

PHYSIO PUNK

VOL 1

LIVET UNDER KUPLER

Oda Molden

OPENPHYSIO | JOURNAL

LIVET UNDER KUPLER

Oda Molden, Bachelorprogrammet i fysioterapi, Institutt for helse- og omsorgsfag, UiT Norges arktiske universitet.

«Livet under kupler» er satt i en futuristisk verden etter at betydelig ødeleggelse har ført til ugjestmilde og ustabile værforhold. Dette har presset menneske-, dyre- og planteliv til nye urbane omgivelser under beskyttende kupler. Teknologien er svært avansert, og mennesker, roboter og kunstig intelligens lever og arbeider fredelig side om side. Dette sikrer bærekraftige økosystemer, fremmer biologisk mangfold og god mental og fysisk helse for folk. Å bygge kupler og forskjellige økosystemer i dem blir et helsetiltak i seg selv, da det gir ly og rehabiliterende rom for mennesker, planter og dyr. Gjennom sin utforskning av nye oppgaver gir fortellingen en følelse av at fremtidige samfunn ikke kan gjenta det som har skjedd «der ute» før. For at befolkningen skal ha god helse må miljøet de lever i beskyttes, uansett hvordan vi bor.



Det er en helt vanlig dag. Året er 2139. Sola skinner inn vinduet og fyller rommet med en varm og deilig farge. Cathrine våkner og strekker seg i senga. Hun reiser seg sakte opp mens hun prøver å gni søvnen ut av øynene. Hun stikker føttene inn i de lodne, rosa tøflene som står nedfor senga og strekker seg etter den grå morgenkåpa og kler den på seg som et stort teppe. Deretter tusler hun ut av rommet og inn på kjøkkenet. I det hun kommer inn på kjøkkenet mumler hun: «en kopp svart kaffe», mens hun går frem til kjøkkenbenken og lener seg mot den. Med

trøtte øyne ser hun at maskinen setter frem en kopp og begynner med traktningen. Den svarte kaffen begynner å fylle koppen og en kunstig lukt sprer seg i rommet.

Etter bare noen sekunder høres en munter liten melodi som et signal på at kaffen hennes er ferdig. Hun griner litt på nesen i det hun setter leppene mot koppen - hun bli aldri helt vant til den kunstige smaken. Kaffe er nå en vare som nesten er umulig å få tak i. Dette er fordi den globale oppvarmingen over de siste hundre årene har gjort slik at

klimaet har endret seg drastisk. Det har blitt varmere og fuktigere, og kaffebuskene klarer ikke å leve i et altfor varmt klima, noe som har ført til at kaffe nå er en mangelvare. Cathrine fikk smaken på kaffe når hun var yngre, mens nå er det bare den kunstige kaffen hun får tak i. Bare de aller rikeste i samfunnet har nå penger og ressurser til å skaffe seg ekte kaffe.

Cathrine tar med seg den rykende varme koppen og setter seg ned i lenestolen i stua. Her har hun store panoramavinduer som åpner opp til en helt enestående utsikt. Nå er det strålende sol og nesten helt skyfritt, men hun vet at dette kan snu raskt. På grunn av klimaendringene de siste hundre årene så har man nå fått et ekstremt skiftende vær der det kan gå fra relativt høye temperaturer til lave temperaturer kjapt. Cathrine tar en ny slurk av kaffen før hun sier ut i rommet: «Aurora, få værmelding og temperatur for i dag». «Skal bli», hører man en myk damestemme svare. «Været for i dag starter med sol og 17 grader, men utpå ettermiddagen vil det bli overskyet, regn, kraftig vind og ned til 4 grader. På natten vil temperaturen synke ned til -7 og det vil ise på», sier damestemmen ut i rommet.

Cathrine sukker stille for seg selv mens hun svarer: «Takk. Skru på vannrensemaskinen er du snill, og gjør klart til en dusj». Det er ikke slik at alle har tilgang til rent vann lengre, men man har funnet opp maskiner som kan rense og gjenbruke regnvannet som kommer ned i de hyppige, store stormene. Hun setter fra seg kaffekoppen på kjøkkenbenken og

tusler inn på badet. Den digitale klokken som henger på veggen, viser tallene 07:45. Hun innser at hun har brukt litt lengre tid enn vanlig og begynner å få litt dårlig tid. «Aurora, legg frem en ny uniform, sokker og truse klart til meg er du snill», sier Cathrine mens hun går inn på badet for å kle av seg. «Skal bli», svarer det fra huset. Cathrine smiler til seg selv og går inn i dusjen.

Akkurat 15 minutter senere står Cathrine ferdig påkledd og grer ut flokene i det våte håret. I det hun er ferdig pusser hun kjapt over tennene og gliser til seg selv i speilet før hun plukker med seg en bag og går ut døra. På tur ut av døra hun roper: «Aurora, lås etter meg, jeg drar på jobb!». Døra går igjen og man hører at den låses. Cathrine trykker på armbåndet rundthåndleddet sitt og det kommer opp en digital skjerm som lyser 08:05. «Svartel!», hveser hun. «For sein på jobb – igjen!», sier hun til seg selv mens hun hopper opp på jettbrettet sitt som står parkert nedfor trappa og suser nedover veien.

Cathrine hopper av brettet og løper de siste meterne inn til kuppelen. Der skanner hun fingeravtrykk og iris før det kommer opp et grønt lys rundt døren og den går opp. Cathrine skynder seg inn på kontoret. «Hektisk morgen?», kommer det fra Finn, den ene kollegaen hennes. «Sorry, jeg lover jeg skal jobbe overtid i dag!», sier hun andpusten mens hun slenger fra seg bagen på bordet. «Du vet vi har mye å gjøre i dag, det skal plantes nye trær nede på østsiden og vi er nesten ferdige med de

nye kuplene ved sentrum», sier Finn, mens han kikker på henne over de store brillene sine. «Ja jeg veit, jeg skal komme meg bort dit med en gang», sier hun mens hun setter håret opp i en hestehale.

Cathrine jobber som fysioterapeut i 10 år nå. Dagen hennes er variert og hun gjør mye forskjellig, men akkurat nå jobber hun mest i og med kuplene. Der oppholder hun seg i mesteparten av dagen. På grunn av varierende vær og temperatur sliter flere og flere med leddgikt, og man har ikke lenger noen steder som har en stabil temperatur eller klima som ikke er for varmt eller for kaldt. Derfor har fysioterapeuter (sammen med andre profesjoner) bygget kupler der de planter trær og skaper et eget lite økosystem med en god, stabil temperatur. Det er også dyr i disse kuplene for at det skal bli komplett. Kuplene fungerer både som et oppholdssted og behandlingssted. Det er flere og flere som ikke klarer å håndtere de store værforskjellene, så det er hundrevis av kupler i mange forskjellige størrelser og med forskjellige formål.

I de største kuplene bor det folk stort sett hele tiden. Her jobber Cathrine og de andre med å holde temperaturen stabil, plante trær og ta vare på gress, planter, blomster, og skape en slags kunstig sol slik at både mennesker og planter kan leve godt der inne. I andre kupler er det satt mer fokus på dyreliv, og de jobber med å skape skoger slik at det blir forskjellige økosystem som kan bli så store at de til slutt kanskje kan føre til at det blir et større dyre- og

“**DET HAR VÆRT ET STORT PROBLEM MED AT FLERE OG FLERE ER INAKTIV PÅ GRUNN AV NY TEKNOLOGI OG FÅ FYSISK AKTIVE JOBBER. DE SOM ER I AKTIVITET, TRENER SOM REGELS INNE OG VÅGER SEG IKKE OFTE UT PÅ GRUNN AV DET SKIFTENDE VÆRET. PLANEN ER DERFOR Å LAGE EN KUPPEL MED MYE TRÆR OG ANDRE PLANTER SLIK AT DET BLIR EN SLAGS JUNGEL SLIK AT MAN KAN FÅ EN «UTENDØRS» TRENINGSPARK – MEN SOM IKKE ER HELT UTENDØRS LIKEVEL!**”

planteliv utenfor domene også. Her er det oppfostring av forskjellige dyrearter og nøye overvåking av dyrebestanden slik at de har best mulige forutsetninger for å kunne vokse seg større og å skape et rikt dyremangfold. Cathrine skal tilbringe dagen i dag i de nye kuplene nede ved sentrum.

Cathrine har allerede hoppet opp på jettbrettet sitt igjen og sust nedover til sentrum. Hun kjører til parkeringen og

hopper av brettet samtidig som hun tar tak i den ene siden på det og løfter det opp under armen. Rad etter rad står parkeringsplassene til forskjellige jettbrett. De ligner litt på gamle sykelparkeringer, men er designet slik at du får brettet ditt plassert inn på høykant. Cathrine legger fra seg brettet i en av de ledige plassene, og det blir låst fast med fingeravtrykket hennes. Hun kaster et blikk bort på det gigantiske byggverket som står fremfor henne. «Herregud, dette blir bra», sier hun til seg selv og kjenner at et stort glis vokser frem i det hun nærmer seg inngangen.

Denne kuppelen er ekstra spesiell for Cathrine. Ikke bare fordi hun er en av de som har hovedansvaret for organisering, bygging, planting og overvåking, men fordi den blir bygget for et formål som står hennes hjerte nært. Kuppelen har som formål og styrke både den fysiske og psykiske helsen til befolkningen i byen. Det har vært et stort problem med at flere og flere er inaktiv på grunn av ny teknologi og få fysisk aktive jobber. De som er i aktivitet, trener som regel inne, og våger seg ofte ikke ut på grunn av det skiftende været. Planen er derfor å lage en kuppel med mye trær og andre planter slik at det blir en slags jungel slik at man kan få en «utendørs» treningspark – men som ikke er helt utendørs likevel! I tillegg gir det rom for flere habitat for dyr og insekter som er med på å skape et fint klima. Dette vil være med å forbedre den generelle fysiske helsen, men også den psykiske helsen til befolkningen. Å kunne ha tilgang til natur, å kunne være fysisk

aktiv og å være i samspill med dyr og mennesker vil være med på å forbedre den psykiske helsen ekstremt mye.

Cathrine går inn i kuppelen og der er det allerede fullt av både mennesker og roboter som bygger, planter, bærer og sår. Hun ser at det ikke er mye igjen på byggingen av selve kuppelen og at det

“

**«HEI, CATHRINE!
ENDELIG ER DU HER! VI
TRENGER HJELP TIL Å
PLANTE DE SISTE TRÆRNE
PÅ ANDRE SIDEN AV
DOMEN!», ROPER EN
KOLLEGA TIL HENNE
NOEN TITALLS METER
UNNA. «JEG KOMMER!»,
ROPER HUN TILBAKE
MENS HUN TAR EN SISTE
KIKK RUNDT SEG FØR
HUN SNUR SEG RUNDT
OG SMÅJOGGER LENGRE
INN I KUPPELEN. PÅ BARE
NOEN SEKUNDER
FORSVINNER HUN INN I
SAMMENSURIET AV
STEMMER, MENNESKER,
ROBOTER OG NATUR.**

er kommet mye planter og trær allerede. Heldigvis har de laget en vidundermix for at trær og planter skal vokse superraskt slik at det ikke tar lang

tid å få miljøet inne i kuppelen ferdig. Vel inne i kuppelen føles det ut som Cathrine er på en gigantisk byggeplass. Det er en eneste stor summing av stemmer som snakker samtidig og det bygges, bankes, skjæres og transporteres materiale og planter om hverandre. Cathrine setter hendene i siden og tar seg litt tid til å bare se seg om å ta inn alle inntrykkene. Hun gleder seg såååå til at hele dette rommet skal bli fylt med fuglekvisper!

«Hei, Cathrine! Endelig er du her! Vi trenger hjelp til å plante de siste trærne på andre siden av dommen!», roper en

kollega til henne noen titalls meter unna. «Jeg kommer!», roper hun tilbake. Hun tar en siste kikk rundt seg før hun snur seg rundt og småjogger lengre inn i kuppelen. I løpet av noen sekunder forsvinner hun inn i sammensuriet av stemmer, mennesker, roboter og natur.

SUGGESTED CITATION

Molden, O. (2021). Livet under kupler. I Maric, F., Nikolaisen, L.J., & Bårdsen, Å. (Red.). Physiopunk Vol 1. OpenPhysio Journal. <http://doi.org/10.14426/opj/202111pp15>