

HANDLEDNING

Nästan allt om

SEX

i Sverige

För dig som vill diskutera och lära ut om sex utifrån youtubeserien.

INNEHÅLL

| | |
|--|-------|
| Introduktion | s. 3 |
| Normer..... | s. 4 |
| Normkritik..... | s. 4 |
| Bra att tänka på..... | s. 4 |
| Den sexuella kroppen | s. 5 |
| Lagar om sex | s. 7 |
| Sex och könssjukdomar | s. 9 |
| Att bli eller inte bli med barn | s. 14 |
| Homo, bi, trans och queer | s. 16 |
| Det här är sex | s. 18 |
| Bilaga 1 – Kort till övning Klamydialeken..... | s. 20 |
| Bilaga 2 – Kort till övning Normer om sex..... | s. 24 |

Introduktion

Vad roligt att du vill prata om kroppen, sex och relationer!

Den här handledningen riktar sig till dig som är lärare, boendepersonal, fritidsledare, ledare inom en ideell förening eller som på något annat sätt möter unga och vill diskutera frågor som rör sexualupplysning i grupp. Kanske är du van att undervisa och prata kring frågor som rör kroppen, sex och relationer eller kanske är det här lite mer nytt. Faktakunskaper finns i avsnitten så denna handledning är till för att ge idéer och underlätta vidare diskussion kring frågorna som lyfts i avsnitten. Förhoppningen är att även du som känner dig lite osäker på din sexualkunskap ska kunna hålla i ett pass. Uppläggen i den här handledningen är förslag på övningar och frågor som vi tycker passar till avsnitten men kanske är det helt andra saker som känns relevanta i din grupp eller som gruppen lyfter i samband med att ni tittar på avsnittet.

Alla avsnitt finns på normbanken.se.

Om du tipsa deltagarna om filmerna finns det även på vår youtubekanal, [youtube.com/NästanalltomsexiSverige](https://www.youtube.com/NästanalltomsexiSverige)

Den sexuella kroppen



INNEHÅLL

- Könsorganens anatomi
- Kort om mens och reproduktion
- Erektion
- Myten om mödomshinnan
- Könsstympning och omskärelse



ORDLISTA

Ord som kan vara bra att gå igenom och säkerställa förståelse av innan lektionen.

Slemhinna – finns där utsidan och insidan av kroppen möts, som munnen, näsan, vaginan, penis eller anus

Plats för egna ord:

.....

.....

.....



ÖVNINGAR

Könsorgansord

Be gruppen om förslag på olika ord för könsorganen som de vet eller hört andra använda och skriv upp dem på tavlan. När förslagen tar slut får gruppen diskutera kring orden. Vilka ord kan en använda när? Använder en samma ord när en pratar med sin läkare och dom en har sex med? Finns det ord som är mer laddade än andra? Vilka är positiva eller negativa?



DISKUSSIONSFRÅGOR

Alaa säger *”Jag tycker att det är jätteviktigt att alla vet, att de sexuella organen är lika de andra organen i kroppen och dom påverkar vårt liv, varje dag.”* Kan det vara laddat, bra, pinsamt, intressant, obekvämt eller praktiskt att se bilder på könsorganen? Vad beror det på tänker du?

Vad behöver du veta om könsorganen för att kunna ha sex på ett bra sätt? Vad behöver du veta om könsorganen även om du inte vill ha sex med andra?

Lilo säger: *”Det begreppet överlag, oskuldetsbegreppet. Är man i skuld då när man har haft sex?”* Vad tänker du om ordet oskuld? Spelar kön någon roll när vi pratar om oskuld/första gången/sexdebuten?

David säger *”Jag tycker att man ska vänta tills individen som man tänker omskära är gammal nog för att få bestämma själv om den vill göra det eller inte, så man inte gör det när den är så liten att den inte förstår.”* Vad tänker du om det? Varför tror du att omskärelse av pojkar är tillåtet i Sverige när könsstympning av flickor är förbjudet?

Plats för egna frågor:

.....

.....

.....



AVSLUTA LEKTIONEN

Avsluta gärna lektionen med att tipsa om var en kan vända sig lokalt om en vill prata med någon om könsstympning, erektionsproblem, smärtproblematik eller liknande, exempelvis kontaktuppgifter till närmaste ungdomsmottagning eller vårdcentral:

.....

.....

.....

Lagar om sex



INNEHÅLL

- Samtycke
- Sexuella trakasserier och övergrepp
- Åldersgränser
- Diskriminering på grund av kön och sexualitet
- Sex mot ersättning
- Maskulinitetsnormer



ORDLISTA

Ord som kan vara bra att gå igenom och säkerställa förståelse av innan lektionen.

Trakasserier – saker som görs för att störa eller vara taskigt, att göra saker mot någon som den inte vill, exempelvis 'sexuella trakasserier' är att göra sexuella saker mot någon som inte vill

Ömsesidighet – att alla är överens, tycker lika

Samtycke – att alla vill samma sak, exempelvis att två personer båda vill ha sex med varandra

Ersättning – att få någonting för att en gör någonting annat, exempelvis som i 'sex mot ersättning' så ger någon en ersättning för att ha sex med en, det kan vara pengar, alkohol eller saker

Plats för egna ord:

.....

.....

.....



ÖVNINGAR

Bryt!

Bryt är ett metodmaterial om normer som finns gratis på www.levandehistoria.se/material/bryt där följande övningar handlar om normer och väntningar på kön:

Gestalta kön (s. 24)

Ramarna (s. 25)



DISKUSSIONSFRÅGOR

Vad kan sexuella trakasserier vara? Vad fanns för exempel i filmen?

Vad kan du göra om någon som en kompis, chef, tränare eller lärare, utsätter andra för sexuella trakasserier?

Hur vet du om någon samtycker? Exempelvis samtycker till att få sexuella bilder skickade till sig, att någon tar på ens kropp eller att ha sex?

Att skicka dickpics eller bilder på penis är olagligt om inte samtycke finns, varför gör personer det ändå?

Shahab säger "Jag tänker att killar tränas i makt och dominans och i vissa miljöer så är det det som gäller. Att man ska inte ha några känslor, man ska vara tuff, man ska vara hård och så där." Vad tänker du om det?

David berättar "Jag har själv blivit erbjuden sex mot ersättning, av män som är betydligt äldre än mig och jag har aldrig fattat allvaret i det här." Vad tänker du om det? Många har likt David blivit erbjudna ersättning som pengar, alkohol eller droger för sex. Varför köper vissa sex, vad kan det bero på?

Vilma berättar: *”Om jag tänker på mina erfarenheter så var jag väldigt ung när jag tappade min oskuld, men jag tänkte inte att det var ett brott. Killen som jag låg med tycker inte jag gjorde något brottsligt, för jag gick med på det. Jag såg inte allvaret i hur det låg till. Men det är ju faktiskt lag på det och det är ju brottsligt.”* Vad tänker du om det? Hur kan två personer som är 14 respektive 16 år och som vill ha sex med varandra tänka?

Plats för egna frågor:

.....
.....
.....



AVSLUTA LEKTIONEN

Många unga har egen erfarenhet av att ha varit utsatt för sexuella övergrepp och sexuellt våld. Avsluta gärna lektionen med att tipsa om var en kan vända sig lokalt för att prata med någon om en har blivit utsatt, exempelvis mentor, kurator på skolan, kontaktuppgifter till polisen eller närmaste ungdomsmottagning:

.....
.....
.....

Sex och könssjukdomar



INNEHÅLL

- Vanliga könssjukdomar
- Hur könssjukdomar sprids
- Hur en kan skydda sig
- Testning
- HIV och stigma



ORDLISTA

Ord som kan vara bra att gå igenom och säkerställa förståelse av innan lektionen.

Symtom – tecken på sjukdom, som att du hostar när du är förkyld

Bakterier och virus – mikroorganismer som kan orsaka sjukdomar och infektioner, till exempel könssjukdomar

Plats för egna ord:

.....

.....

.....



ÖVNING

Klamydialeken

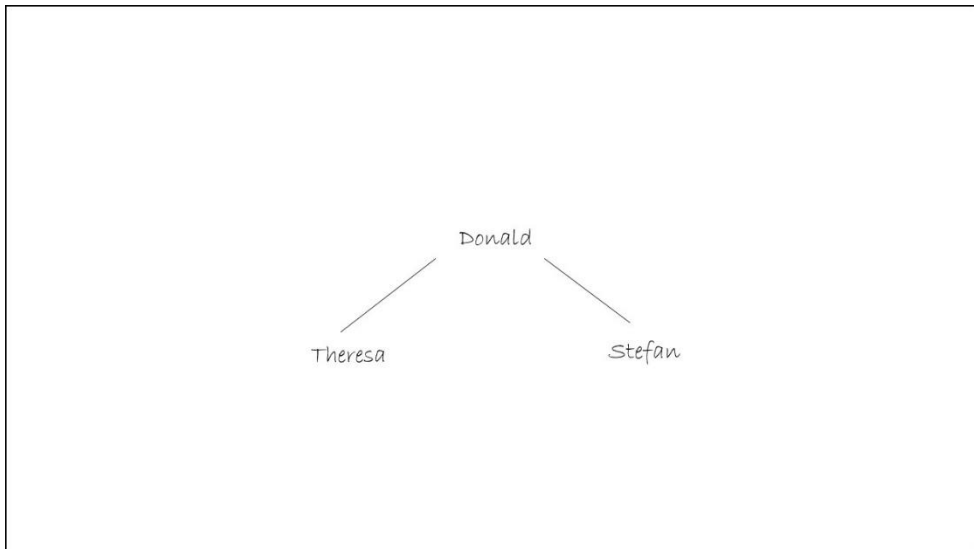
En övning där deltagarna får se hur klamydia kan spridas och hur smittspridning kan förebyggas.

Fyra olika högar med kort förbereds, karaktär, sexpartner 1, sexpartner 2 och lottning, det är samma uppsättning namn i varje hög. För kort att klippa ut till övningen, se bilaga 1. Max 30 personer kan delta i övningen, om färre deltar se till att bara ha med samma antal kort/karaktärer som deltagare.

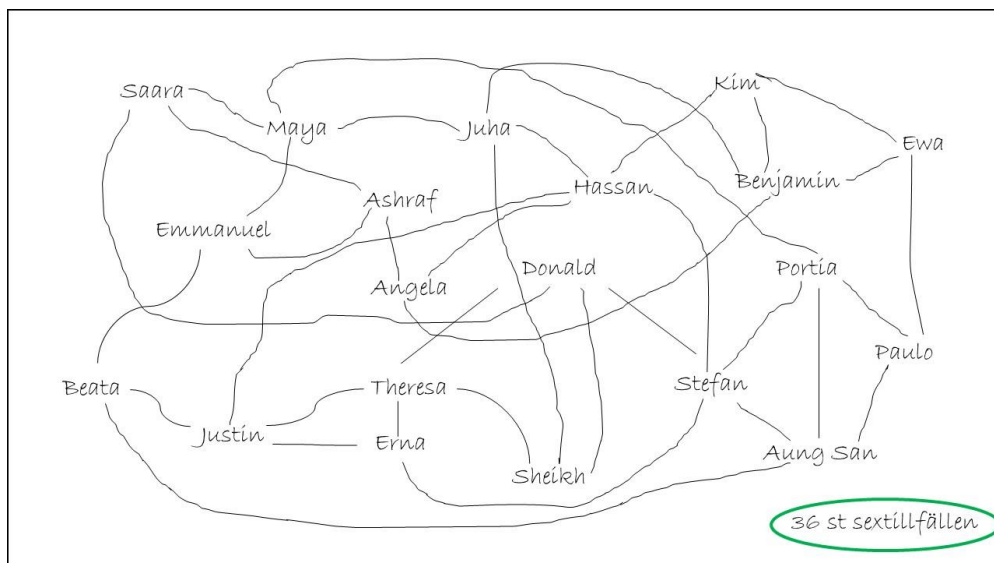
Alla deltagare drar totalt tre lappar, **1st "karaktär"**, **1st "sexpartner 1"** och **1st "sexpartner 2"**. Vissa kommer kanske att få sin karaktär också som sexpartner, det gör ingenting. Dra ett namn från korten för **lottning** och berätta att den här personen har testat positivt för klamydia. Skriv upp personens namn på tavlan och lägg tillbaka i lottningshögen.

Diskussionsfråga till gruppen: **"Hur tror ni att den här personen känner sig?"**

Fråga vem som har **karaktärskortet** med den klamydiapositiva personen och vilka **sexpartners** den har haft. Skriv upp dessa två namn på tavlan och dra ett streck mellan dessa två och den som testat positivt för klamydia.



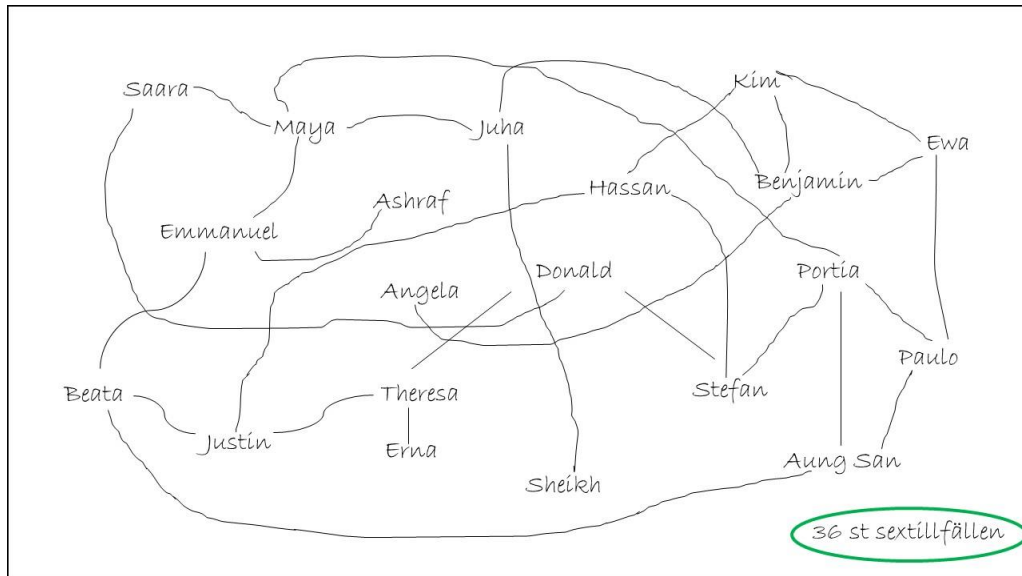
Fråga vilka karaktärer som har haft sex med någon av de tre på tavlan. Skriv upp deras namn och deras respektive sexpartners namn på tavlan. Håll själv eller be någon i gruppen att hålla räkning på antalet sextillfällen/streck. Fortsätt så till dess att alla namn befinner sig på tavlan och streck är dragna mellan de som haft sex med varandra. Det bör se ut som ett riktigt virrvarr när det är klart. Vissa kommer att ha fått flera sexpartners då andra kanske hade dem på sina lappar. Vissa kanske har dubbla streck om, ex Vladimir och Donald både hade varandra på sina sexpartnerkort. Förklara att varje streck är ett sextillfällen och innebär en risk att klamydia smittar och sprids vidare.



Diskussionsfråga till gruppen: **"Så här kan en smittspridning se ut om ingen skyddar sig, hur tänker ni om det? Var kom klamydian ifrån tänker ni, går det att hitta källan? Vem riskerar att ha smittats och spridit vidare klamydia?"**

Informera gruppen: **"Statistiskt sett har 1 av 4 personer använt kondom eller slicklapp vid det senaste sextillfället."**

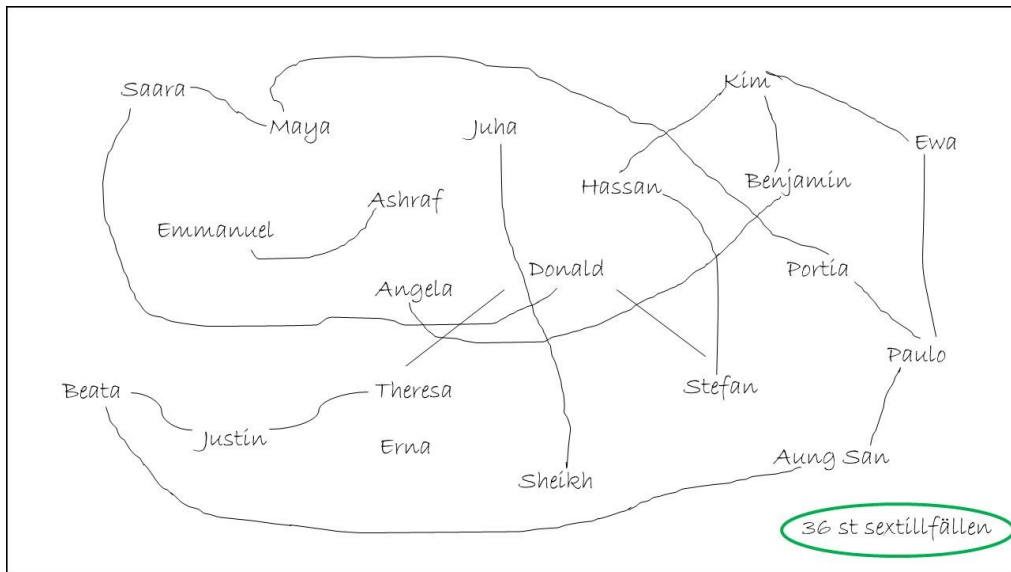
Dra antal **lottningslappar** som motsvarar en fjärdedel av antalet sextillfällen/streck på tavlan, exempelvis nio vid 36 tillfällen, avrunda nedåt vid ojämn fördelning. Dra en lapp in taget och sudda ett sextillfälle för karaktären vars namn dras, lägg sedan tillbaka lappen i högen. Förtydliga att vid dessa sextillfällen användes skydd och därför har inte en eventuell klamydiainfektion spridits vidare.



Diskussionsfråga till gruppen: **"Så här ser statistiken för att skydda sig ut idag, vad tänker ni om det?"**

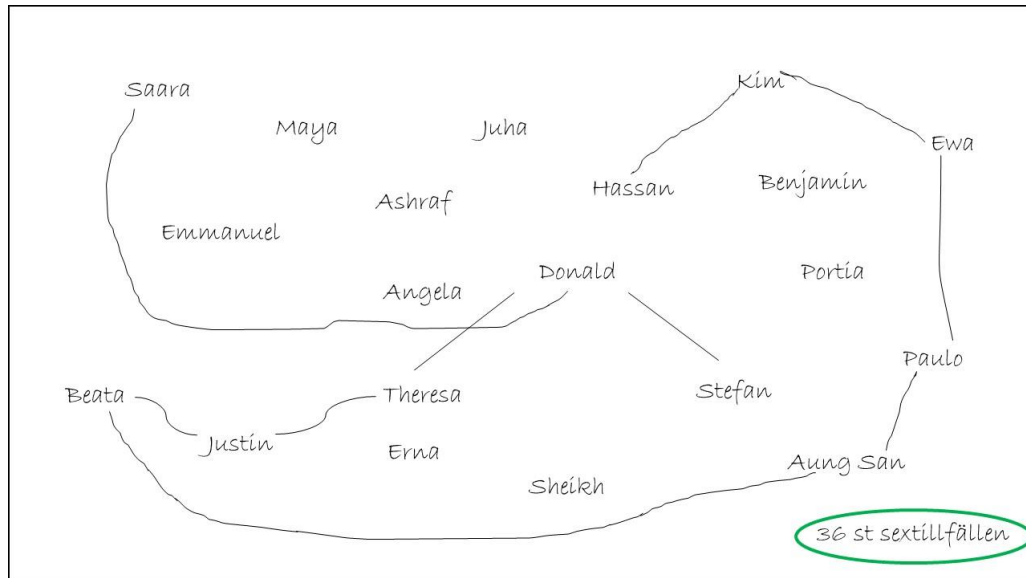
Säg till gruppen: **"Om vi säger att 50 % skulle skydda sig vad gör det åt smittspridningen?"**

Dra antal **lottningslappar** som motsvarar ytterligare en fjärdedel av antalet sextillfällen. Sudda ett sextillfälle för varje namn som dras. Om du drar ett namn som inte längre har något streck kvar så dra istället ett nytt namn.



Säg till gruppen: **"Om vi säger att 75 % skulle skydda sig vad gör det åt infektionsspridningen?"**

Dra antal lottningslappar som motsvarar ytterligare en fjärdedel av antalet sextillfällen. Sudda ett sextillfälle för varje namn som dras. Nu borde spridningen vara relativt liten.



Avsluta med att diskutera frågor kring könssjukdomar eller skydd mot könssjukdomar i gruppen, kanske har någon fråga dykt upp under övningen. Förslag på diskussionsfrågor finns nedan.

(Statistiken i övningen kommer från Folkhälsomyndighetens rapport Sexualitet och hälsa bland unga i Sverige, 2015)

? DISKUSSIONSFRÅGOR

Kondom är det vanligaste skyddet mot sexuellt överförbara infektioner. Vid vilka sorters sex bör du använda kondom? Finns det sex när du inte behöver använda kondom?

Om två personer blir tillsammans och börjar ha sex med varandra, vem har ansvaret att testa sig?

Hur skulle du reagera om du fick hem ett brev där det stod: "Någon du har haft sex med som behandlas för klamydia har uppgivit dig som sexuell kontakt. Du behöver komma och testa dig inom två veckor."?

Tänk dig att du fått klamydia och nys har börjat ha sex med en ny person. Vad tycker du är det bästa sättet att hantera den situationen?

Det har visat sig att killar testar sig för könssjukdomar i mindre utsträckning än tjejer och icke-binära (alltså personer som har ett annat kön en kille eller tjej). Varför tror ni att det är så?

Varför tror du att hivpositiva möter fortfarande fördomar? Vad kan du göra för att minska fördomarna kring hiv?

Plats för egna frågor:

.....

.....

.....



AVSLUTA LEKTIONEN

Avsluta gärna lektionen med att tipsa om var en kan vända sig för att testa sig för könssjukdomar eller få tag på kondomer i närheten, exempelvis kontaktuppgifter till närmaste ungdomsmottagning, std-mottagning eller vårdcentral, klamydia.se och gratiskondomer.nu (eller andra hemsidor som finns i ert län):

.....
.....
.....

Att bli eller inte bli med barn



INNEHÅLL

Graviditet
Preventivmedel
Abort
Mens



ORDLISTA

Ord som kan vara bra att gå igenom och säkerställa förståelse av innan lektionen.

Ambivalent – osäker eller tveksam

Prevention – att förhindra/förebygga

Plats för egna ord:

.....

.....

.....



ÖVNING

Associationsövning kring mens

Skriv upp ordet MENS på tavlan. Låt där efter deltagarna associera fritt kring ordet och skriv upp alla ord som deltagarna säger på tavlan.

Ett alternativ är att deltagarna får sitta i smågrupper och associera, orden de kommer på kan de skriva på bindor som sätts upp på tavlan. Gärna med röd/brun penna!

Utgår från de ord som deltagarna använder, om det är otydligt eller väldigt kränkande be deltagaren att förklara eller omformulera. Syftet med övningen är att visa bredden i associationer och belysa eventuell stigma som kan finnas kring att prata öppet om mens.

Samma övning går att göra kring andra ord som "abort", "p-piller" eller "förälder".



DISKUSSIONSFRÅGOR

Vad finns det för fördelar och nackdelar med att skaffa barn tycker du? Spelar ens ålder in här?

Vems ansvar är det att preventivmedel används så att inte en oönskad graviditet uppstår?

Hur tycker du det pratas om mens i din omgivning? Pratas det öppet om mens i alla sammanhang?

Tycker du att någon annan än den som är gravid ska ha inflytande över beslut om abort? Vem då och hur stort inflytande?

Ser ni några samband mellan religioner och politik när det kommer till abortfrågan?

Hur tror ni abortfrågan kommer utvecklas de närmaste tio åren? Åt vilket håll?

Plats för egna frågor:

.....

.....

.....



AVSLUTA LEKTIONEN

Avsluta gärna lektionen med att tipsa om var en kan vända sig för att träffa en barnmorska eller få råd kring preventivmedel och abort, exempelvis kontaktuppgifter till närmaste ungdomsmottagning eller vårdcentral:

.....

.....

.....

Homo, bi, trans och queer



INNEHÅLL

Hbtq

Sexualitet och sexuella identiteter

Könsidentitet och trans*

Kärlek och ragging



ORDLISTA

Ord som kan vara bra att gå igenom och säkerställa förståelse av innan lektionen.

Rättigheter – det du får lov att vara, göra eller ha, som att du får vara tillsammans med någon oavsett kön eller att du får gå i skolan

Normer – förväntningar på människor och situationer, som att i Sverige är en norm att vi inte börjar prata med personer vi inte känner på busshållplatsen eller i hissen eller att vi förväntar oss att killar blir kära i tjejer och tjejer blir kära i killar

Plats för egna ord:

.....

.....

.....



ÖVNING

Bryt!

Ett metodmaterial om normer som finns gratis på www.levandehistoria.se/material/bryt

Övningen **"Heteroprivilegier"** (s. 62) där deltagarna i smågrupper får diskutera fördelar som heterosexuella personer har i samhället.



DISKUSSIONSFRÅGOR

När och hur vet en vilken sexuell läggning/sexualitet en har? Hur viktigt är det?

När och hur vet en vilket kön/könsidentitet en har? Hur viktigt är det?

Stina säger: **"Jag känner bara, när kom man in? Vart kom man in? För att man ställer ju aldrig en fråga till nån som är hetero, 'När kom du på att du var hetero?'"** Varför behöver inte heterosexuella personer "komma ut" med sin sexuella läggning?

David säger: **"Heteronormen säger att alla förväntas vara heterosexuella och att alla som då föds som pojkar ska identifiera sig som det resten ut av livet och dom ska bara kunna blir kära i tjejer och tvärtom. Och det påverkar ganska mycket."** Hur påverkas vi av heteronormen?

På vilket sätt påverkas rättigheter för hbtq-personer av politik och religion? Hur tror du att utvecklingen kommer att se ut framöver?

Vad tycker du om deltagarnas tips för hur en träffar någon? Vad har du själv för tips?

Plats för egna frågor:

.....

.....

.....



AVSLUTA LEKTIONEN

Avsluta gärna lektionen med att tipsa om var en kan vända sig om en har funderingar kring hbtq, könsidentitet eller sexualitet, exempelvis kontaktuppgifter till närmaste RFSL Newcomers eller RFSL verksamhet, ungdomsmottagningen eller kurator/skolsköterska på skolan:

.....

.....

.....

Det här är sex



INNEHÅLL

Lust och upphetsning, fysiskt och känslomässigt
Olika sexuella praktiker
Samtycke
Sexuell kommunikation



ORDLISTA

Ord som kan vara bra att gå igenom och säkerställa förståelse av innan lektionen.

Kommunikation - att berätta, visa eller på annat sätt uttrycka vad en känner och tycker

Hänsyn – att visa respekt för andra eller att tänka på hur andra känner

Nerver – leder elektriska impulser i kroppen och gör att vi känner saker, som att något är skönt eller gör ont

Plats för egna ord:

.....
.....
.....



ÖVNING

Normer kring sex

I denna övning ska deltagarna få fundera kring normer om sex. Börja med att förklara normer om du känner dig osäker på om gruppen känner till begreppet. Normer kan förklaras som samhällets förväntningar och vad samhället ser som normalt eller onormalt.

Dela in gruppen i mindre grupper på 4-5 deltagare som får lappar med olika sexuella praktiker/situationer och en större lapp med ordet NORMEN.

Första delen är vad de tror att personer i deras föräldrars ålder tycker och placeras de olika praktikerna/situationerna nära eller långt ifrån normen om de tror att personer i deras föräldrars ålder tycker att det är mer eller mindre normalt eller accepterat.

Efter en stund be deltagarna berätta vad de tror och tänker.

Andra delen är vad de tror att personer i deras egen ålder tycker och be dem flytta lapparna om de tror att personer i deras egen ålder tycker att de olika praktikerna/situationerna är mer eller mindre normalt eller accepterat. Var tydlig med att det här handlar om vad samhället i stort tycker, vad normen säger, och inte vad de som individer tycker.

När grupperna är klara är det bra att samla ihop grupper och diskutera, se förslag på frågor nedan. För lappar att klippa ut, se bilaga 2.



DISKUSSIONSFRÅGOR

Vilket ses som normalt och vilket ses som onormalt i samhället? Skiljer det här sig åt mellan generationer eller personer i olika åldrar?

Ses vissa sexuella praktiker som bättre eller sämre än andra? Varför är det så?

Hänger normer kring sex ihop med normer kring kön och sexuell läggning?

Hur skiljer sig sex inom porr och sex på riktigt?

Plats för egna frågor:

.....
.....
.....

 **AVSLUTA LEKTIONEN**

Avsluta gärna lektionen med att tipsa om var en kan vända sig lokalt om en vill prata med någon om erektionsproblem, smärta vid sex eller liknande, exempelvis kontaktuppgifter till närmaste ungdomsmottagning eller hälsocentral:

.....
.....
.....

Bilaga 1

Kort till övningen Klamydialeken.

| | | |
|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| Karaktär Saara | Karaktär Maya | Karaktär Emmanuel |
| Karaktär Beata | Karaktär Justin | Karaktär Angela |
| Karaktär Theresa | Karaktär Erna | Karaktär Juha |
| Karaktär Donald | Karaktär Sheikh | Karaktär Hassan |
| Karaktär Kim | Karaktär Benjamin | Karaktär Stefan |
| Karaktär Portia | Karaktär Aung San | Karaktär Paulo |
| Karaktär Ewa | Karaktär Ashraf | Karaktär Natalia |
| Karaktär Lars | Karaktär Kamla | Karaktär Ana |
| Karaktär Florence | Karaktär Johanna | Karaktär Bjarni |
| Karaktär Vladimir | Karaktär Mohamed | Karaktär Lee |

| | | |
|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|
| Sexpartner 1 Saara | Sexpartner 1 Maya | Sexpartner 1 Emmanuel |
| Sexpartner 1 Beata | Sexpartner 1 Justin | Sexpartner 1 Angela |
| Sexpartner 1 Theresa | Sexpartner 1 Erna | Sexpartner 1 Juha |
| Sexpartner 1 Donald | Sexpartner 1 Sheikh | Sexpartner 1 Hassan |
| Sexpartner 1 Kim | Sexpartner 1 Benjamin | Sexpartner 1 Stefan |
| Sexpartner 1 Portia | Sexpartner 1 Aung San | Sexpartner 1 Paulo |
| Sexpartner 1 Ewa | Sexpartner 1 Ashraf | Sexpartner 1 Natalia |
| Sexpartner 1 Lars | Sexpartner 1 Kamla | Sexpartner 1 Ana |
| Sexpartner 1 Florence | Sexpartner 1 Johanna | Sexpartner 1 Bjarni |
| Sexpartner 1 Vladimir | Sexpartner 1 Mohamed | Sexpartner 1 Lee |

| | | |
|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|
| Sexpartner 2 Saara | Sexpartner 2 Maya | Sexpartner 2 Emmanuel |
| Sexpartner 2 Beata | Sexpartner 2 Justin | Sexpartner 2 Angela |
| Sexpartner 2 Theresa | Sexpartner 2 Erna | Sexpartner 2 Juha |
| Sexpartner 2 Donald | Sexpartner 2 Sheikh | Sexpartner 2 Hassan |
| Sexpartner 2 Kim | Sexpartner 2 Benjamin | Sexpartner 2 Stefan |
| Sexpartner 2 Portia | Sexpartner 2 Aung San | Sexpartner 2 Paulo |
| Sexpartner 2 Ewa | Sexpartner 2 Ashraf | Sexpartner 2 Natalia |
| Sexpartner 2 Lars | Sexpartner 2 Kamla | Sexpartner 2 Ana |
| Sexpartner 2 Florence | Sexpartner 2 Johanna | Sexpartner 2 Bjarni |
| Sexpartner 2 Vladimir | Sexpartner 2 Mohamed | Sexpartner 2 Lee |

| | | |
|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| Lottning Saara | Lottning Maya | Lottning Emmanuel |
| Lottning Beata | Lottning Justin | Lottning Angela |
| Lottning Theresa | Lottning Erna | Lottning Juha |
| Lottning Donald | Lottning Sheikh | Lottning Hassan |
| Lottning Kim | Lottning Benjamin | Lottning Stefan |
| Lottning Portia | Lottning Aung San | Lottning Paulo |
| Lottning Ewa | Lottning Ashraf | Lottning Natalia |
| Lottning Lars | Lottning Kamla | Lottning Ana |
| Lottning Florence | Lottning Johanna | Lottning Bjarni |
| Lottning Vladimir | Lottning Mohamed | Lottning Lee |

Bilaga 2

Kort till övningen Normer om sex.

| Onani | Gruppsex |
|---|--|
| Sex med mellan två personer | Sex inom kärleksrelation |
| Sex med okänd person | Sex med kompis |
| Sex inomhus | Sex utomhus |
| Sex med någon i samma ålder | Äldre man och yngre kvinna |
| Äldre kvinna och yngre man | Sex över telefon |
| Sex genom SMS | Sex genom webbcam |
| Killar som har sex med varandra | Tjejer som har sex med varandra |
| Killar och tjejer som har sex med varandra | Sex mellan ett gift par |
| Sex innan äktenskap | Sexleksaker |



NORMEN



NORMEN



Kunskapsnätverket SRHR Norr

Hälsofrämjande och förebyggande information och vägledning inom området sexuell och reproduktiv hälsa och rättigheter.

REGION
JÄMTLAND
HÄRJEDALEN



Landstinget
Västernorrland



REGION
NORRBOTTEN



Västerbottens
läns landsting