

# Upptäcktsresa i blöjor

03.52 går vi upp, 04.20 bär vi ned Selma till taxin, 06.30 bordar vi planet och 07.30 lyfter vi.

– Himlen har ramlat ned, säger Selma och tittar ned på molnen under oss.

Den som reser med ett barn får lära sig att se saker på ett nytt sätt. Men mer påtagligt är kanske allt man inte ser. Den exotiska omvärlden flimrar förbi någonstans utanför fokus medan föräldrar och barn framför allt ser varandra. Att resa är ett sätt att vara tillsammans intensivare än hemma.

Flygresan till Kuba tar tretton timmar inklusive mellanlandning i Kanada. Att placera en två-och-ett-halvtåring tretton timmar på samma stol kan låta som tortyr, men det är det inte. Det händer mycket på ett flygplan.

Flygvärdinnorna kommer med juice och mat, leksaker och klappar på huvudet. På stolen framför Selma sitter Niki, fyra år. De är bästisar efter 30 sekunder, klättrar fram och tillbaka till varandra och promenerar hand i hand längs gången. Utflykterna varvas med tupplurar. Och safety-on-board-broschyren är en sagobok som pappa Misto får läsa om och om igen.

Tåg ger större frihet än flyg, när det alternativet finns. Selmas första resa gick till Berlin med nattåg från Stockholm. Hon var fyra och en halv månad och vi reste inte för att vi ville utan för att jag kände att jag måste. Jag hade liftat den sträckan så många gånger innan jag fick barn och jag var tvungen att ta reda på om det gick att resa även tillsammans med Selma.

Det gick. Jag var orolig för allt: för att hon skulle bli kidnappad, sjuk, borttappad och för att jag själv skulle bli i stort sett detsamma. Jag låg sömlös på nattåget medan hon snusade i SJ:s syrénlila lakan, jag fick ryggont av allt bärande, och när vi var hemma igen efter fem dagar var jag utmattad. Men glad.

Att resa tillsammans är ett sätt att lära känna varandra, och jag tyckte att jag kände Selma betydligt bättre efter den resan. Vi hade testat gränserna och hon klarade av mycket mer än jag hade trott henne om.

Det fanns en frihet i att hon var så liten, att barnvagnen var hennes säng och att jag bar hennes mat i mina bröst. Jag upptäckte också att den som reser med ett litet barn får hjälp med allt. Vänliga människor lyfter barnvagnen, låter en gå före i kön och möblerar om restauranger. Jag blev en tryggare mamma. Och Selma fick en passion för tåg, för det dunkade ljudet och den omväxlande filmen som spelas upp utanför fönstren.

Från flyget till Kuba ser vi bara moln ända tills vi går ned för landning. Sedan – Karibiska havet, det kanske främsta skälet till vår resa.

Nästa eftermiddag sitter vi där, Selma och jag, med tidsskillnaden tung i kroppen och en mil sand till vänster om oss och en mil till höger.

– Det är mycket bubbel, säger Selma när vågorna vältrar in.

- Vad är det för färg på havet? frågar jag.
- Vitt.
- Och mer?
- Blått.
- Och mer då?
- Svart.

Karibiska havet är grönt bara om man kallar Östersjön blå. För den som ännu inte fått sin färgskala präglad av taubiska försköningar är Östersjön grå och Karibiska havet vitt på vågtopparna, svart vid horisonten och annars – blått.

Vi har hamnat i Varadero, Kubas största turistort 14 mil från Havanna. Hotellet som vi tilldelats på denna ospecificerade resa är en cementklump i bästa öststatsstil men målad kubanskt knallturkos. Städerna kalas på vår whisky när vi inte är hemma, till synes obekymrade om kackerlackorna som bebor vartenda skrymsle.

Varadero är en renodlad turistort, uppförd med Sovjetpengar och stängd för alla kubaner som inte jobbar där eller har anknytning till någon som gör det. Stranden är svår att slita sig från, men i övrigt ser vi inte många skäl att häcka i gyttret av hotell och restauranger. Efter några dagar reser vi därför till Havanna.

Havanna är den mest spännande plats jag besökt sedan Selma föddes. Här känner jag tydligt hur en del av min närvaro på platsen går förlorad för att jag reser med ett barn. De långa nattliga kafésamtalen med de mest framträdande av de lokala filosoferna får till exempel minimeras. Redan när jag pratar för mycket engelska med rumsuthyraren Luis Miguel, som raggat upp oss på busstationen i Havanna, blir Selma arg:

- Tyst! Inte prata så!

Selma ligger fortfarande i stort sett på svensk tid, sex timmar före. Det innebär att jag får ganska bra koll på hur den kubanska natten ser ut från fönstret där jag står med mitt frukosthungriga barn klockan tre på morgonen. Med hjälp av en macka kan vi dock få henne att somna om.

Tidsförskjutningen gör också att Selmas middagssömn, som för henne är den tidiga nattsömnen, blir djup. En eftermiddag när hon somnat i vagnen i Havannas gamla stad, Havana Vieja, passar vi på att slå oss ned på La Bodeguita del Medio. Det var på den här baren författaren Ernest Hemingway hängde många kvällar under de närmare 30 år han bodde på Kuba. En plats som följaktligen förpliktigar till intellektuella samtal:

- Hon har ingen blöja, hoppas hon inte kissar i vagnen, säger jag till Misto.

Men det är precis vad hon gör när vi kommer ut och hon vaknar. Urin över Plaza de la Catedral och så taxi tillbaka till rummet vi hyr. Kläderna åker av, tvättas i handfatet och hängs på tork framför fläkten. Middagen i Havana Viejas salsakvarter ryker, i stället blir det en privat restaurang i den stillsamma överklasstadsdelen Vedado där

vi bor. Marinerat fläsk med bananchips. Och visst finns det en liten lekkamrat som tar med Selma ut till katterna i köket.

Nästa dag tar vi revansch i Havana Vieja. Vi stöter vi ihop med en skolklass, en fyra som leker danslekar, och de drar med Selma i dansen. En virvel av vita blusar, vinröda kjolar och shorts, svarta hårtofsar – och så en liten blondin på vetedegsben. Barnen skrattar, fröknarna ler och Selma stormtrivs.

Efter två dagar i Havanna tar vi bussen tillbaka till Varadero. Samma kväll får Selma våldsamt diarré och hög i feber. Nästa dag ligger hon storögd och stilla på sängen och dricker mineralvatten ur en nappflaska.

– Vilken dag ska vi åka hem till Tomtebogatan? frågar hon.

Sjuk 1 000 mil hemifrån. Lilla tappra upptäcktsresande!

Vi läser Lars H Gustafssons bok "Ungen är sjuk – vad ska vi göra?". Den största risken vid magsjuka är uttorkning, står det. Barnet måste dricka och kissa. Det gör Selma. Nästa dag är febern borta, hon är pigg och vrålhungrig – men fortfarande lika lös i magen. Fram med Lars H Gustafsson igen! Titta på allmäntillståndet, står det där. Så länge barnet är piggt behöver man inte oroa sig.

Vi sätter Selma på en diet av ris och juice. Det bästa vore egentligen läsk, det stillar magen, men Selma tycker inte om bubbel.

Om Selma ska vara sjuk måste vi i alla fall bo hyggligt, så vi ställer Apolloresors representant mot väggen: hur stora ska kackerlackorna vara för att man ska få byta hotellrum? Vad sägs om våra grankottestora? Representanten skakar fram ett bättre rum på samma hotell. Den enda kackerlacka vi får kampera tillsammans med där är inte är större än ett granbarr.

Selmas mage fortsätter att må dåligt och det går virvlar i blöjpaketet, men resten av henne mår bra. Hon fortsätter att utforska hotelltrappor, spana in grisar i gathörnen och testa alla gungstolar hon kommer åt.

Om en del av min närvaro på Kuba går förlorad, genom att jag riktar en så stor del av min uppmärksamhet mot Selma, så blir min närvaro med henne desto intensivare. Hemma är det inte alltid Selmas intressen sammanfaller med mina. Säger hon "sandlåda" har jag tusen "men" och "sen" och "jag ska bara" i beredskap. Men här är det annorlunda. Vi bygger sandslott och det är inte ens tråkigt.

Liksom många barn i hennes ålder är Selma en extremt utåtriktad liten exhibitionist. Människorna här på Kuba liknar henne. Och Selma serverar dem villigt med allt de begär – hon ställer till och med upp när en gammal tantkind sänks ned mot hennes läppar och vill bli pussad, åtminstone när det är tantens tredje försök.

Selma har varit med förr. När hon var ett år bodde vi fem veckor i den lilla byn Loutro på södra Kreta. Selma blev buren över terrasserna vid havet, tanter och farbröder kom med blommor åt henne, hon fick lära-gå-träning av städerskan Svetlana från Ukraina och hon fick spela fotboll i köket på restaurang Kri-Kri med krögarens dotter Metaxia. Hon blev pussad och kramad och iproppad fler kakor än en ettåring mår bra av. Hon trivdes med dessa raka möten som stämde med hennes egen personlighet.

På Kuba är Selma hemma igen. Men efter två veckor är vår upptäcktsresa genom restaurangkök, poollandskap och gytriga gränder slut. Selma sammanstrålar med Niki på flygplatsen, men sedan är de så trötta att de sover nästan hela vägen över Atlanten.

Tillbaka i Sverige blir det raka spåret till barnvårdscentralen med Selmas mage. Yersinia heter bakterien som huserar där. Ofarlig men seglivad. Hon får vara hemma från dagis ytterligare drygt en vecka efter det att vi har kommit hem. Sedan blir hon bra, och då kommer frågan:

– Vilken dag ska vi åka till Kuba?

## **Resa med barn - en möjlighet till gemenskap**

Lifkortet må ha kostat hur mycket som helst, barnet kanske bara vill bygga snögrotta. Respektera det om du ska resa med barn, är rådet från Philip Hwang, professor i psykologi och pappa till fyra pojkar.

En lyckad resa är ett annat rum för familjen, en möjlighet för stressade föräldrar att vara oreserverat tillgängliga för sina barn.

– Detta att få vara med sina föräldrar, att vara en i gänget, kan bli känsla som man kan bära med sig när man är tio och föräldrarna jämt flygger och far.

Vuxna förändras när de reser, och det är nyttigt för barn att se, menar Philip Hwang. Det handlar inte bara om att föräldrarna blir mer uppslupna på grisfesten.

– Jag minns hur det var när jag var liten. Min pappa var en lugn och sansad person hemma, men när vi reste blev han fruktansvärt stirrig. Ta München Hauptbahnhof: "Är alla med nu? Var är alla väskorna? In på tåget alltihop!". Då fick jag ta mycket ansvar.

Blir barn mer fördomsfria av att resa? Philip Hwang betonar att man inte kan vaccinera barn mot fördomar genom att visa dem andra kulturer. Däremot får barn ett avspänt förhållande till omvärlden om de ser sina föräldrar umgås med folk som talar främmande språk och ser annorlunda ut.

I ett mycket fattigt land upplever vuxna ofta en stor osäkerhet. Enligt Philip Hwang vållar sådana kontraster mindre problem för barn, bara föräldrarna undviker att intellektualisera dem för mycket.

– Om man till exempel möter någon som är svårt sjuk i spetälska räcker det med att säga att det är en sjukdom.

Risken får våld är också mer påtaglig i många länder än i Sverige. Philip Hwang har bott två perioder i USA med sin familj.

– Då sade jag till vår yngste son: "Det här landet är jättejättestort med jättemånga människor. En del av dem är knäppa. Därför får du aldrig följa med någon." Sedan pratade vi inte mer om det.

Ska man resa för att ge sina barn minnen för livet? Riktiga minnen, som inte bygger på foton eller berättelser, har de flesta människor inte förrän från tre–fyra–

femårsåldern och då är det oftast abstrakta upplevelser som dofter eller smaker vi minns.

Men en familj som gjort många resor tillsammans kan bygga upp en egen intern resemytologi som bildar underlag för middagssamtal mörka vinterkvällar under många år framöver. I Philip Hwangs familj drar man ofta historien om hur den treåriga sonen sattes i barnvagn med napp intryckt i munnen för att han skulle se ut som två år och åka på billigare flygbiljett.

Psykologen Philip Hwangs tips för en lyckad resa:

- Berätta inte om planerna innan resan är bokad. Förbered sedan barnet men inte för mycket.
- Ta med några saker, t ex gosedjur, som kan skapa trygghet och fungera som barnets länk hem.
- Planera utifrån hela familjens behov. Flacka inte från plats till plats utan respektera barnets behov av lugnare tempo.
- Försök inte hinna med allt. Till och med under en chartervecka kan man ha dagar när man inte gör något särskilt.

Mer handfasta tips:

- Packning:  
Välling finns bara i Sverige.  
Blöjor kan vara svårt att få tag på utanför Europa och USA.  
Ett stort lager våtservetter går åt.  
Paraplyvagnar är svåra att köra på grusvägar och gator med stora hål. En vanlig sittvagn kan vara att föredra.  
Några överraskningspresenter, i form av till exempel Pixiböcker, kan vara bra att ha i beredskap för nödsituationer, som väntan på försenade flygplan och magsjukedagar på hotellet.  
Minimera annars antalet leksaker, det går ändå inte att ta med sig så många att barnet inte tröttnar på dem.
- Flyg:  
Barn under två år åker oftast gratis med charter och mycket billigt reguljärt. De får då ingen egen plats utan får sitta i knäet på en vuxen. De får heller ingen mat. Mellan två och tolv år brukar man få betala halva priset för barn som flyger reguljärt. Med charter blir det vanligtvis fullpris från två år.  
Kolla att barnvagnen fortfarande rullar när planet landat. Här den skadats under resan, anmäl det hos flygbolaget så ersätts skadan.
- Boende:  
Den som ska ordna boendet själv gör klokt i att boka första natten i förväg. Det kan ofta ordnas via Internet.  
På de flesta håll i världen kan man bo privat i olika lokala varianter av bed-and-breakfast. Ofta är det ett boende som passar barn bättre än hotell.
- Sjukdomar:  
Undvik att använda luftkonditioneringen på hotellrummet, den är en säker

förkylningsframkallare.

Minimera risken för magsjuka tvätta barnets händer ofta, gärna med våtservetter. Drick inget annat vatten än mineralvatten. Be att få läsk utan is. Satsa på rykande het mat.

- **Säkerhet:**  
Bitska hundar, farliga eluttag och fallfärdiga balkongräcken i all ära, men den största risken för barn på resa är trafiken. Bilbarnstolar av svensk modell finns knappast bortom charterresemålen och ofta inte ens där.
- **Mat:**  
Ris, bröd, yoghurt och skalad frukt räcker långt för barn som tvekar inför exotisk mat.