

Ingemo Bonnier och Leone Milton

B

BLADH by BLADH

HJÄLP! Vi måste prata om rädsla

Vad gör dig rädd?

Är det världsläget? Trump? Terrorismen?

Är du rädd för att flyga? Att dö? Bli påhoppad av någon som gömt sig i en skogsdunge? Drabbas av svåra sjukdomar? Att bli ratad? Inte sedd? Åldras? Listan kan bli hur lång som helst.

Detta är en bok om våra rädslor, hur vi genom att prata om dem gör dem mer hanterbara och lättare att leva med. Får tröst i vetskapen om att vi inte är ensamma.

Det här är en bok som handlar om våra rädslor.

Om hur rädslan för hur världsläget – med oförutsägbara ledare i spetsen – kommer att påverka oss, våra familjer och vårt samhälle. Men den handlar också om andra former av rädsla som vi känner. Som den att gå ensam hem i mörkret en fredagskväll. BRÅ:s trygghetsundersökning från 2016 visar att upp mot 31 procent av kvinnor känner stor oro för att bli utsatta för övergrepp och rån – många väljer att stanna hemma. Rädslan för att möta män i grupp är stor.

I boken ryms också rädslan för att bli fattig, för att åldras och rädslan för allvarliga sjukdomar som cancer, och förlösningsskräck. Rädslan för att inte duga i en relation, att inte hitta någon att dela sitt liv med och ofrivilligt leva ensam tas också upp.

Vi som skrivit boken har, precis som många andra människor, rädslor vi har svårt att bemästra. Men vi

har pratat med många olika experter, och vi har förstätt att den värsta och största rädslan är att inte våga prata om den. I ljuset spricker som bekant trollen.

Eller för att citera Barack Obama: "The sun will still rise."

MEDVERKANDE

Experter, bland annat:

- cancerforskaren Svetlana Lagercrantz
- kriminologen Nina Rung
- juristen Ängla Eklund
- sjuksköterskan och hormonexperten Mia Lundin
- forskaren Stefan Fölster
- nationella chefen för gränspolisens Patrik Engström
- författaren PC Jersild

Men också personer som:

- kampsportaren Auro Inge Ricking
- författaren och krönikören Cecilia Hagen
- journalisten Elisabeth Höglund
- medieforskaren Nina Åkestam
- komikern Bianca Meyer

I boken ryms också kommentarer från kvinnor och män på gatan som försöker övervinna sina rädslor.

OM FÖRFATTARNA:

Ingemo Bonnier

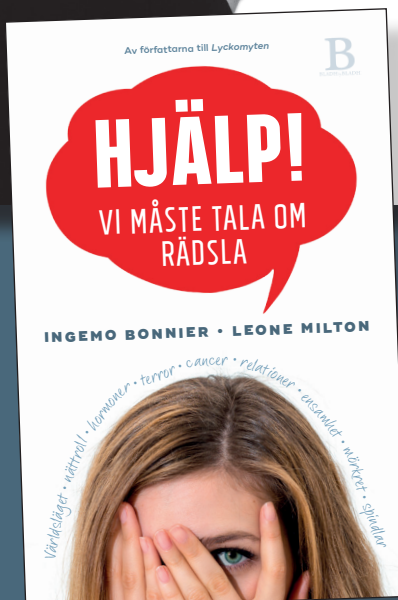
Journalist med fokus på hälsa och medicin som senast författat *Livs-pusslet* samt *Lyckomyten – en arg bok om lycka*.

Leone Milton

Journalist för en rad magasin med fokus på kvinnor. Hon har även skrivit boken *Ta Makten* (OLIKA förlag) som vänder sig till ungdomar samt *Lyckomyten – en arg bok om lycka*.

Foto: Jezzica Sunmo

Foto: Angelica Engström



Författare: Ingemo Bonnier & Leone Milton

Titel: Hjälp! Vi måste prata om rädslan

Omslag: Anders Timrén

Inb. 250 sid

Utkommer i september

ISBN 978-91-88429-36-0



www.bladhbybladh.se