

Art Inside Out #7 Varbergs kommun

Egenomsorg och arvet efter kurorten

april–september 2019



/
Self-Care
Then and Now

Innehåll / Content

Introduktion	3
Om residenset	4
Om kurorten Varberg	5
Egenomsorg, en essä av Mattias Hagberg	6
Konstnärernas arbeten	11
Crystal Z Campbell	12
Henna-Riikka Halonen	16
Eleni Kamma	20
Som en sill i skärgården av Christina Andersson-Wiking	24
Outro	29
/	
Introduction	3
On the Residency	4
On the Health Resort of Varberg	5
Self-Care, an essay by Mattias Hagberg	8
The Work of the Artists	11
Crystal Z Campbell	12
Henna-Riikka Halonen	16
Eleni Kamma	20
Like a Herring in the Archipelago by Christina Andersson-Wiking	26
Outro	29

Introduktion / Introduction

Egenomsorg är ett begrepp som inte används i svenskan, residenset har lånat och översatt begreppet från engelskans self-care som beskriver den enskildas egen hantering av sin fysiska eller psykiska hälsa. Self-care används och undersöks av såväl skönhets- och turistindustri som av mer kritiska praktiker som den samtida konsten.

Vad händer när tre internationella konstnärer undersöker begreppet egenomsorg på en plats som Varberg med sin historia som kurort? Vad händer med dem? Vad fastnar hos dem? Vad tar gestalt? Vad lämnar de efter sig?

Genom sina konstnärskap tog konstnärernas reflektioner och undersökningar form som performance, film, ljud och text. Denna publikation lyfter fram delar av deras processer.

Varmt välkommen att läsa, lyssna och titta på Crystal Z Campbell, Henna-Riikka Halonen och Eleni Kammars arbeten från residenset Egenomsorg och arvet efter kurorten i Varberg!

/

Self-care is a concept that is not used in Swedish; the residency borrowed and translated the term from English, where self-care describes an individual's caring for their physical or mental health. Self-care is used and studied by the beauty and tourism industries as well as in more critical practices, like contemporary art.

“Caring for myself is not self-indulgence. It is self-preservation, and that is an act of political warfare.”

–Audre Lord (1988), author and humanrights activist

What happens when three international artists study the concept of self-care in a place like Varberg, with its history as a spa region? What happens with them? What sticks with them? What takes shape? What do they leave behind?

Through their artistic practices, the artists' reflections and research were expressed through performance, video, sound and text. This publication highlights parts of their processes.

You are welcome to read, listen and look at works by Crystal Z Campbell, Henna-Riikka Halonen and Eleni Kamma from the residency Self-Care Then and Now in Varberg!

[SE]
OM RESIDENSET

Art Inside Outs residens #7 Egenomsorg och arvet efter kurorten tog plats i Varberg och omfattade sammanlagt åtta veckor under perioden 29 april – 8 september 2019.

Konstnärerna Crystal Z Campbell, Henna-Riikka Halonen och Eleni Kamma bjöds in att utifrån sina konstnärskap på plats i kurorten Varberg undersöka begreppet egenomsorg.

Residenset inleddes med en researchperiod på två veckor då konstnärerna tog del av platsens historia genom arkiv, besök på olika platser och genom möten med människor verksamma på kurorten, människor som använt kurorten för egenomsorg och andra som lever och verkar i Varberg.

Researchperioden följdes av en produktionsfas på sex veckor där konstnärerna arbetade och fördjupade sig i tematiken.

Residenset avslutades med två offentliga presentationer, en på den konstnärsdrivna scenen Skogen i Göteborg och en i Varberg där konstnärernas arbeten visades på Kallbadhuset och i Stadshotellets anrika spegelsal (fd Stadshuset) för en i huvudsak lokal publik.

[ENG]
ON THE RESIDENCY

Art Inside Out's residency #7, Self-Care Then and Now, was held in Varberg during eight weeks from April 29 – September 8, 2019.

The artists Crystal Z Campbell, Henna-Riikka Halonen and Eleni Kamma were invited to Varberg to explore the concept of self-care based on their own artistic work.

The residency began with a two-week research period, during which the artists learned about the history of the region through archives, visits to various sites and meetings with people who are active in the spa region, people who have used the spa region for self-care, and others who live and work in Varberg.

The research period was followed by a six-week production phase, during which the artists worked and immersed themselves in the theme.

The residency concluded with two public presentations, one at the artist-run venue Skogen in Gothenburg and one in Varberg, where the artists' work were shown at Kallbadhuset and in Stadshotellet's (formerly Stadshuset) historic hall of mirrors to a primarily local audience.

[SE]
OM KURORTEN VARBERG

Varbergs kurortstradition har en lång historia från allmogens hälsokällor, borgerlighetens kurortsliv, kustsanatorium för tuberkulösa barn, folkligt friluftsbadande och fram till dagens spa-kultur. Den inleddes år 1811 när Svartekällan vid Apelviken i södra Varberg blev officiell hälsobrunn.

En kur kunde bestå i att dricka stora mängder surbrunn, varma och kalla bad, en väl sammansatt kost, promenader i den hälsobringande luften vid havet och aktiviteter i form av gymnastik, tennis eller segling. Vattnet transporterades senare in till Brunnsparken, i centrala delen av Varberg dit människor kom för det stärkande vattnet, som även engagerade badsocieteten och salongerna.

I staden byggdes senare varmbadhus och år 1864 påbörjades byggandet av det första kallbadhuset. Det vackra läget lockade många badturister till staden och badmöjligheterna ökade utmed hela kusten.

Tidigt fanns en övertygelse om att sol, frisk luft och salta bad hade stor betydelse för hälsan och det var ingen slump att läkaren Johan Severin Almer, stadsläkare i Varberg mellan åren 1903–1927, valde Apelviken som plats när han öppnade Kustsanatoriet Apelviken år 1904. Han, och många med honom, var övertygad om att havsklimatet var välgörande för skrofulösa (tuberkulösa) barn. Balneologi, som läran om olika slags bad och deras medicinska betydelse kallas, var på den här tiden en lära under uppseglande.

Till Sverige kom kurortstraditionen via England och orter som Bath, där kurorter formats med inspiration från 1700-talets idéer om den varma källans mysterium. Redan så tidigt som år 43 e. Kr. anlade romarna badinrättningar i staden de kallade Aquae Sulis (dagens Bath). Dessa inrättningar fungerade som intima utrymmen som lämpade sig för filosofiska och politiska diskussioner såväl som för olika typer av kärleksmöten, för vila och för konversation.

[ENG]
ON THE HEALTH RESORT OF VARBERG

Varberg has a long history as a spa and health resort – with the first public health springs, the spa life of bourgeois, the coastal sanatorium for children with tuberculosis, the popular outdoor swimming and today's widely spread spa culture. It all began in 1811 when the Svartekällan at Apelviken, in southern outskirts of Varberg, became an official health spring.

A health treatment could consist of drinking copious amounts of sour water, hot and cold baths, a well-balanced diet, walking in the wholesome sea air and activities in the form of gymnastics, tennis or sailing. The water from Svartekällan was later transported to the central parts of Varberg. The strengthening water attracted people from all parts of society.

Later on, a thermal bathhouse was built, and in 1864 the construction of the first cold bathhouse began. The beautiful location attracted many bathers to the city of Varberg and the bathing opportunities increased all along the Halland's seacoast.

Early on there was a conviction that the sun, fresh air, and salt baths were of great significance for health. It was no coincidence that doctor Johan Severin Almer, city physician in Varberg between 1903 and 1927, chose Apelviken as the site for his coastal sanatorium, which opened in 1904. He, and many others, were convinced that the marine climate was beneficial to children suffering from tuberculosis. Balneology, the science of baths and their medical significance, was at this time an upcoming doctrine.

The spa tradition came to Sweden via England and its health resorts like Bath, where spas were formed with inspiration from the 17th-century ideas about the mysteries of the hot springs. Even as early as 43 AD the Romans set up bathing establishments in the city they called Aquae Sulis (today's Bath). These establishments served as intimate spaces suitable for philosophical and political discussions as well as for different types of love meetings, conversations, and rest.



Ladda ner appen *Look & Listen* via App Store och få tillgång till ljud 🎧 och videoinnehåll via bilderna 👁 i tidningen. Använd hörlurar för bästa upplevelse. Om du använder Android så finns allt video- och audiomaterial tillgängligt i AIO Journal.
artinsideout.se

/
Download the *Look & Listen* app on App Store and access audio 🎧 and video content through the pictures 👁 in the magazine. Headphones are recommended. If you are an Android user all audio and video material is available in AIO Journal.
artinsideout.se/en

”There has never been an altogether simple, ’natural’ body. There has only been a body that is shaped by its social and cultural designation.” – Susie Orbach, *Bodies*, 2009

Vad är en människa?

Frågan har hemsökt människan genom hela hennes historia. Gång på gång har författare, filosofer och forskare närmat sig detta problem utan att kunna leverera något slutgiltigt eller tillfredsställande svar. Det mänskliga, vår mest grundläggande kategori, har porösa gränser. Det förefaller omöjligt att en gång för alla nagla fast vår essens.

I den västerländska kulturen ställdes frågan om det mänskliga för första gången på allvar i det antika Grekland. Parallellt med, och som en konsekvens av den antika demokratins genombrott, började filosofer runt Egeiska havet att intressera sig för det egna varat. Framför allt Platon gav en bild av existensen som kom att ljuda genom historien. Han var den första tänkaren som på allvar splittrade människan i två – en själ och en kropp. I Platons föreställningsvärld, så som han bland annat formulerade den i dialogen *Staten*, var själen något upphöjt och oförstörbart, medan kroppen var något jordiskt och förgängligt.

Platonismen, med dess uttalade dualism, kom att färga kristendomen under de omvälvande århundradena när romarriket föll. Det är lätt att föreställa sig hur denna dubbelhet svarade mot ett djupt existentiellt behov hos dåtidens människor. För dem handlade det om att rädda mänskligheten från det fysiska; från smutsen, hungern, sjukdomarna och döden; från det sena romarrikets omfattande epidemier, svältkatastrofer och politiska och sociala sönderfall. Föreställningen om den odödliga själen erbjöd en flyktlinje, en imaginär väg bort från livets realiteter. Människan blev något annat än sin lidande kropp.

Detta var en tanke som fullbordades under ett av historiens mest omvälvande skeden – den vetenskapliga revolutionen. När astronomer och läkare under 1500- och 1600-talen riktade blicken utåt, mot universum, och inåt, mot kroppens anatomi, blev frågan om det mänskliga akut. Svaret blev en radikal dualism, tydligast formulerad av

den franska filosofen René Descartes. För honom var kroppen enbart en maskin, en sorts behållare för själen.

Resultatet av denna tanke var märkligt: människan är inte sin kropp, hon äger den. Sedan dess kan vi utan problem säga ”min kropp” eller ”jag har en kropp”, som om det fanns en naturlig bodelning mellan jaget och den fysiska gestalten.

Här inträder alltså en logik som de flesta nu tar för given, men som en gång måste ha framstått som svårbegriplig: Kroppen som ägodel, som ett hus eller en maskin som måste förvaltas och kanske till och med förbättras. Bara den som är oansvarig försummar ju sina ägodelar, bara den som saknar förstånd låter sitt hus förfalla.

Är detta egenomsorgens födelse? Är det här, vid denna punkt, som tanken på hälsa och moral, som två sammanhängande entiteter uppstår?

Inte otroligt. Det är åtminstone nu som den moderna medicinen grundläggs, och det är nu som intresset för hälsa för första gången får ett bredare anslag.

* * *

Den vetenskapliga revolutionen var en kris för bilden av den upphöjda människan. Den innebar att hon inte längre stod säkert i centrum av universum. Hon hade förlorat en del av sin härlighet. Men hon var fortfarande den allsmäktige Gudens avbild. Hennes själ befann sig alltjämt ovanför och utanför den sinnliga världen. Hon var, likt sin Herre, transcendent.

Det sena 1800-talet och det tidiga 1900-talet förändrade allt det där. Den upphöjda mänskliga essensen kringkars och utmanades. Attackerna kom från alla möjliga håll; från Charles Darwin och hans evolutionsteori, från Karl Marx och hans idéer om den mänskliga naturen som en spegel av samhällsliga förhållanden, från Sigmund Freud och hans föreställning om det undermedvetnas makt över jaget och från Friedrich Nietzsche och hans avfärdande av Gud. Men också från själva ekonomin, från de industriella- och kommersiella revolutionerna, från de samhällsliga krafter som obevekligen malde ner alla gamla traditioner och alla invanda sociala relationer. Karl Marx och Friedrich Engels lyckades fånga hela känslan i en enda kärnfull mening: ”Allt som är fast förflyktigas, allt som är heligt profaneras.”

Om Gud fram till denna punkt varit människans Herre blev människan från och med nu sin egen mästare. Allt låg, bokstavligt talat, i hennes händer – även välmåendet.

Denna befrielse, från Gud och från traditionen, var tveeggad. Utan religionen och utan ståndindelningen var människan dömd till frihet.

I sin desperation inför denna upplösning vände sig tidens intellektuella – såväl vetenskapsmän som konstnärer och författare – till det kroppsliga, till fysionomin. De upprättade en ny koppling mellan det andliga och det fysiska. Kroppen blev under 1800-talet den yta på vilken själen gick att avläsa. Skallform, hudfärg, ansiktsdrag, längd, vikt – allt blev under denna period tecken på tillhörighet. Med en kroppslig grammatik fyllde den vetenskapliga rasismen, den fysiska antropologin och den nyskapade nationalismen tomrummet efter bondesamhällets fasta struktur.

Därmed blev kroppen något mer än bara själens ägodel, den transformerades till ett tecken på tillhörighet. Den blev ett adelsmärke.

Som ett resultat ökade intresset för hälsa explosionsartat under slutet av 1800-talet och början av 1900-talet. Den expanderande borgarklassen började gymnastisera, ge sig ut på vandringar och besöka kurorter och spaanstalter. Parallellt med detta nyvunna intresse för egenomsorg växte en annan företeelse som kan betraktas som kroppskulturens mörka baksida. 1800-talet var freakshowernas gyllene århundrade. Den nya stadsbefolkningen, såväl borgerskapet som arbetarna, kunde inte få nog av ”defekta” kroppar. De längtade efter gestalter som var ”degenererade” och ”avvikande” mot vilka de själva kunde ta spjörn och säga: ”Detta är inte vi. Detta är inte sådana vi är.” Skäggiga damer, siamesiska tvillingar, mörkhyade dvärgar, tatuerade indianer, överviktiga hottentotter, förvuxna samer... Ja, alla som inte ansågs riktigt mänskliga skulle upp på scen och begapas.

Det är i denna fördomsfulla atmosfär som föreställningen om det normala uppstår. Den belgiske statistikern Adolphe Quetelet myntade 1842 begreppet ”den genomsnittliga människan”, *l’homme moyen physique*, en sorts statistisk kropp som kom att bli tidens förebild.

Vid 1900-talets ingång hade kroppen på detta sätt förvandlats till själens spegel. Människans essens, hennes kulturella och sociala

tillhörighet, gick att avläsa på hennes yttre. Härefter låg naturligtvis något olycksbådande: Om kroppen reflekterade moralen, betydde inte det att svaga och avvikande kroppar också bar på ett svagt och avvikande inre? Under 1900-talets första decennier svepte rashygienien över västvärlden. Degenererade anlag skulle rensas ut med hjälp av sterilisering och inspärning. Det sunda folkaterialet skulle försvaras.

Det var inte någon slump att nazisternas folkdöd börjar med systematiska utrensningar av människor med psykiska och fysiska funktionsnedsättningar.

* * *

Så, vad är en människa?

Eller, annorlunda uttryckt: Vem är en människa?

Den uråldriga frågan är åter aktuell. Samhället befinner sig än en gång i en situation där mänskighetens gränser utmanas och luckras upp. Forskning om genetik, om artificiell intelligens och om förhållandet mellan människa och djur utmanar ingrodna föreställningar. Mänskligheten befinner sig åter vid en intellektuell brytpunkt, inte olik de som inträffade under 1600- och 1800-talen. Gränsen för det mänskliga är porösare än någonsin.

Den bild av det mänskliga som nu framträder inom forskarvärlden är så komplex och motsägelsefull att den är svår att uttrycka på ett vardagligt språk. Ändå finns det några förhållanden som är uppenbara: Människan är, likt allt annat levande, inskriven i geologiska, biologiska och sociala sammanhang som hon inte äger någon makt över. Tillvaron är en svåröverskådlig väv av ömsesidiga beroenden. Frågan är om ordet frihet ens har någon betydelse längre.

Ta bara detta exempel: För att överleva är varje enskild person helt beroende av ett symbiotiskt förhållande med flera kilo bakterier i sitt inre. Utan denna samexistens, inget liv.

Men, våra hjärnor är programmerade för att betrakta världen på ett annat sätt. Vi behöver klart urskiljbara kategorier för att kunna orientera oss.

Därför skrämmer all kunskap som hotar att rasera vår ordning. I brist på annat vänder sig många till det redan kända, till tankar och idéer

som ligger djupt nedlagda i vår kultur. De värjer sig mot föreställningar som pekar på att makten över liv, hälsa och kropp är en chimär.

Egenomsorg blir på detta sätt ett svar på en situation som känns svårbegriplig och svåröverskådlig. Den erbjuder imaginär kontroll, en dröm om att fly livets realiteter: det faktum att vi alla är beroende och dödliga.

Men precis som tidigare är egenvärden en ideologisk och intellektuell fälla. Den vänder blicken från ett förutsättningslöst sökande efter förståelse och mening mot ett egoistiskt självbespeglade.

Mattias Hagberg är kritiker, kulturjournalist och författare. Han har under många år intresserat sig för det kroppsliga, framför allt ur ett idéhistoriskt perspektiv. I flera av sina romaner närmar han sig olika samhällsliga gränsdragningar, som förhållandet mellan normalt och onormalt, friskt och sjukt och civiliserat och ociviliserat.



losophers around the Aegean Sea developed an interest in their own existence. Plato in particular presented an image of existence that came to resound throughout history. He was the first thinker to seriously split people in two – a soul and a body. In Plato’s conceptual world, which he

formulated in the dialogue the Republic, the soul was elevated and indestructible while the body was earthly and mortal.

Platonism, with its expressed dualism, came to color Christianity during the revolutionary centuries of the fall of the Roman Empire. It is easy to imagine how this duplicity responded to a deep existential need among the people of the time. For them, it was about saving humankind from the physical: from dirtiness, hunger, disease and death; from the late Roman Empire’s widespread epidemics, catastrophic famine and political and social breakdowns. The notion of the immortal soul offered a line of flight, an imaginary path away from the realities of life. Humankind became something other than its suffering body.

This thought was fulfilled in one of history’s most revolutionary phases – the Scientific Revolution. When astronomers and doctors in the sixteenth and seventeenth centuries turned their gazes outward, to the universe, and inward, to the body’s anatomy, the question of humankind became acute. The answer was radical dualism, most clearly formulated by French philosopher

René Descartes. For him, the body was merely a machine, a sort of container for the soul.

The result of this thought was remarkable: a person is not her body – she owns it. Since then, we can simply say “my body” or “I have a body,” as if there were a natural property division between the self and the physical form.

A logic enters here which most people now take for granted, but which must have once emerged as difficult to grasp: the body as a possession, like a house or a machine, which must be tended to and maybe even improved. Only people who are irresponsible neglect their possessions; only those who lack common sense let their houses crumble.

Is this the birth of self-care? Is it here, at this point, that the notion of health and morality as two cohesive entities arises?

Not implausible. At the very least, this is when modern medicine is founded, and when interest in health first has a broader impact.

* * *

The Scientific Revolution was a crisis for the image of the elevated human. It meant she was no longer safely at the center of the universe. She had lost part of her glory. But she was still made in the image of the almighty God. Her soul was still above and beyond the visual world. Like her Lord, she was transcendent.

In the late nineteenth and early twentieth century, that all changed. The elevated human essence was curtailed and challenged. The attacks came from every possible side: from Charles Darwin and his theory of evolution; from Karl Marx and his ideas of human nature as a mirror of societal conditions; from Sigmund Freud and his concept of the power of the subconscious over the self; from Friedrich Nietzsche and his rejection of God. But also from the actual economy, from the industrial and commercial revolutions, from the social powers that relentlessly ground down all old traditions and all ingrained social relationships. Karl Marx and Friedrich Engels managed to capture the whole feeling in a single, pithy sentence: “All that is solid melts into air, all that is holy is profaned.”

If God was the Lord of humankind up to this point, then as of now, humankind became her

own master. Everything was literally in her hands – even well-being.

This liberation from God and from tradition was a double-edged sword. Without religion or social stratification, humankind was condemned to freedom.

In their desperation in the face of this resolution, intellectuals of the era – scientists, artists and writers alike – turned to the physical, to physiognomy. They established a new connection between the spiritual and the physical. In the nineteenth century, the body became the surface on which the soul could be read. Skull shape, skin color, facial features, height, weight – in this period, they all became signs of belonging. With a physical grammar, scientific racism, physical anthropology and newly formed nationalism filled the empty space left behind by the fixed structure of the peasant society.

Thus the body became more than just the soul’s possession; it was transformed into a sign of belonging. It became a hallmark.

As a result, interest in health grew explosively in the late nineteenth and early twentieth century. The expanded bourgeois class began to exercise, to go on hikes and visit spas and health facilities. In parallel with this newly acquired interest in self-care, another phenomenon emerged that can be considered the dark side of body culture. The nineteenth century was the golden age of the freak show. The new urban population, both middle and working classes alike, could not get enough of “defective” bodies. They longed for “degenerate” and “deviant” figures against which they could brace themselves and declare, “That is not us. We are not like that.” Bearded ladies, Siamese twins, dark-skinned dwarves, tattooed Indians, overweight Hottentots, overgrown Sami... yes, anyone who was not perceived as properly human was to take the stage to be ogled.

It was in this prejudiced atmosphere that the concept of normalcy began to arise. Belgian statistician Adolphe Quetelet coined in 1842 the concept of “the average person,” l’homme moyen physique, a kind of statistical body which came to be the model of the era.

Thus in the early twentieth century, the body had been transformed into the mirror of the soul. The human essence, her cultural and social belonging, could be read on her exterior.

/
[ENG]
SELF-CARE, AN ESSAY
BY MATTIAS HAGBERG

“There has never been an altogether simple, ‘natural’ body. There has only been a body that is shaped by its social and cultural designation.” – Susie Orbach, *Bodies*, 2009

What is a human being?

This question has haunted humankind throughout her history. Time and again, authors, philosophers and researchers have approached this problem without being able to deliver a conclusive or satisfactory response. The state of being human, our most fundamental category, has porous borders. It seems impossible to pin down our essence, once and for all.

In western culture, this question about humankind was first asked in earnest in ancient Greece. In parallel with, and as a consequence of, the breakthrough of ancient democracy, phi-

Konstnärernas arbeten / The Work of the Artists

Naturally, this contained something ominous: if the body reflected morality, did that not mean that weak and abnormal bodies were also weak and abnormal within?

In the early decades of the twentieth century, eugenics swept across the western world. Degenerate traits would be eradicated using sterilization and confinement. Healthy populations would be defended.

It was no coincidence that the genocide committed by the Nazis began with systemically eradicating people with mental and physical disabilities.

* * *

So what is a human being?
Or in other words: who is a human being?

The ancient question is eternally relevant. Once again, society finds itself in a situation in which the borders of humankind are being challenged and blurred. Research on genetics, artificial intelligence and the relationship between people and animals challenges ingrained notions. Humanity finds itself once again at an intellectual breaking point, not unlike those of the seventeenth and nineteenth centuries. The human border is more porous than ever before.

The image of humankind that now appears in the research community is so complex and contradictory that it is difficult to express in layman's terms. Still, there are some conditions which are apparent: like all other living things, the human is part of a geological, biological and social context over which she is powerless. Life is an enigmatic fabric of mutual dependence. The question is whether the word "freedom" even has meaning anymore.

Just consider this example: to survive, each individual person is entirely dependent on a symbiotic relationship with several kilos of bacteria living within the body. Without this coexistence, there is no life.

But our brains are programmed to view the world differently. We need clearly distinguished categories in order to orient ourselves.

Therefore, all knowledge that threatens to destroy our sense of order is frightening. Lacking anything else, many people turn to the familiar,

to thoughts and ideas that are deeply ingrained in our culture. They defend themselves against any indications that power over life, health and the body is an illusion.

Self-care thus becomes an answer to a situation that feels mysterious and difficult to grasp. It offers imaginary control, a dream of escaping the realities of life: the fact that we are all dependent and mortal.

But just as before, self-care is an ideological and intellectual trap. It turns the gaze from an unbiased search for understanding and meaning toward egoistic introspection.

Mattias Hagberg is a critic, cultural journalist and author. He has been interested for many years in physicality, especially from a historical perspective of ideas. In several of his novels, he approaches different societal demarcations, such as the relationship between normal and abnormal, health and sickness, and civilized and uncivilized.



OM PUBLIC SECRETS, SOCIALT ENGERAD KONST
OCH EGENOMSORG (2019), AIO podd
CRYSTAL Z CAMPBELL I PROCESS (2019), AIO film

ON PUBLIC SECRETS, SOCIALLY ENGAGED ART
AND SELF-CARE (2019), AIO podcast
CRYSTAL Z CAMPBELL IN PROCESS (2019), AIO film



Offentliga
hemligheter /
Public Secrets
Crystal Z
Campbell

lyssna här / listen here >

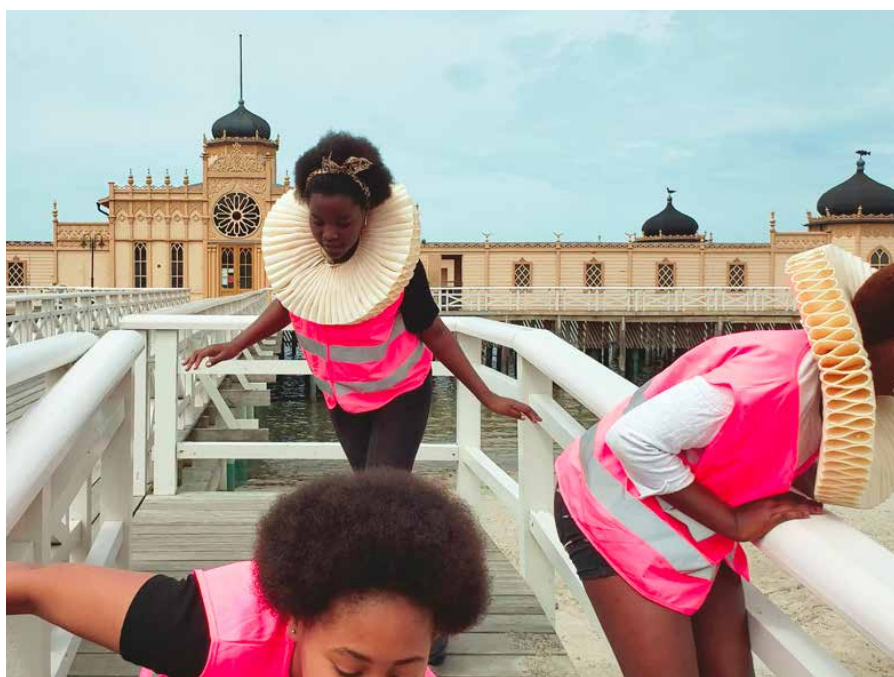


[SE]

Under maj och juni 2019 tillbringade jag sex veckor i kurorten Varberg. Jag lärde mig två saker: En ort eller stad som mestadels lever på besökare kan aldrig vara lojal. Skillnaden mellan en bastu och ett spa är vad man lämnar kvar.

Frågor om egenomsorg

1. Är egenomsorg en fantasi?
2. Är egenomsorg ett åtagande?
3. Är egenomsorg en prestation?
4. Är egenomsorg beroende av vägran?
5. Är egenomsorg förstärkt av frånvaro eller tillflykt?
6. Är egenomsorg exklusivt?
7. Är egenomsorg annorlunda än annan slags omsorg?
8. Är egenomsorg relevant bortom skönhet, lycka eller positivitet?
9. Är egenomsorg produktiv?
10. Är egenomsorg definierad av bekräftelsen och omsorgen från andra?
11. Är egenomsorg likvärdigt med att älska sig själv?
12. Är egenomsorg tillgänglig?
13. Är egenomsorg motsatsen till stress?
14. Är egenomsorg en förhandling mellan intern skötsel och externa krav?
15. Är egenomsorg en fråga om att vara tyst eller att lyssna?
16. Är egenomsorg en värdeposition?
17. Är egenomsorg en trend?



18. Är egenomsorg påtaglig eller osynlig?
19. Är egenomsorg benägen att sprida smitta eller virus?
20. Är egenomsorg en handelsvara?
21. Är egenomsorg förebyggande eller bakåtsträvande?
22. Är egenomsorg en uppfattning?
23. Är egenomsorg resultatet av skvaller?
24. Är egenomsorg ett privilegium?
25. Är egenomsorg ett evenemang eller en ritual?
26. Är egenomsorg främmande eller familjär?
27. Är egenomsorg pålitlig?
28. Är egenomsorg resultatet av ett övervägande?
29. Är egenomsorg ett tillkännagivande?
30. Är egenomsorg tillräckligt?

Crystal Z Campbell, oktober 2019

/

[ENG]

During May and June 2019, I spent six weeks in the spa town of Varberg. I learned two things: A town or city that thrives primarily on visitors can never be loyal. The difference between a sauna and a spa is what one leaves behind.

Questions on Self-Care

1. Is self-care a fantasy?
2. Is self-care a commitment?
3. Is self-care a performance?
4. Is self-care dependent on refusal?
5. Is self-care amplified by absence or retreat?
6. Is self-care exclusive?
7. Is self-care different from other acts of care?
8. Is self-care relevant beyond beauty or happiness or positivity?
9. Is self-care productive?
10. Is self-care defined by the acknowledgment and care from others?
11. Is self-care equivalent to self-love?
12. Is self-care accessible?
13. Is self-care the antithesis of stress?
14. Is self-care a negotiation between internal maintenance and external demand?
15. Is self-care about silence or listening?
16. Is self-care a position of value?

17. Is self-care a trend?
18. Is self-care tangible or invisible?
19. Is self-care prone to contagion and virality?
20. Is self-care a commodity?
21. Is self-care preventative or reactionary?
22. Is self-care a sentiment?
23. Is self-care the result of gossip?
24. Is self-care a privilege?

[SE]

CRYSTAL Z CAMPBELL

Crystal Z Campbell (Tulsa, Oklahoma, USA) arbete i Varberg omfattade performance, film och video. Hennes transdisciplinära praktik generas från undertryckta public secrets/offentliga hemligheter som kännetecknas av en kombination av arkivmaterial och fiktiva strategier.

”En public secret är en form av kunskap som delas och upprätthålls av alla. Jag fascineras av de lokala, regionala och nationella hemligheter som finns i våra dagliga liv. Vari ligger rädslan, nöjet, funktionen, åtrån och politiken att upprätthålla en ”public secret”? Hemligheter och egenomsorg bland individer, kollektiv, ideal och nationer är sammanlänkade genom glädje, åtrån och politik”.

Med frågor om migration och utanförskap i förgrunden föreslår Crystal Z Campbell en motberättelse till staden Varbergs självbild. Campbell arbetade under residenset med sju aktörer som immigrerat till Sverige från Kuba, Kongo och Eritrea och förde samman platsen med deras gester och kroppar till ett nytt arkiv. De valda platserna i filmen (som är under produktion) ifrågasätter konstruktionen av Varberg som en tillflyktsort och en plats för omvårdnad och hälsa. Campbell lyfter fram Kallbadhuset, ett viralt anti-fascist monument (Kvinnan med handväskan), Varbergsprofilen Lasse Didings hem, skogen och havet. Hennes kommande filmverk blir ett intimt bidrag till lokala och nationella arkiv, ett dokument och en fråga som berör fantasins politik; går det att föreställa sig platser på nya sätt?

Crystal Z Campbell, f. 1980, har en Master i fri konst från University California-San Diego, en Master i Afrika-studier från University at Albany-SUNY, och studerade vid Whitney Independent Study Program, New York. Campbell är Tulsa Artist Fellow.

25. Is self-care an event or a ritual?
26. Is self-care foreign or familiar?
27. Is self-care reliable?
28. Is self-care the result of deliberation?
29. Is self-care a declaration?
30. Is self-care enough?

Crystal Z Campbell, October 2019

[ENG]

CRYSTAL Z CAMPBELL

Crystal Z Campbell's (Tulsa, Oklahoma, USA) creative research in Varberg included performance, film, and video. Campbell's transdisciplinary practice is generated from suppressed public secrets, featuring a combination of archival material and strategies of fiction.

“A public secret is a type of knowledge that is shared. I am intrigued by the levels of local, regional, and national public secrets that permit us to function in our daily lives. What is the fear, pleasure, function, desire, and politic of maintaining the public secret? The secret and self-care (of individuals, of collectives, of ideals, of nations) are bound in interesting ways”.

Foregrounded by questions of immigration and displacement, Campbell proposed a counter-narrative to the town of Varberg's self-presentation. Merging gesture, site, and the body as an archive, Campbell worked with seven performers who immigrated to Sweden from Cuba, Congo, and Eritrea. Sites in the film (under production) are critical to Varberg's construction as a place of care, health, and a haven: Kallbadhuset, a viral anti-fascist monument (Bag Lady), the home of Varberg profile Lasse Diding, the forest, and the sea. Campbell's film-in-progress is an intimate insertion into local and national archives, a document, and a question about the politics of imagination: is it possible to imagine places in new ways?

Crystal Z Campbell, b. 1980, holds a Master of Fine Arts from University of California-San Diego, a Master in Africana Studies from University at Albany-SUNY, and studied at the Whitney Independent Study Program, New York. Campbell is a Tulsa Artist Fellow.

FEST! UPPSLUKANDE PERFORMANCE (2019), AIO film
OM INTRESSET FÖR FRIKTION/SPÄNNING OCH KOLLAPS,
BILDER AV FRAMTIDEN OCH DEN KONSTNÄRLIGA ARBETS-
PROCESSEN (2019), AIO podd
THE CHARACTER IS LOST... (2019), HD video

FEST! IMMERSIVE PERFORMANCE (2019), AIO film
ON THE INTEREST IN FRICTION/TENSION AND COLLAPSE,
IMAGES OF THE FUTURE AND THE ARTISTIC PROCESS (2019),
AIO podcast
THE CHARACTER IS LOST... (2019), HD video

[SE]
(EN GÖR-DET-SJÄLV-PJÄS INUTI EN PJÄS)

Karaktären har gått förlorad,
jag är utmattad och vill lägga mig ner.
Alla ord, trots att de ständigt upprepas,
har försvunnit.

(En scen, en svart eller vit ridå, en röd boll, en åsnemask, en stol, en videoprojektor, enhetligt klarblå kläder).

Flytta din stol till platsen i rummet där du känner dig kraftfullast. Sätt i gång projektorn med följande text på en grön bakgrund.

Hon är delad i två halvor, villig och motvillig, övertygande och osäker. Hennes ena halva sitter där och ser hur den andra halvan betar sig och aldrig står för sitt märkliga eller lekfulla sinne. Ett uteblivet ord av känsla eller medkänsla, en inneboende oförmåga att beröra med språk. Och däremellan alla sociala spel som hon har glömt bort hur man spelar.

Byt nu position på scenen och var medveten om din kroppsställning.

Kontrollerad och sårbar på en och samma gång. Den enda vissheten här är ovissheten. Vilken underbar paradox. Hon trodde alltid att hon visade omsorg om sig själv genom att tänja sina gränser, men kanske bestraffade hon bara sig själv. Den hårfina skillnaden mellan smärta och njutning. Det är något väldigt farsartat över den här karaktären som alltid försätter sig själv i besvärande situationer och finner tröst i obehaget. Men det är också oerhört sorgligt eftersom allt egentligen är ett rop: "Jag duger aldrig."

Känslan av en karaktär som har kämpat sig upp på scenen, men som plötsligt inser att hon inte har något intressant att säga.

Ta bollen i handen, titta på publiken och le ursäktande mot dem.

Men även i det här tidvarvet av objekt och okroppslighet har hon fortfarande en kropp, och den kroppen och andra individers kroppar samt deras erfarenheter är viktiga – kanske nu mer än någonsin. Var kan hon ingripa och förändra saker eller protestera i ett system? Hur kan hon använda sin kropp både privat och offentligt när åtråvärdhet är detsamma som synlighet i den här ständiga självrepresentationen, när de enda två alternativen som verkar stå till buds är att bli objektifierad eller ignoreras? Vi har en tendens att upprepa oss, och även då vår självförnyelse är som störst faller vi åter in i gamla vanor.

Att gå fram och tillbaka och hastigt röra dina armar och ben känns märkligt. Om du behöver röra dig ska det ha ett syfte. Rulla bollen, men tappa den inte.

Hon frågar sig själv: "På grund av skyddsinstinkt och osäkerhet - men bortom behovet att upprätthålla vår image – hur kan vi hitta sätt att knyta an till andra på ett genuinare vis och erbjuda möjligheter att se och visa omsorg om sårbarhet som skiljer sig från vår egen?" När man accepterar sig själv som både sårbar och värdig, särskilt när den acceptansen är svårnådd, kanske man kan tillåta sig lika komplex subjektivitet gentemot andra, även gentemot personer vars behov och önskemål ser annorlunda ut.

Undvik att titta på publiken och dina fötter eller att ständigt se på skärmen eller din presentation eftersom det ser alltför lättsinnig och oproffsig ut. Förändra ditt sätt att bete dig och prata på.

Utgå från dig själv, välj dig själv, visa omsorg om dig själv – så sägs det. Men tänk om det inte finns något själv? Som filosofen Thomas Metzinger beskriver det: "Ingen har någonsin haft eller varit ett jag. Jaget är inte verkligt." Det personliga pronomenet "jag" syftar inte på ett objekt som en boll eller en stol, utan på den aktuella meningens talare. Allt som någonsin har existerat har varit medvetna självmodeller som inte har kunnat identifieras som modeller. Du är ett sådant system just nu. Medan du läser de här meningarna förväxlar du ständigt dig själv med innehållet i självmodellen som har aktiverats av din hjärna. Men trots det återstår omsorgen, den är verklig, och omsorgen är fortsatt människans ansvar, oavsett allt.

Sätt på dig masken, fortsätt med försiktighet och agera. Upprepa och testa att ersätta alla adjektiv i texten med deras motsatsord.

Henna-Riikka Halonen, oktober 2019

[ENG]
(A DIY, PLAY WITHIN PLAY)

The character is lost,
I am exhausted and want to lie
down.
All the words, although con-
stantly repeated,
have gone missing.

(A stage, a black or white cur-
tain, a red ball, a donkey mask,
a chair, a video projector, uni-
form bright blue clothes)

*Move your chair in a spot in the
room where you feel the most power-
ful. Start the projector with the fol-
lowing text on a green background.*

She is divided into two halves,
willing and resistant, convin-
cing and uncertain. As one half
of her sits there and sees how
the other half acts and never
owns the strange or playful
spirit. A missing word of feel-
ing or empathy, innate inability
of language to touch. And in
between all these social games
she has forgotten how to play.



Friktion

/ Friction

Henna-Riikka

Halonen

lyssna här / listen here >





Now change your position on the stage and pay attention to your posture.

Controlled and vulnerable at once. The only certainty here is the uncertainty. What a wonderful paradox. She always thought she practiced self-care by pushing her limits, but perhaps it was merely a self-punishment. The fine line between pain and pleasure. There is something very slapstick in these characters who always put themselves in awkward situations and find comfort in their discomfort. But there is also something profoundly sad as all this is just screaming: I am never enough. The feeling of a character who fought their way to the stage but suddenly realizes that they have nothing interesting to say.

Take the ball in your hand and look at the audience and give them an apologetic smile.

But even in an era of objects and disembodiment, she still has a body, and this body and other bodies of other beings and their experiences remain important – now perhaps more than ever. Where can she step in and change things or protest in a system? How does she use her body both privately and publicly, when in this constant self-representation desirability equals visibility, when there seems to be only two options to be offered, to be objectified or ignored? We have a tendency to repeat ourselves and even at the moment of greatest self-renewal we fall back to the same patterns.

Walking back and forth and moving your arms and legs quickly will give an odd feeling. Instead – if you do need to move, it should have a purpose. Roll the ball but do not let it fall.

She asks herself: "Out of defensiveness and insecurity, outside of needing to keep up images, how can we find ways to connect with others more genuinely and offer opportunities to see and care about vulnerability that's unlike ours?" Perhaps when you accept yourself as both vulnerable and worthy, especially when that acceptance feels hard, you can allow similarly complex subjectivity to others, even to people whose needs and desires are different from your own.



Avoiding audience eye contact and at your feet, or constantly looking at the screen or your presentation looks facetious and unprofessional. Shift to a new way of acting or speaking.

Start from yourself, choose yourself, care for yourself, they say. But what if there is no such a thing as self? As philosopher Thomas Metzinger describes: "Nobody ever had or was a self. Selves are not part of reality. The first person pronoun "I" does not refer to an object like a ball or a chair, it just points to the speaker of the current sentence. All that ever existed were conscious self-models that could not be recognized as models. You are such a system right now. As you read these sentences, you constantly confuse yourself with the content of the self-model activated by your brain. But despite all that, what remains is care, that is a real thing, and care remains the responsibility of the humans, no matter what.

Put the mask on, proceed with care and play. Do this again and try replacing all the adjectives in the text with their antonyms.

Henna-Riikka Halonen, October 2019



[SE]
HENNA-RIIKKA HALONEN

Henna-Riikka Halonen (Helsingfors, Finland) arbetar med film, performance, teckning, text och installation som får oss att föreställa oss och uppleva världen på nytt.

"Jag är intresserad av egenomsorg som en radikal handling och jag har under residenset blivit mer egensinnig och självmedveten som utgångspunkt för att skapa nya roller utanför de vi är vana vid och nya sätt att vara på.

Jag reflekterar utifrån min roll som konstnär; vad förväntas av oss och vad bidrar vi med till samhället som helhet, hur rör vi oss framåt och vad gör vi nu? Att finna nya sätt att agera på kan ses som en integrerad del av egenomsorgen, som ett sätt att vägra kategoriseringar och som ett sätt att utmana sig själv. Under residenset har jag också upptäckt betydelsen av lek. Att leka är ett intressant sätt att överskrida kategoriseringar och utmana gränser, om de så är individuella, samhälleliga eller språkliga".

Under residenset skapade Henna-Riikka Halonen en performance lecture som uppfördes på den konstnärsdrivna scenen Skogen i Göteborg (delar av performancen går att ta del av i textform i publikationen). I Varberg uppförde hon Fest! ett performativt evenemang som tog plats i spegelsalen på Varbergs Stadshotell (fd stadshuset). Fest! var inspirerad av en tidigare fest som Varbergs förening för kvinnlig rösträtt arrangerade 1910. Halonen bygger upp sina performances med amatörer och professionella och iscensätter friktion, spänning. När vi deltar blir vi osäkrade. Vem är skådespelare, vem är publik, vem blir jag som betraktare, är jag en medskapare? I hennes performances blir jag delaktigt, våra tankar, fördomar och reflektioner kommer i förgrunden och blir själva gestaltningen som dröjer sig kvar som ett obehag, en friktion.

Henna-Riikka Halonen, f. 1975, har en Master i fri konst från Goldsmiths i London och är doktorand i fri konst vid Bildkonstakademin i Helsingfors.

[ENG]
HENNA-RIIKKA HALONEN

Henna-Riikka Halonen (Helsinki, Finland) is a multidisciplinary artist making films, performances, drawings, texts, and installations that open up space for us to re-imagine and re-experience the world we inhabit.

"I am interested in the self-care as a radical act but perhaps I have been gearing more towards becoming self-willed and self-aware as a starting point to create new kinds of roles outside the ones we are accustomed to and new kinds of ways of being.

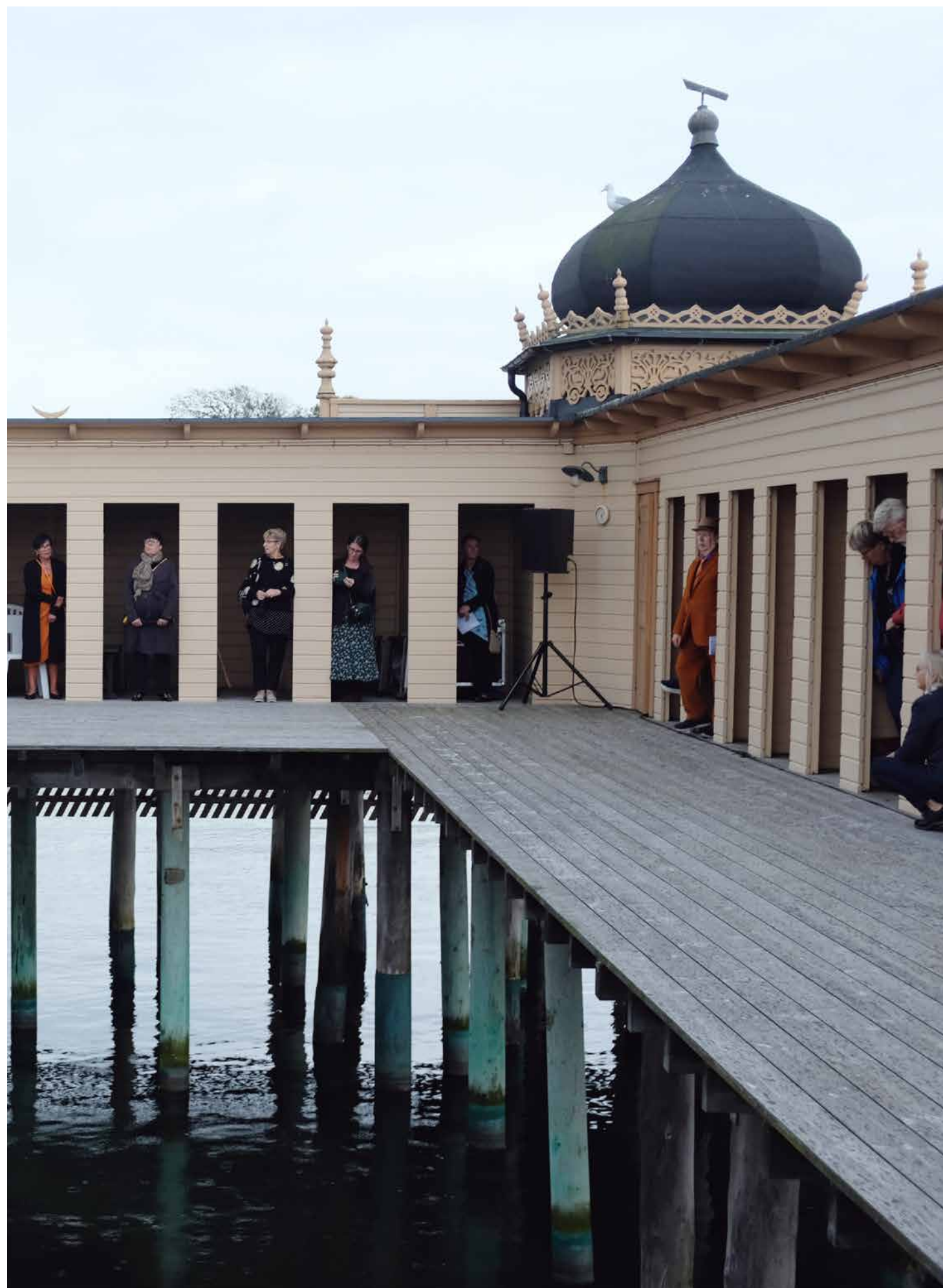
I see this also from the point of view of an art practitioner – what is expected from us and what do we provide to the community as a whole and how do we progress? Therefore, finding new ways of acting, doing and/or speaking could be seen as an integral part of self-care as a way to defy categorizations, a way to challenge oneself. In connection to all this, I somehow re-discovered the importance of play during the residency. Playing can be such an interesting way to overcome categorizations and test limits, whether they are individual, societal or being related to language".

During the residency Henna-Riikka Halonen made a performance lecture at the artist driven stage Skogen in Gothenburg (parts of the lecture are published in this publication), and Fest! a performative event that took place at the mirror hall in Varbergs Stadshotell (former city hall) Fest! was inspired by a previous party organized by Varberg's Association for Female Voting Rights in 1910. Halonen engages with amateurs and professionals in her performances and creates friction, tension. When we participate, we become insecure. Who is an actor, who is an audience, who do I become as a viewer, am I a co-creator? In her performances the self becomes involved, our thoughts, prejudices and reflections come to the forefront and become figuration that lingers as a discomfort, a friction.

Henna-Riikka Halonen, b. 1975, holds a MFA from Goldsmiths in London, and is a Doctoral student in Fine Art at the Academy of Fine Arts in Helsinki.

TIME CHOIR (2019), ljud
OM PARRHESIA (MODET ATT SÅGA SIN MENING) OCH ATT
ARBETA TILLSAMMANS (2019), AIO podd
ELENI KAMMA I PROCESS (2019), AIO film
TAREK, THE (WOUNDED) HEALER (2019), film

TIME CHOIR (2019), sound
ON PARRHESIA (THE COURAGE TO SPEAK ONE'S MIND)
AND HOW TO WORK TOGETHER (2019), AIO podcast
ELENI KAMMA IN PROCESS (2019), AIO film
TAREK, THE (WOUNDED) HEALER (2019), film



Modet att säga
sin mening
/ Parrhesia
Eleni Kamma

lyssna här / listen here >





[SE]

Vad betyder tiden när en ägnar sig åt egenomsorg? Hur påverkar den oss individuellt och för hur ett samhälle skapas? När jag transkriberade och lyssnade på intervjuer och diskussioner från Varberg i maj och juni 2019, lade jag märke till hur stor betoning och oro som ägnades åt hur vi tänker på det förgångna i förhållande till framtiden. Jag samlade de uttryck, meningar och ord som var relevanta för frågan om tid. Sedan bjöd jag in den nederländska poeten och författaren Tina Van Baren att möblera om, redigera och omstrukturera de uttryck, meningar och ord utifrån hur många som behövs för att texten skulle flyta som vatten.

Den omarbetade texten blev utgångspunkten för ett nytt spel: *Time Choir*. Reglerna är enkla: Deltagare bjuds in till att experimentera fram en gemensam läsning av texten. Det finns lika många möjligheter som deltagare, multiplicerade med var och ens förmåga att uttala och kombinera sina artikuleranden i en kollektiv läsgrupp.

Varje försök att skapa en kör omfattar denna spänning mellan det vokala uttrycket av individuella kroppar och artikulationen av den kollektiva kroppen som inkluderar allas kroppar unisont, samtidigt. Traditionellt är målet att skapa en harmonisk helhet. Genom *Time Choir* försökte jag utveckla en arbetsmetod för att utöva parrhesia (modet att säga sin mening) genom en demokratisk process, där andra kan komma in och påverka det som praktiseras.

Time Choir (2019) involverar ett visst sätt att använda kroppar: deltagarna kanske skrattar, nickar, tar sig tid för att komma samman, de bokstavligen gestaltar texten. De är fria att förhandla och slutligen samutveckla textens rytm, tid och regler, i en kollektiv förståelse av hur texten ska läsas.

Låt oss gå tillbaka till vad vi började med, låt oss säga att detta bara är början: *Varför var jag här...?*

Jag kom till Varberg för att utveckla en karaktär: *Helaren/Den omhändertagande*. Genom att transkribera och lyssna till de diskussioner som fördes på plats i maj och juni 2019, fann jag de paradoxer och vändningar som fanns i historien om det svenska hälso- och sjukvårdssystemet fascinerande.

I videon *Tarek, the (Wounded) Healer* (2019) får betraktaren följa en dansare som ägnar sig åt egenomsorg i Kallbadhuset: i omklädningsrummen, i bastun, i duschen, i havet. Dansaren undersöker begreppet egenomsorg genom sin kropp. Han rör sig långsamt och genom ett ljudlandskap av röster, gamla vittnesmål, ljud och tystnad. Mellan ljuden från havet och vinden, intar kvinnors röster från arkivet damernas bastu. De alternerar med arkivariens röst, som ger historiska fakta om Kallbadhuset och Helarens röst, som åberopar de lokala deltagarna genom att samla deras egna uttalade fraser, meningar och uttalanden om hälso- och sjukvård. På det sättet aktiveras badhusets rörliga bilder likt en akustisk spegel som Helaren håller upp mot publiken.

Eleni Kamma, oktober 2019

[ENG]

How does time count in self-care? How does it affect us both on an individual basis and in forming a community? By transcribing and listening to interviews and discussions conducted in Varberg in May and June 2019, I noticed how much emphasis and concern was placed on the notion of time, on how we think of the past in relation to the future. I collected spoken phrases, sentences, and words, which were relevant to the question of time. I then invited Dutch poet and writer Tina Van Baren to reshuffle, edit, rearrange, and reconfigure those phrases, sentences, and words, by thinking of how much breathing space is needed between them, in order for the text to flow like water.

The reworked text became the starting point for a new game: *Time Choir*. The rules are simple: Participants are invited to experiment with a collaborative reading of the text. There are as many reading variations as participants, multiplied by each one's abilities to articulate and combine their articulations in a collective reading group.

Every attempt to form a choir involves this tension between the vocal expression of individual bodies and the articulation of a collective body that includes those bodies in unison, at the same time. Traditionally, the goal is the production of a harmonic whole.

Through the *Time Choir* game I tried to develop a working method to exercise parrhesia (the courage to speak one's mind) through a democratic process, in which others come in and can affect what is being practiced.

The *Time Choir* involves a certain use of bodies: the participants may be laughing together, nodding, taking time from their time to come together, literally enacting in time what the text says. They are free to negotiate and eventually co-develop the text's rhythm, time, rules, their very own collective understanding of how the piece should be read in time.

Let's go back to what we started with, say this could just be the beginning: *Why was I here...?*

I came to Varberg to develop a Character: *The Healer/Caretaker*. By transcribing and listening to discussions conducted on location in May and June 2019, I found the paradoxes and twists embedded in the history of the Swedish healthcare system fascinating.

In the video *Tarek, the (Wounded) Healer* (2019) the spectator follows a dancer practicing self-care in the spaces of the cold bathhouse: the cabins, the sauna, the showers, the sea. The dancer explores the notion of self-care through his body. He moves along, with, and through a soundscape of voices, old testimonies, noises, and silence. In between the sounds of the sea and the wind, female voices from the archives inhabit the women's sauna. They alternate with the archivist's voiceover, offering historical facts on Kallbadhuset and the Healer's voiceover, addressing the local participants by assembling their own spoken phrases, sentences, and words on health-care. In this way, the bathhouse's moving images are activated through the acoustic mirror that the Healer holds back to the audience.

Eleni Kamma, October 2019

[SE]

ELENI KAMMA

Eleni Kamma (Bryssel och Maastricht) arbetar med måleri, film, video och performativa uttryck. Hennes arbete utgår från begreppet "parrhesia", ett grekiskt ord som kan översättas med "modet att säga sin mening".

"Jag undersöker förutsättningarna för ett öppnande av parrhesiastiska rum genom att använda konstnärliga verktyg och metoder. Jag har skapat ett spel som består av flera parrhesiastiska karaktärer (t ex den fulle/a, den galne/a, den arge/a etc). Jag föreställer mig och tänker genom dessa karaktärer och deras möjliga interaktioner i en rad försök, evenemang och manifestationer som är inspirerade av konstnärliga underhållningsmetoder som skratt och överdrift kring det förgångna som ifrågasätter hur parrhesia kan prövas ut, framföras, undersökas".

I Varberg har Eleni Kamma fördjupat karaktären *The Healer* och reflekterat över den som tar omhand, men också över den som blir omhändertagen. Vilka är de historiska förändringarna i deras roller och förväntningarna på dem? Kan rollerna växla? Kamma har under residenset skapat filmen *Tarek, the (Wounded) Healer* (2019) och körverket *Time Choir* (2019) baserat på diskussioner förda på plats i Varberg.

Eleni Kamma, f. i Grekland 1973, har en Master i fri konst från Chelsea College of Art and Design i London, och är doktorand vid Leiden University Academy of Creative and Performing Arts and Royal Academy of Art (KABK) i Haag.

[ENG]

ELENI KAMMA

Eleni Kamma (Brussels and Maastricht) works with painting, video, sound and performative expressions. Her artistic work revolves around the notion of parrhesia, a Greek word that can be translated as the courage to speak one's mind.

"I examine the conditions for an opening up of a parrhesiastic space through the use of artistic tools and methods. I have invented a game that consists of several parrhesiastic characters-types (i.e. The Drunk, The Fool, The Angry e.t.c). I am imagining and thinking through these characters-types and their possible interactions in a parade of attempts, events, and manifestations that, inspired by artistic methods of entertainment, laughter, and excess from the past, question how parrhesia can be tried out and rehearsed, performed, put to the test".

In Varberg Eleni Kamma has been researching both the figure of the caretaker and the figure of the one who is being taken care of and the environment within which they operate. What may have been the historical changes in their roles and expectations? Can these two roles interchange? Kamma has realized a short artist film *Tarek, the (Wounded) Healer* (2019) and a choir piece *Time Choir* (2019), based on conversations held in Varberg during her residency.

Eleni Kamma, b. 1973 in Greece, holds a Master of Fine Art from the Chelsea College of Art & Design in London, and is a PhD candidate at Leiden University Academy of Creative and Performing Arts and Royal Academy of Art (KABK) in the Hague.

[SE]
SOM EN SILL I SKÄRGÅRDEN AV CHRISTINA
ANDERSSON-WIKING

”Bäste Brinkman! Sedan mer än 14 dagar är jag här och insaltas som en sill i skärgården. Till en början badade jag två gånger om dagen och drack dess saltpyrmonter; men därav fann jag mig icke väl och har nu inskränkt mig som de andra till ett bad om dagen, utan någon vattendrickning. Men likafullt kan jag inte berömma mig av att må bättre utan sämre... Lägg nu till detta den omständighet att Varberg utom all fråga är det fulaste stället i Sverige: den är nordens sanddosa, icke ett träd, icke en skugga, icke en grön fläck så långt ögat räcker, blott flintskalliga berg och saltvatten och skrivsand.”

Redan på 1820-talet var biskop Esaias Tegnér i Varberg för att bland annat kurer/bota sin melankoli. Tyvärr verkar inte vistelsen ha varit så angenäm, så ovan skrev Tegnér i ett brev till sin vän, poeten och Svenska akademiledamoten Carl Gustaf Brinkman, den 19 juli 1826.

På 1840-talet anläggs de första badflottarna för havsbad i Varberg i det som kommer att kallas badhusviken nedanför fästningen. Från 1866 bygger man flera kallbadhus som förstörs i stormar, men det sista Kallbadhuset från 1903 är renoverat till sekelskiftets ursprung och finns kvar än idag. Tillsammans med Societetshuset och parkanläggning får Varberg alla förutsättningar att bli en av Sveriges kända kurortsstäder.

Men framför allt var det badläkaren Alfred Levertin som gjorde Varberg känt. Han listade över 700 krämpor som havskuren kunde bota och spred kännedom om Varberg bland annat genom skriften ”Varbergs hafskuranstalt” som kom 1888. Här följer ett citat från Levertin om havsbadets nytta:

”Kalla hafsbad begagnas med stor fördel af en mängd nervsjuka, af bleksiktiga samt alla lindrigare fall av skofler. En stor mängd magsjuka personer, på hvilka det lokala lidandet återverkat nedsättande på hela organismens kraft, hafva desslikes stornytta af det korta kalla hafsbadet. I de fall, der huden genom missvård blifvit bortklemad och ömtålig, så att den genom förkylningar och katarer svarar på hvarje häftigare och skarpare vindpust, spelar denna badform en viktig roll.”

Baden var inte bara för de högre samhällsklasserna utan här fick också de mindre bemedlade möjlighet att få behandlingar. I Varmbadhuset hade badkamreren sitt kontor och tillsammans med badintendenten avgjordes vilka som skulle få gratis behandlingar.

”Här sitta fattiggummor och vänta på sina fribad, här språkas och larmas, här hemtas kappor och schalar för seglingturer”.

För behandlingarna var det annars bader-skorna som stod för att öka Varbergs goda rykte och Spa-hotell håller liv i traditionen. Levertin beskriver i detalj bad-anläggningens olika kurer:

”Från ett mindre toaletterum inkommer man i badrummet, hvilket är försedt med badkar av trä och som har flerfaldiga slags duschapparater; uti några har det nya bolaget insatt s.k. blandningskranar, der modererade duscher kunna erhållas. Vi införas ytterligare uti det s.k. gyttjemassagerummet: detta bads procedurer beskrivas noga af doktorn, Inknådning med gyttja sker här efter Loka-metoden af tre badgummor sedan ingnides kroppen med aromatisk såpa, afduschas mm.”

En kur kunde bestå i att dricka stora mängder surbrunn, varma och kalla bad, massage, tång- eller gyttjebehandlingar en väl sammansatt kost, promenader i den hälsobringande luften vid havet och aktiviteter i form av gymnastik, tennis eller segling. Varberg är unikt i Sverige då den har en obruten kurortsverksamhet från 1811 och till idag, samt välbevarad kurortsmiljö.

Med redan vid kurortens storhetstid från 1860-talen till början på 1900-talet så beskriver Levertin hur kurgästerna kanske inte såg allvaret i behandlingarna utan uppfattade sitt kurortsbesök mer som avkoppling och inte såg att levnads-sättet kanske måste ändras:

”Man far till kurorten för att få roligt, icke för att egentligen sköta sig. Hvad som skulle behövas för dessa patienter, är hvila från alla dessa missgrepp, en jemn omvexling av hvila och rörelse i det fria, samt begagnandet af de stärkande kurmedel, som söka upphjelpa den svaga organismen och befria den andliga verksamheten från den osunda retelse, som ligger i det ständiga jägtandet efter nöjen.”

Jämförelsen mellan vår tids friskvård och sundhetsideal samt kritik av stressrelaterade arbeten och nöjesliv är förvånansvärt tydliga. Men nu är det för större folkgrupper, medan det vid slutet av 1800-talet en mindre privilegierad grupp. Däremot då som nu finns det många som på grund av hårda kroppsarbeten verkligen är de som skulle behöva omvårdnad på en kurort, eller spa-anläggning.

Varberg utmärker sig som kurort genom att det aldrig byggdes ett stort badhotell, istället hyrde man rum hos den fasta befolkningen. Det

blev en välkommen extrainkomst och var viktig ända in på 1900-talets början.

Konstnärskolonin Varbergsskolan med de försvenska måttkända konstnärerna Karl Nordström, Richard Bergh och Nils Kreuger besöker säkert kurortsbaden under sin vistelse i Varberg i slutet av 1800-talet. De får även besök av sin gode vän



Carl Larsson vars hustru Karin Larsson dessutom hade släktingar bosatta i Varberg. Men det kända konstnärsparet hyrde till exempel in sig hos en stenhuggaränka vid Lilla Apelviken. I brev till sin vän författaren Gustaf af Geijerstam skriver Carl Larsson att: ”Här vid Vesterhavet må vi bussigt! Badning i öppna hafvet. Osedligt.”

Här refererar konstnären till de redan etablerade nakenbaden och i brevet finns en teckning på en naken man till häst ute i vattnet och en naken kvinna som plaskar i vågorna. Måhända en bild av konstnären själv och hans fru. Här kunde konstnärerna leva fritt naturen och den inhemska bonde- och fiskarbefolkningen. Konstverken skildrar framför allt den öppna horisonten och naturen.

Tidigt fanns en övertygelse om att sol, frisk luft och salta bad hade stor betydelse för hälsan och det var ingen slump att läkaren Johan Severin Almer, valde Apelviken som plats när han öppnade Kustsanatoriet i Apelviken år 1904 för behandling av körteltuberkulos. Hit kunde fattiga barn från olika delar av Sverige bli ordinerade att till bra kost, sol, bad och gymnastik-

behandlingar. Det blir snabbt en växande verksamhet som på 1920-talet var Hallands största vårdinrättning med 547 platser. Vid kustsanatoriet finns ett kapell och kyrkogård där man hittar gravar efter de barn som avled under vistelsen och begravdes där då deras föräldrar inte haft råd att betala frakten åter till hemmet. Kyrkogården blir ett dokument över både vård, men också en bild från 1800-talets fattig-Sverige.

Idag är det hotellverksamhet i de bevarade byggnaderna som håller liv i kurortstraditionen genom tångbehandlingar och tvagning med uppvärmt havsvatten, men i modern Spamiljö.

Varberg utvecklades som havsbadort under 1900-talet och nu är det havsbadet och gemensamhetsbad som får en viktigare roll. Ökade kommunikationer med båt, cykel, buss, tåg och bil, samt lagstadgad semester gör att allt fler har möjlighet att ta sig till havet på sommaren. Nu fylls Varbergs stränder med besökare från inlandet där arbetare och tjänstemän från framför allt Borås söker sig till Varberg. De små sommarhusen, campingplat-

serna, kiosker och restaurangerna blir en del av Varbergs strandmiljö. Här har även nakenbaden utmed strandpromenaden överlevt till våra dagar. Närheten från staden till havet gör att Varbergs havsbad och kurortsmiljö fortsätter att vara populär även på 2000-talet.

Några reflektioner vad som gör att Varberg blev en framgångsrik kurort och fortfarande är en populär badort:

- Närheten mellan havet och stadens centrum – gång- och cykelavstånd
- Obruten tradition från 1811 – livaktig verksamhet – stor kunskap – gott rykte
- Separerade nakenbad 5 minuter från centrum
- Välbevarad kurortsmiljö – klassiska byggnader – väl underhållna – symbolbyggnader för Varberg
- Kurorten en del av Varbergsbornas identitet och själ
- Sundhetsmentalitet från 1800-talets societetsliv över Folkhemmets livstidsideal och till dagens friskvård.

Som en sill
i skärgården

/

Like a
Herring in the
Archipelago

- Personligheter och auktoriteter inom badlivet: badläkaren Alfred Levertin, badkamrer Allan Kanje och doktor Almer är de namngivna männen – MEN lika viktiga är alla de anonyma baderskorna som gör att gästerna återkom och var nöjda med behandlingarna. Dessutom de kvinnliga fotograferna däribland Mathilda Ranch som dokumenterade badortsmiljön vid 1900-talets början och kurortsgästerna. De nakenbadande kvinnorna som marknadsförde nakenbaden på 1960- och 70-talen. De människor som arbetade med bad och kurort, allt från tångfiskare till baderskor och läkare.
- Kulturens betydelse med konstnärer, musikevenemang, sommar-teater, föreningsliv, Varbergs fästning och museum som berättar om historien och nutida aktörer som levandegör miljön.

Men hur förvaltar Varberg sin kurortshistoria? Är det hotellen som ska förmedla kurortsbehandlingarna? Var kan en bred allmänhet ta del av en modern badmiljö exempelvis på vintern. Varför utnyttjar inte Varberg sin unika historia och havsnärhet även för nutida bad- och simanläggningar som riktar sig till allmänheten? Är det turisterna som tagit societetsfolkets plats?

Christina Andersson-Wiking är 1:e antikvarie och chef för publika avdelningen på Hallands kulturhistoriska museum.

/
[ENG]
LIKE A HERRING IN THE ARCHIPELAGO
BY CHRISTINA ANDERSSON-WIKING

“Dear Brinkman! For more than 14 days I have been here, salting myself like a herring in the archipelago waters. Initially I bathed twice daily and drank the salty water, but I then found that I was unwell and I have now limited myself, as the others, to one dip per day, with no drinking of the water. But nevertheless, I cannot boast that I feel better, but worse... Add to this the circumstance that Varberg is unquestionably the ugliest place in Sweden: it is the sandbox of the Nordics, nary a tree, nary a shadow, nary a speck of green as far as the eye can see, only bald mountains and saltwater and writing sand.”

As early as the 1820s, Bishop Esaias Tegnér visited Varberg to cure his melancholy. Unfortunately, his stay does not seem to have been very pleasant, as Tegnér wrote above in a letter to friend, poet and Swedish Academy member Carl Gustaf Brinkman, on July 19, 1826.



In the 1840s, the first docks for sea bathing were built in Varberg, in what would eventually be called Badhusviken, “Bathing Hut Bay,” below the fortress. From 1866, more cold bathhouses were built and subsequently destroyed in storms, but the last Cold Bathhouse from 1903 has been renovated to its turn-of-the-century origins and still stands today. Together with Societetshus and park, Varberg has all the prerequisites to be one of Sweden’s famous spa towns.

But above all, the bathing doctor Alfred Levertin made Varberg famous. He listed over 700 ailments that a sea cure could remedy, and spread familiarity with Varberg through texts such as “Varberg’s Sea Cure Facility,” which was published in 1888. Below is a quote from Levertin on the benefits of bathing in the sea:

“Bathing in the cold sea is highly beneficial for many types of ailments affecting the nervous system, for anemia and for all mild cases of scrofula. Many people with stomach illnesses, whose localized suffering has detrimental repercussions on the strength of the entire organism, will also find short, cold dips in the sea to be highly beneficial. In cases in which the skin has become spoiled

and sensitive through negligence, so it responds to every sharp and powerful gust of wind through colds and catarrh, this form of bath plays an important role.”

Bathing was not only for the upper social classes; the less well-to-do were also able to receive treatments here. The bathing clerk had an office in the Hot Bathhouse and decided with the bathing custodian who would receive free treatments.

“Poor old ladies sit here and wait for their free baths, chattering and making noise, picking up coats and shawls to go sailing.”

Regarding treatments, it was otherwise the bathing nurses who were responsible for elevating Varberg’s good reputation, and the Spa Hotel keeps that tradition alive. Levertin describes in detail the bathing facility’s various treatments:

“From a small water closet, you reach the bathroom, which is equipped with a wooden tub and which has several kinds of spray devices: in some of them, the new company has installed so-called mixing faucets, where one can have a moderated shower. We are also taken in to the mud massage room: this bath procedure is carefully described by the doctor, a massage with mud by three old bath ladies using the Loka method, after which the body is rubbed with aromatic soap, rinsed and so on.”

A cure could consist of drinking large quantities of acidic spring water, hot and cold baths, massage, seaweed or mud treatments, a carefully composed diet, walks in the health-restoring ocean air, and activities like exercise, tennis or sailing. Varberg is unique in Sweden: it has operated as a spa town without interruption from 1811 to today; it also has a well-preserved spa town environment.

Already during the heyday of the spa town, from the 1860s to the early 20th century, Levertin described how spa guests may not have recognized the seriousness of these treatments, but rather perceived their visits to the spa more as a form of relaxation, not realizing that perhaps their lifestyles needed a change:

“People travel to the spa town to have fun, not to actually take care of themselves. What these patients need is rest from all of these errors in judgment, to regularly alternate rest and movement in the open air, and the use of strengthening spa treatments, which aim to improve the weak organism and liberate spiritual practices from the unhealthy temptation that is the continuous hunt for pleasure.”

The comparison between today’s wellness and health ideals as well as criticism of stress-related work and pleasure is surprisingly clear. But now it is for larger groups of people, while in the late 1800s it was for a smaller, more privileged group. However, both then and now, due to hard physical labor, many people actually do need care in a spa town, or at a spa facility.

Varberg stands out as a spa town in that it never built a large bathing hotel; instead people rented rooms from the town’s permanent residents. This provided welcome extra income and was important all the way into the early 20th century.

The Varberg School artist colony, with the famous Swedish artists Karl Nordström, Richard Bergh and Nils Kreuger, surely visited the baths while staying in Varberg in the late 1800s. They were also visited by their good friend Carl Larsson, whose wife Karin Larsson also had family living in Varberg. But for example, the famous artist couple rented a room from a stonemason’s widow at Lilla Apelviken. In a letter to his friend, the author Gustaf af Geijerstam, Carl Larsson writes: “Here by the Kattegat Sea, we are feeling wonderful! Swimming in the open ocean. Indecent.”

Here, the artist is referring to the already established nude beach and the letter includes a drawing of a naked man on horseback in the water and a naked woman splashing in the waves. Perhaps a picture of the artist himself and his wife. The artists could live freely in nature here, among the local population of farmers and fishermen. The artwork depicts primarily the open skies and nature.

People believed early on that sunshine, fresh air and salty sea baths were significant to health and it was no coincidence that the doctor Johan Severin Almer chose Apelviken as the location for Kustsanatoriet Apelviken, which opened in 1904 for the treatment of glandular tuberculosis. Poor children from all over Sweden came here for prescriptions of good food, sunshine, bathing and exercise treatments. The business grew quickly and in the 1920s, Halland’s was the largest healthcare facility, with 547 beds. The coastal sanatorium has a chapel and a cemetery with the graves of children who died during their stay and were buried here, because their parents could not afford to transport them back home. The cemetery is a document of care, but also a snapshot of the impoverished Sweden of the 1800s.

Outro

Today the preserved buildings house a hotel, which keeps the spa town tradition alive through seaweed treatments and rinses with heated seawater in a modern spa setting.

Varberg was developed as a sea bathing town in the 1900s and now sea bathing and the community hot bath play a more important role. Improved transportation via boat, bicycle, bus, train and car, as well as statutory vacation time mean more and more people have the chance to visit the sea in summertime. Varberg's beaches are now filled with visitors from inland, especially with workers and officials from Borås. The small summer homes, campsites, kiosks and restaurants are part of Varberg's beach environment. Even the nude beach along the beach promenade has survived to our time. The town's proximity to the sea means Varberg's sea bathing and spa environment continue to be popular, even into the 2000s.

Some reflections on what made Varberg a successful spa town and on why it is still a popular bathing town today:

- Proximity between the sea and the town center – within walking and cycling distance
- Unbroken tradition from 1811 – thriving business – great expertise – excellent reputation
- Isolated nude beach five minutes from the center
- Well-preserved spa town environment – classic buildings – well maintained – iconic buildings for Varberg
- The spa town is a part of the identity and soul of Varberg residents
- The mentality of health, from 19th-century society through “Folkhemmet's” lifetime ideals to today's wellness programs.
- Personalities and authorities of the bathing world: the bathing doctor Alfred Levertin, bathing clerk Allan Kanje and Doctor Almer are the men mentioned – BUT of equal importance are all the anonymous bathing nurses who made guests want to return and ensured they were satisfied with the treatments. In addition, the female photographers, including Mathilda Ranch, who documented the bathing town environment in the early 20th century, and the spa town guests. The women who bathed nude and marketed

the nude beach in the 1960s and 70s. All of the people who worked with the bathing and spa town, from the seaweed harvesters to the bathing nurses and doctors.

- Cultural significance, including artists; musical events; summer theater; collective activities; the Varberg Fortress and museum which explain the history; and contemporary players that bring the environment to life.

But how does Varberg nurture its history as a spa town? Should the hotels provide the spa treatments? Where can the general public take part in a modern bathing environment in winter, for example? Why doesn't Varberg use its unique history and proximity to the sea for contemporary bathing and swimming facilities intended for the public? Have tourists taken the place of high society

Christina Andersson-Wiking is principal curator and Head of the public department at the Halland Museum of Cultural History.



[SE]
DELTAGARBASERADE PROCESSER, EGENOMSORG
OCH MÖTET MED EN PLATS

Konsten söker sig allt mer till situationer som engagerar och skapar kontakt mellan människor. Om konstnären tidigare ansågs skapa utifrån sin egen genialitet söker konstnären idag ofta upp nätverk, situationer och platser den är intresserad av för att arbeta deltagarbaserat. Med detta arbetssätt omvandlas de som möter konstnärerna från passiv publik till aktiva deltagare. Att arbeta med deltagande processer i ett residens är ett givande sätt för konstnären att förstå den aktuella platsen och människorna på platsen. I residenset egenomsorg och arvet efter kurorten i Varberg har konstnärerna arbetat tillsammans med såväl föreningsliv, intresseföreningar och enskilda Varbergsbor som arkiv, samlingar och akademi.

Hur kan vi egentligen prata med varandra om hur vi lever våra liv?

Under residenset genomfördes flera salonger på Kulturhuset Komedianten. Salongerna undersökte egenomsorg utifrån olika perspektiv och bjöd in forskare och människor med kompetens på området samtidigt som de var öppna för allmänheten att delta i. En av salongerna bjöd in Henric Benesch, Ingrid Holmberg och Elisabeth Punzi, samtliga forskare vid Göteborgs universitet och engagerade vid tvärdisciplinära Centrum för kritiska kulturarvsstudier som undersöker arvet från historien i samtiden. Hur det svenska samhället organiserats, hur socialtjänsten, hälso- och sjukvården och nykterhetsrörelsen utvecklats i Sverige problematiserades och diskuterades i ett fruktbart utbyte mellan vetenskaplig teori och konstnärlig praktik. Egenomsorg diskuterades bland annat som en metod individen kan ta till för att inte bli galen i icke fungerande system eller på arbetsplatser med hierarkier och pågående konflikter som egentligen inte kan lösas på individnivå. Samtalet kom vidare att reflektera över temporalitet och tid, vetande och lärande, och betydelsen av att arbeta undersökande – att hela tiden försöka se mer, att komma under ytan och att fundera över vad som redan finns på en plats.

Möten med föreningslivet i Varberg var på många sätt avgörande för konstnärernas arbeten. Utifrån samtal med bland andra Skarpa kvinns, Kvinnokartan, Ung Teatra och flera av Varbergs nya invånare tog konstnärernas arbeten nya riktningar. Byggnader och miljöer centrala för kurorten som Kallbadhuset och den pampiga spegelsalen i Varbergs Stadshotell, tidigare Stadshuset, inspirerade konstnärerna till deras iscensättningar.

I Folkrörelsernas arkiv i norra Halland finns tillgång till kurortens historia men Varbergsborna använder kurorten också idag och i miljöer som bastun på Kallbadhuset pågår viktiga samtal som kan ta oss ut "ur tiden". Samtidigt är det stora delar av befolkningen som varken använder kurortens miljöer eller har möjlighet att praktisera egenomsorg.

Vem har rätt och tillgång till egenomsorg? Vilka kroppar omfattas? Vad betyder tiden när en ägnar sig åt egenomsorg? Vilken betydelse har det

för oss att vi har möjlighet att säga vår mening? Vad kan lek och improvisation tillföra? Kan vi föreställa oss platser på nya sätt?

Crystal Z Campbell, Henna-Riikka Halonen och Eleni Kamma problematiserade under residenset begreppet egenomsorg genom frågorna ovan och klargör i sina arbeten att egenomsorg inte går att reducera till en individuell praktik. Egenomsorg handlar framför allt om hur vi förhåller oss till varandra och den kräver också att vi hela tiden reviderar de strukturer som bygger våra samhällen.

/
[ENG]
PARTICIPANT-BASED PROCESSES, SELF-CARE
AND A CONVERGENCE WITH A PLACE

More and more, art seeks out situations that engage and generate contact between people. If the artist was previously thought to create based on their own ingenuity, today artists often seek out networks, situations and places of interest to them in order to work with others. With this work method the people who meet the artists are transformed from a passive audience into active participants. Working with participatory processes in a residency is a rewarding way for the artist to understand a given place and the people who live there. At the residency Self-Care Then and Now, the artists worked with associations, interest organisations and individual Varberg residents, as well as with archives, collections and academia.

How can we truly talk to one another about how we live our lives?

During the residency, several salons were held at the cultural center Komedianten. The salons explored self-care from different perspectives and invited researchers and experts in the areas; they were also open for participation from the general public. Henric Benesch, Ingrid Holmberg and Elisabeth Punzi were invited to one of the salons; they are all researchers at the University of Gothenburg and involved with the interdisciplinary Center for Critical Heritage Studies, which studies the legacy of history in our time. In a fruitful exchange of academic theory and artistic practice, they unpacked and discussed how Swedish society is organised and how social services, health and medical care, and the temperance movement developed in Sweden. Self-care was discussed among other things as a method an individual can use to stay sane in non-functioning systems or at workplaces with hierarchies and on-going conflicts that cannot actually be solved at the individual level. The conversation subsequently reflected on temporality and time, knowledge and learning, and the meaning of investigative work – to constantly try to see more, to get beneath the surface and ruminate on what already exists in a place.

Meetings with the associations in Varberg were crucial to the artists' work in many ways. Based on conversations, with among others, Skarpa





Kvinnas, Kvinnokartan, Ung Teatra and several of Varberg's new residents, the artists' work moved in new directions. Buildings and environments that are central to the health resort, such as Kallbadhuset (the cold bath house) and the majestic hall of mirrors at Varbergs Stadshotell, formerly Stadshuset, inspired the artists' works.



The history of the health resort is available in The Popular Movements Archive, but Varberg residents also use the spa region today, and in environments like the sauna at the Kallbadhuset, important discussions take place that can be viewed as timeless. At the same time, much of the population neither uses the environments of the spa culture nor can practice self-care.

Who has the right and access to self-care? Which bodies are included? What does time mean when we spend time on self-care? What significance does it have for us to be able to speak up? What can play and improvisation add? Can we depict places in new ways?

During the residency, Crystal Z Campbell, Henna-Riikka Halonen and Eleni Kamma unpacked self-care through the questions above and in and through their works, they make it clear that self-care cannot be reduced to an individual practice. Above all, self-care is about how we relate to one another and it also requires us to constantly revise the structures that build our society.



[SE]

RESIDENSTEAM

Verksamhetsledare, konstnärlig ledare
& ansvarig redaktör AIO Journal:
Petra Johansson
Processledare, redaktör & skribent
AIO Journal: Cecilia Gelin
Kulturproducent: Davor Abazovic
Grafisk form: Hanna Bergman
Film: Kristina Meiton
Ljud & mix: Helena Persson
Lokal projektledare: Krystallia Sakellariou
Kultur- och fritidsförvaltningen Varbergs
kommun: Sofie Brinkmo, Camilla Pahlsson
& Hanna Eliasson
Kommunikatör Region Halland: Linda
Tillander

SAMARBETSPARTER:

Centrum för kritiska kulturarvsstudier/GU
Folkrörelsernas arkiv i norra Halland
Hallands kulturhistoriska museum
Kallbadhuset Varberg
Skogen, Göteborg
Teater Halland
Varbergs Stadshotell

Tack till alla Varbergsbor och föreningar i
Varberg som på olika sätt bidragit till konst-
närernas arbeten.

ART INSIDE OUT

Art Inside Out är en nomadisk institution för
konstnärliga residens i alla konstformer och
genrer. Konstnärer bjuds in att verka till-
sammans med institutioner, medborgare och
lokala aktörer med Halland som spelplats.
Genom att arbeta i processer som är öppna
och inte på förhand bestämda uppstår nya
sammanhang där konsten skapar utrymme
för nya perspektiv.

Art Inside Out drivs av Region Halland
tillsammans med Falkenbergs kommun,
Halmstads kommun, Hylte kommun,
Kungsbacka kommun, Laholms kommun och
Varbergs kommun.

[ENG]

RESIDENCY TEAM

Artistic Leader, Operational Manager
& Managing Editor AIO Journal: Petra
Johansson
Processleader, Editor & Author AIO Journal:
Cecilia Gelin
Producer: Davor Abazovic
Graphic Design: Hanna Bergman
Film: Kristina Meiton
Sound & Editing: Helena Persson
Local Project Manager: Krystallia Sakellariou
Municipality of Varberg: Sofie Brinkmo,
Camilla Pahlsson & Hanna Eliasson
Communications Region Halland: Linda
Tillander

COLLABORATIVE PARTNERS:

Critical Heritage Studies, University of
Gothenburg
The Popular Movements Archive
Halland Museum of Cultural History
Kallbadhuset Varberg
Skogen, Gothenburg
Teater Halland
Varbergs Stadshotell

Thank you to the inhabitants and associa-
tions of Varberg that in different ways have
contributed to the artists' works.

ART INSIDE OUT

Art Inside Out is a nomadic institution for
artist-in-residence in all art forms and gen-
res. Artists are invited to explore the pos-
sibilities for their own art practices, as well
as delve into new collaborations, with the
county of Halland as a playing field. Through
an open process that leaves room for the
unforeseen, there is the opportunity for new
discourse, where art generates creative
solutions and new ways of seeing the world.

Art Inside Out is operated by Region
Halland, together with the municipalities
of Kungsbacka, Varberg, Falkenberg, Hylte,
Halmstad, and Laholm.

[SE]

KOLOFON

Egenomsorg och arvet efter kurorten
Art Inside Out #7 Varbergs kommun
29 april–8 september 2019

Ansvarig redaktör & skribent: Petra Johansson
Redaktör & skribent: Cecilia Gelin
Grafisk form: Hanna Bergman
Fotografi: Davor Abazovic, Krystallia
Sakellariou, Petra Johansson, Cecilia Gelin
Medverkande: Mattias Hagström, Christina
Andersson-Wiking, Crystal Z Campbell,
Henna-Riikka Halonen, Eleni Kamma
Film: Kristina Meiton
Ljud, inspelning & mix: Helena Persson
Podd: Petra Johansson (intervju
& inspelning), Helena Persson (redigering)
Översättning: Nordisk Undertext

Tryckt på Göteborgstryckeriet
Upplaga 800 exemplar

ISBN nr: 978-91-639-5912-7
Copyright: Art Inside Out 2019

Denna publikation kan beställas
via artinsideout.se

[ENG]

COLOPHON

Self-Care Then and Now
Art Inside Out #7 Varbergs kommun
April 29–September 8, 2019

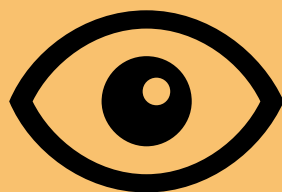
Managing Editor & Author: Petra Johansson
Editor & Author: Cecilia Gelin
Graphic Design: Hanna Bergman
Photography: Davor Abazovic, Krystallia
Sakellariou, Petra Johansson, Cecilia Gelin
Contributors: Mattias Hagström, Christina
Andersson-Wiking, Crystal Z Campbell,
Henna-Riikka Halonen, Eleni Kamma
Film: Kristina Meiton
Sound, Recording & Mix: Helena Persson
Podcast: Petra Johansson (Interview
& Recording), Helena Persson (Editing)
Translation: Nordisk Undertext

Printed by Göteborgstryckeriet
Edition of 800

ISBN nr: 978-91-639-5912-7
Copyright: Art Inside Out 2019

This publication can be ordered
at artinsideout.se





och / and



Ladda ner appen *Look & Listen* via App Store. Använd hörlurar för bästa upplevelse. / Download the *Look & Listen* app on App Store. Headphones are recommended.

artinsideout.se

