av att ställa om till digitala funktioner så utesluts man.

Karin: Då har vi kommit till avsnitt 3 och där markerade vi det första stora framsteget vi gjorde när det gäller corona och att skydda våra patientgrupper. Så här lät det i podden när vi berättade om vårt stora framsteg:

Vi skrev ju en skrivelse. Tidigare har ju Region Stockholm beviljat sjukresor för personer som är över 70 år, men nu är det så att vi har fått svar på skrivelsen och de har fattat beslut om att resor ska gälla även för personer som hör till riskgrupper.

Johanna: Det här var ju ett tydligt exempel på att idogt arbete ger resultat. Vi på Funktionsrätt Stockholms län vi tar inte rättigheter för givet utan vi arbetar för dem varje dag.

Karin: Vi hade ju också temaåret 2020, funktionsrättighetsåret. Det blev ju också ett återkommande tema i podden där vi verkligen lyfte rättighetsfrågor och rättighetsperspektiv. När vi kommer in på avsnitt 4 då pratar vi om normkritik med Lo som är funkisaktivist och har jobbat med projektet "Jag är berättaren". Där diskuterar vi just det här med att ord är makt och att äga sitt epitet. Vi pratade också om att beskriva hur det är att kämpa varje dag för sina rättigheter och att kunna delta i samhället på lika villkor. Lo läste ju en fantastisk text som heter "Till handläggaren", där Lo bland annat säger: Om du skulle förstå, då förstår du att det blir kaos inuti mig varje dag. Jag lyssnade på det här avsnittet igen, nu inför att vi skulle spela in den här poddfesten. Precis när Lo läste upp det så blev jag rörd och jag blev rörd igen för det är så himla fint. Det beskriver den utveckling och den kamp som många personer med funktionsvariationer utkämpar varenda dag. Jag tänkte vi skulle lyssna litegrann på när Lo pratar om just att ord är makt:

Johanna: Lo, kallar du dig för funkis?

Lo: Ja, ord är makt och ordet funkis kommer inifrån rörelsen.

Karin: I avsnittet så sätter ju Lo verkligen fingret på det här med rättighetsbärare och hur det fungerar i samhället på så många olika sätt. Jag tänker också att det viktiga som projektet "Jag är berättaren" inom RFSL:s stockholmsprojekt HBTQ-hänget där de pratar om representation. Att det inte finns en enda bok på lättläst svenska av funkisar och att de åtgärdade detta. Superbra och så himla inspirerande att vi hittar ett problem och vi gör något åt det, själva. Superbra avsnitt där vi verkligen gick på djupet där och diskuterade och hade ett jättefint samtal. Väl värt en lyssning.

Johanna: Då har vi kommit till avsnitt 5 som handlade om hjälpmedelsfrågan som har varit högaktuell under året som har gått eftersom det har skett en hel del förändringar, inte av det positiva slaget. Vi på Funktionsrätt Stockholms län har jobbat med hjälpmedelsfrågan på flera nivåer så vi ägnar ett helt avsnitt åt detta eftersom det är en angelägen fråga för så många av våra medlemmar. Gästen i detta avsnitt var Carina Pahl Skärlind från RBU, hon är även förtroendevald i hjälpmedelsgruppen som vi har internt här på Funktionsrätt Stockholms län. Så här lät det när Carina kom in och berättade om sina erfarenheter av hjälpmedelsfrågan.

Carina: Det här är inte en enskild händelse. Vi lever ju i omständigheten om många olika beslut som duggar ganska tätt just nu för dig som lever med någon med funktionsnedsättning. Så det här känns som ytterligare ett berövande av de rättigheterna som man ju tänker bara ska gå framåt och bli större och bättre och mer självklara om vi då tänker att barnrättskonventionen till och med har blivit lag i Sverige och att det återigen sker utan en riktig samverkan är också väldigt märkligt. Att man inte medvetet kanske vill ha in konsekvensen av det beslut man fattar, för då är det ju mycket enklare också, då är det ju bara siffror på ett papper att fatta ett beslut om. Så jag tycker att den här processen när beslut fattas är skrämmande. Det är ju inte så att vi har valt att ha hjälpmedel eller Meja är jättepepp på alla hjälpmedel som hon behöver för att kunna leva sitt liv såsom hennes bara ett år äldre syster gör. Eller alla hennes klasskompisar i den skolan hon går. Hon behöver ju gästöd och sittstöd. Hon behöver stöd på toaletten, i duschen, när hon sover. Hon behöver rullstolar för att kunna ta sig fram. Det är ju ingenting som är vare sig särskilt vackert eller som gör att man inte står ut. Så hon skulle gärna leva sitt liv utan hjälpmedel om det gick. Men nu är det ju inte så och för henne är ju hjälpmedlen ben, armar, röst. För andra kan det ju vara hörsel, syn, allt som gör att man kan leva sitt liv på samma villkor som andra. Så det är ju ingen valfråga.

Johanna: Såsom jag kan summera detta är att Carina som funktisförälder också är representant för väldigt många funktisföräldrar som är medlemmar i RBU och har ju upplevt att det ifrågasätts, det skärs ner och deras behov inte tillgodoses. Enligt funktionsrättskonventionen så är det Regionens uppdrag att alla som har behovet ska ha adekvata hjälpmedel. Det är en rättighet. Det är ingen som vill ha hjälpmedel hemma egentligen men har vi det behovet så ska det finnas, det ska tillgodoses enligt Funktionsrättskonventionen.

Karin: Verkligen! Det jag tyckte sög tag extra mycket i mig i just det avsnittet var när Carina sa att hennes dotter har ont i magen när hon ska till hjälpmedelscentralen. Jag tror att det är det man behöver prata om också, effekterna av beslut. Det vi kan säga nu är ju att politikerna har hörsammat vårt intensiva intresse och politiska arbete. Både Funktionsrätt Stockholms län men också många av våra medlemsorganisationer som har jobbat stenhårt för att den här frågan ska ändras. Nu i maj bestämde Hälso- och sjukvårdsnämnden att göra en översyn av vilka effekter de är besparingskraven har fått. På senaste samverkansrådet fick vi lite statistik och de såg vissa minskningar inom förskrivningar av elrullstolar men också fotinlägg som har börjat kosta pengar. Där såg de en minskning från december när man jämförde med mars. Det var en minskning med 41% så det är

ju en jättestor minskning av antalet förskrivna fotinlägg. Effekter har det fått och nu ska vi påverka så att vi får tillbaka högkostnadsskydd med mera.

Karin: Nu har vi kommit till avsnitt 6. Där pratade vi ju med Per från Autism- och Aspergerföreningen om rättighetsartiklar. Mycket rättighetsbaserat arbete och också hur vi arbetar mot Region Stockholm som arbetsgivare och vad de har för ansvar som en av Sveriges största offentliga arbetsgivare. Per har en fantastisk förmåga att beskriva olika frågor. Han pratar bland annat om att han ser positivt på arbetsmarknaden, trots att han har gjort olika satsningar och att han nu har bytt bana. Han tycker att det behövs olika lösningar. Det håller ju vi verkligen med om för en lösning passar inte för alla utan vi behöver hitta lösningar som funkar för olika personer. Han pratar också om coacher som är superintressant. Lyssna här så ska ni få höra:

Per: Nu framför allt när vi är mitt uppe i en pandemi så har vi märkt att det har blivit lite svårare. Många av de som är placerade på daglig verksamhet eller andra arbetsmarknadsstödsinsatser, de har ju näst intill blivit indragna. Så här finns det ju verkligen mycket att göra. Framför allt också när vi kommer ur den här pandemin. Att man tänker på den här gruppen som ibland kan vara en ganska sårbar grupp och det kan behövas stöttning för att kunna få kanske det här första jobbet och kunna komma till det. Där tror jag att vi måste ligga på lite mer gentemot företagare, arbetsgivare, arbetsförmedling men också de här olika coacherna som finns. Det finns ju olika coachningsföretag som man kan bli utplacerad på från Arbetsförmedlingen då för att få hjälp att komma ut på arbetsmarknaden. Att de som coachar då har den här specifika kompetensen och kunnandet om den här målgruppen så att de kan lots dem rätt, följa med kanske på studiebesök till arbetsplatser. Låta de få möjlighet att kanske provjobba under en tid. Någon form av praktik.

Johanna: Ja, superintressant! Och vill ni veta mer om arbetsmarknadsfrågor så är tipset att lyssna på avsnitt nr 6. Annars kan jag säga att Per är engagerad i Funktionsrätt Stockholms läns interna arbetsmarknadsgrupp som arbetar med att få fler funkisar i arbete.

Karin: I avsnitt sju pratade vi om tillgängligt friluftsliv med experten Sofia Arnsten som jobbar i ett projekt att tillgängliggöra vandringsleder och naturstråk runt om i Stockholm. Hon berättade bland annat var vi kan hitta tillgängliga vandringsleder och var det längsta taktila ledstråket i Stockholm finns.

Johanna: Det var ju ett avsnitt där vi också pratade om att kunna delta i naturen på lika villkor och behovet av natur.

Karin: Det vi minns tydligt från det här avsnittet var att vi började få en Zoomtrötthet, en digital trötthet. Vi hade varit hemma många månader. Så jag tänker vi lyssnar på det här klippet:

Johanna: Det har ju också kommit ett nytt koncept nu under 2020 som kallas för Zomtröttheten. Har du hört talas om den Karin?

Karin: Nej, det var faktiskt ett nytt ord för mig. Berätta mer!

Johanna: Ja, det är en helt unik upplevelse som man kan få av att sitta i videomöte efter videomöte, efter videomöte, efter videomöte... Det är en speciell sorts utmattning och en trötthet i hjärnan och dessutom tycker jag att det är väldigt bra att i sitt hemmakontor både stå och sitta och växla av. För den här zoomtröttheten tror jag också kommer av att vi sitter still på ett helt annat sätt.

Karin: Det blir ju ett annat rörelsemönster när man jobbar hemifrån eller vistas mycket hemma.

Karin: Värt att notera var att vi hade besöksrekord på vårt digitala årsmöte, både 2020 och 2021 så de digitala utmaningarna är många men vi möjliggjorde ett demokratiskt deltagande genom att möjliggöra tillgängliga digitala tjänster för våra workshops, nätverksträffar och samverkan.

Johanna: Jag tycker att vi skålar för det Johanna! Så fantastisk och att vi verkligen har lyckats ställa om i stället för att ställa in.

Johanna: I avsnitt 8 hade vi Bröstcancerföreningen Amazona på digitalt besök. Där hade vi två kvinnor som lyft frågorna om när kroppen förändras med en diagnos och hur omgivningen reagerar, vad som händer inuti mig och om att ha en diagnos som är osynlig. Det jag fick med mig från det här avsnittet var det vi brukar skilja på, synliga och osynliga funktionsvariationer. Det är givetvis inte lätt med någon av dessa men en osynlig funktionsvariation kan var tyngre att bära på. Så det är väldigt viktigt att man pratar med vänner, bekanta eller som de pratar om i avsnittet, bröstsystrar. Man kan alltså få kontaktpersoner att prata om det här med om det känns svårt att prata med en vän eller anhörig om sina osynliga funktionsvariationer. Det vill jag lyfta från det här avsnittet, våga prata. Det känns alltid bättre när man har vädrat sina funderingar och tankar med en annan person.

Karin: Men det är det jag tänker som är en del också av våra medlemsföreningars verksamhet, att just vara den här viktiga

samlingsplatsen för frågor och funderingar men också ett tryggt rum. Vad kan jag vädra som jag kanske inte vågar ta upp med min familj, närstående eller vän? Det kanske finns frågor som jag inte alls känner mig bekväm med men som jag vågar diskutera i ett forum på nätet eller på ett föreningsmöte. Där fyller ju som sagt våra föreningar ett jättestort behov av att tillgodose alla personer som har olika behov av att prata. Så här lät det i avsnitt 8 när Marie berättar vad funktionsrätt innebär för henne:

Marie: Jag har inte tidigare funderat på vad funktionsrätt innebär för mig men jag har alltid tyckt att alla ska ha samma möjligheter. Till exempel få samma vård inom hela landet. Såsom det ser ut idag med olika regioner så verkar inte det fungera så att alla får samma möjligheter.

Karin: I samma avsnitt var också Therese med som gav en helt annan bild av vad funktionsrätt innebär för henne:

Therese: Jag har alltid ogillat det där att sätta in mig i fack. Om man hårdrar det så är det som att "kvinnor ska tycka om det här och det här och det här och som man ska du gilla det här och det här och det här". Jag köper inte det riktigt utan jag vill ha hela julbordet. Jag vill smaka på allt utan att behöva begränsa mig. Funktionsrätt för mig är att varje individ ska vara precis som den är och få uttrycka sig som den person den är helt enkelt.

Johanna: I varje intervju som vi har i den är podden så ställer vi frågan "vad innebär funktionsrätt för dig" för att illustrera mångfalden av svar som vi får. För vi är alla olika och vi har olika svar på den här frågan och vi blir så mycket klokare av att få höra våra gäster i detta. Eller hur Karin?

Karin: Ja men verkligen! Jag tycker att det är den roligaste frågan. Även om den är återkommande så är det just att vad handlar det om och vad innebär det för vår gäst?

Johanna: Ja men det är fantastiskt, och vi är så nöjda med att den frågan kan följa med oss och vi planerar så klart att den ska fortsätta.

Karin: Vi fortsätter ju den här poddfesten hela det är avsnittet. Nu har vi kommit fram till avsnitt 9 där Huvudvärksföreningen gästade oss. Vi pratade ju med Lisa som var med i avsnitt 1 men nu träffade vi Malin som är ordförande i Huvudvärksföreningen. Det jag kommer ihåg och tar med mig som hon pratade om det var just det här med acceptansresan. Att det inte alltid är så lätt. Du har en funktionsvariation, du ska förhålla dig till den. Det innebär att du kan

rikta aggressioner och framför allt negativa tankar mot dig själv för att du har den här funktionsvariationen.

Jag tycker att Malin beskriver det så himla bra att hon har använt en teknik som heter ACT och att mindfulness är en stor del av den. Jag tipsar er verkligen om att lyssna på hela det här avsnittet. Om ni ligger i hängmattan eller på badstranden eller om ni sitter inomhus. Var ni er befinner er i sommar så tycker jag att det är väl värt. Vi pratar också i avsnittet om FKB och att FKB, funktionsrättskonsekvensbeskrivning har fått genomslag på några av regionens förvaltningar. Johanna pratar bland annat om Stockholms läns sjukvårdsområde, SLSO.

Karin: Vi har ju för övrigt funktionsrättskonsekvensbeskrivning som tema 2021 och under våren är har vi ju genomfört en massa workshops tillsammans med våra medlemsföreningar för att ta fram vad FKB ska innehålla och vi har ju pratat om det i podden. Men jag vill ändå säga skål för vårt temaår. För det är ju så himla viktigt att vi fortsätter vårt arbete med mänskliga rättigheter så, skål Johanna!

Johanna: Skål för FKB!

Karin: I avsnitt 10 så träffade vi Sofie som kommer från Epilepsiföreningen. Sofie är en fantastisk person som lever med funktionella kramper och berättade lite grann om det i podden. Det kan vara jätteintressant för den som vill veta mer att lyssna på det här. Hon pratade också om att hon jobbar som konstnär. Så pratade vi också om hur du ska bete dig när en person får ett epileptiskt anfall. Att vara lugn, att se till så att den ligger på ett bra sätt och kanske tala om var den befinner sig någonstans.

Vi pratade också i det här avsnittet om bidrag. Det var ju så på tapeten då. Vi skulle ju ha ett bidragsseminarium där man får veta mer om intressepolitiskt bidrag och även bidrag för föreningsverksamheter. I det så pratade vi om olika tips och intressepolitik. Det kan man ju verkligen säga har varit en röd tråd genom podden under hela det är året. Vi har återkommit till intressepolitik, återigen och många gånger och på olika sätt. Men den här fick just fokus på bidrag och intressepolitik.

Har du inte lyssnat på det så tycker jag att du ska göra det. Man lär sig jättemycket.

Vi avslutar med ett klipp på när Sofie berättar: Vad är funktionsrätt för henne?

Sofie: Funktionsrätt för mig är att alla människor ska ha samma villkor i samhället. Man ska ha rätt till samma hjälpmedel som alla

andra, man ska ha rätt till samma mediciner även om de kostar mer. Men det ska de inte behöva göra. Funktionsrätt är också väldigt viktigt för mig att det är väldigt viktigt för mig att alla människor i hela Sverige har lika rätt till samma behandling som alla andra i Sverige.

Johanna: Då har vi kommit till avsnitt 11. Det sista avsnittet som vi spelade in handlade om det digitala utanförskapet. Digitala utmaningar men även fördelar med digitalisering när det gäller att kunna möjliggöra möten. Det jag minns allra tydligast från det är avsnittet var när vår gäst från FUB, Conny, berättade om varför han valde att gå med i föreningen FUB.

Conny: Anledningen till att jag gick med i FUB det var ju för att få kompisar. Det som var fördelen med de kompisarna som jag fick i FUB det var ju att de hade samma problem som jag. Så man behövde inte försöka spela någon som man inte var och så utan man kunde vare den personen var med fel och brister och bli accepterad ändå. Det var en av anledningarna till varför jag gick med i FUB. Sedan när jag började jobba på FUB då ingick det ju i mina arbetsuppgifter där att prata och förmedla kunskap om utvecklingsstörning. Prata med politiker och personal och så.

Johanna: Jag tycker att det här illustrerar bra vad en förening kan innebära. Vi bär mycket inom oss, i vår acceptansresa med våra diagnoser och det vi lever med, våra funktionsvariationer. Att kunna dela den erfarenheten. Det är ovärderligt. Och våra föreningar bidrar med en gemenskap som du inte kan hitta någon annanstans. En skål för alla våra föreningar och att de arbetar som de gör!

Karin: Ja, skål! Det är så fantastiskt också att vi i podden får ta del av alla de är berättelserna och rösterna för vi tycker ju att det är en kanal för att lyssna och får höras. Som vi var inne på, representation. Vem deltar i samhället och varför? Vårt mål är ju att prata om intressepolitik men också att få med röster, perspektiv och idéer. Det är ju det som skapar en härlig mix i den här podden.

En annan sak jag tänker på som vi pratat mycket om är tips. Vi har tipsat om så mycket saker. Vi tipsar om böcker, om utegym, vi har tipsat om allt möjligt. Vi tipsar om hemmagymna med Sofia, vi håller fortfarande på med det. Det är också roligt att vi har kunnat ge en massa tips som förhoppningsvis har gjort ringar på vattnet. Vi har tipsat om andra poddar som Fullrulle. Vi har tittat på vad vi kan hitta på för att aktivera oss och i ett avsnitt pratade vi om hur vi kan göra roliga digitala möten. Tipset där var ju: Ta en rolig hatt!

Johanna: Precis! Men här kommer det bästa tipset inför sommaren. Lyssna igenom Funktionsrättspodden och lär dig mer om frågorna

som vi driver tillsammans. För tillsammans skapar vi innehållet i Funktionsrättspodden. Det är vårt tips. Podda loss och slappa.

Karin: Ja! Vad ser du fram mot i sommar Johanna?

Johanna: Jo, men jag ser ju fram mot det här ljudet.

Karin: Är det plasket från att hoppa i plurret jag hör?

Johanna: Ja! Jag hoppar i plurret väldigt mycket med mina barn men även utan dem så simmar jag gärna och plaskar. I insjöar, hav, anything, you name it!

Karin: Alltså bada på sommaren är ju fantastiskt. Jag ser ju också fram emot en massa jordgubbar. Det är ju ändå något speciellt med de där himmelsgoda röda jordgubbarna när de är solmogna och smälter i munnen.

Johanna: Men här kommer tipset: De bästa jordgubbarna kommer från Öland!

Karin: Ja, så kan det nog mycket möjligt vara. Det kanske finns ett visst behov av källkritik men vi har den uppfattningen här i poddstudion här i alla fall att de bästa jordgubbarna är öländska.

Johanna: Precis, vi står ju med varsin fot i Småland och så slår vi ett slag för Öland i den här podden. Men med det sagt så tackar vi alla som har lyssnat.

Karin: Ja! Så kul och hör av er till oss om det finns något ämne som ni är intresserade av för vi kommer ju tillbaka i höst och då kommer vi ju vilja ha nya gäster, ämnen, frågor och områden att prata om. Så hör av er till mig Karin Aronsson.

Johanna: Eller mig Johanna Sommansson och alla får vara med.

Karin: Allas röster ska höras i Funktionsrättspodden som ni så vill! Tack för idag och tack för att ni har lyssnat på poddfest med FUNKTIONSRÄTTSPODDEN! Vi skålar en gång till va? Skål!