

VI KOMMER TILL DIG!

Har du inte gjort en användare än i vår nya digitala kundservice? Då kan du besöka oss på nedanstående orter!

Vi hjälper dig att skapa och komma igång med en egen användare.

TÄVLING!
Du kan vinna
en iPad mini.



Se kommande annonser för info på respektive ort. Varmt välkomna!

Norrbottens
KURIREN

Luleå | Johannes tränar personligheter

Rädslan är modets följeslagare

Luleå

Orationell rädsla kan stå i vägen för många av oss. Det gäller att ta tag i den.

"Fuck your fears", uppmanade utvecklings- och kommunikationskonsulten Johannes Hansén sin publik på universitetet i Luleå i måndags.

Denne 27-åring, från Borlänge i Dalarna, har inspirerat och utvecklat företagare, idrottspersoner, studenter med flera grupper sen han var 21 år.

Ett eget brokigt familjeförhållande och blyghet i ungdomen gav revanschlust och satte honom på banan som inspiratör och utvecklare av tankesätt som ökar mod och kapacitet.

- När jag föreläser kommer det ofta fram personer och säger att "få se nu om du kan inspirera mig". Men inspiration är ju inte något som bara kommer till en. Man måste själv ta ansvar för att vara i sammanhang som inspirerar, träffa inspirerande människor och vara det själv, menar Johannes Hansen. Om man bara tar och inte ger är man en energitjuv, påpekar föreläsaren som på måndagen träffade studenter under LTU:s årliga Entreprenörsvvecka.

- Det jag säger kan ofta upplevas som provocerande att många människor lever ogenomtänkta liv, säger Hansen och får sin publik att



TRÄNA. "Se hjärnan som en muskel, den går att träna, och människor som är modiga är också rädda men de gör saker ändå", säger livsstilscoachen Johannes Hansen. I måndags föreläste han vid Luleå tekniska universitet och dess Entreprenörsvvecka.

skratta igenkännande när han presenterar olika begränsningar vi brukar hålla fram då modet tryter och gamla hjulspår känns alltför trygga för att lämna:

- "Jag har inte tid" "jag ska göra det när/om..." "jag är inte gammal nog", "mitt liv är speciellt", exemplifierar han. Men det går att träna sig ur ett fejt tankemönster, säger han.

- Ja, man kan tänka sig hjärnan som en muskel som man kan träna upp för att bli modigare, säger Johannes Hansen som framhåller att även framgångsrika och modiga människor är rädda men att de "gör det ändå".

Att spela sin ursprungsroll och tro att man måste fortsät-

"Det förflutna behöver inte vara din framtid, man måste utmana sig själv."

Johannes Hansen

ta att vara den personen fram i livet är något han vill ingjuta mod att göra upp med:

- Det förflutna behöver inte vara din framtid, man måste utmana sig själv, förklarar föreläsaren

Elsa Rensfeldt

Polis från länet omkom

Luleå

En polisaspirant från Norrbotten förolyckades då han tränade fridykning i en badanläggning i Skåne.

Olyckan inträffade på måndagskvällen i en simhall i området Västra hamnen, Malmö.

Polisaspiranten är född och uppväxt i Norrbotten. Den omkomnes familj är underrettad om det inträffade.

Vid tillfället hade polisaspiranten tagit sig till Kockum fritids badanläggning för att träna fridykning på sin fritid.

- Han använde vikter. Han

flöt upp då och då, precis som man gör under en sådan övning, beskriver Bengt Nielsen, anläggningschef vid Kockum Fritid.

Låg stilla

Så reagerade en besökare i anläggningen på att polisaspiranten varit länge under vatten. En badvakt kontaktades. Besökaren stötte till polisaspiranten, som låg på 1,8 meters djup, och ingen reaktion märktes.

Då drogs polisaspiranten upp och badvakten satte in hjärt och lungräddning, berättar Bengt Nielsen. En hjärtstartare användes. Ambulans kom och polisaspiran-

ten fördes till sjukhus.

Hans liv gick inte att rädda. - Ambulanspersonalen kom tillbaka till oss och berättade det, säger Bengt Nielsen. Vid badanläggningen har krishantering genomförts.

Polisaspiranten tillhörde polisområde Malmö. Där flaggades det på halv stång på tisdagen. Kuriren har pratat med polisen i Malmö, som hållit förhör med vittnen till händelsen. Inget brott misstänks. Bengt Nielsen reagerar på att mannen tränade fridykning ensam.

- Det ska man inte göra, avråder han.

Stig Nordlund