

A serene landscape featuring a calm body of water in the foreground, with several tall, thin reeds or grasses growing from it. In the middle ground, a small duck and its chick are swimming on the water. The background is a soft, hazy view of a forested hillside. The scene is framed by out-of-focus green leaves in the upper and lower corners, suggesting a view from a nearby tree or bush. The overall atmosphere is peaceful and natural.

**Ursäkta om jag  
blir lite Tjätig....  
Men ännu en Ljuvlig Morgon!  
Å lilla Skäggdoppingen  
Får frukost.**



**Årets Sädesärlor är helt  
klart lika förtjusta i vår  
brygga som Jag!**


**Måsarna började helt  
plötsligt säga helt andra  
saker än det vanliga.  
Jag titta upp och ser en  
Fiskljuse komma seglande.**






**Närmar mig  
Morgondoppet  
mer och mer!  
Många Goa Intryck!**






**Skäggdoppingfamiljen har  
förflyttat sig medans jag  
badade.  
Ha det så bra!  
Så ses vi nästa vecka!**



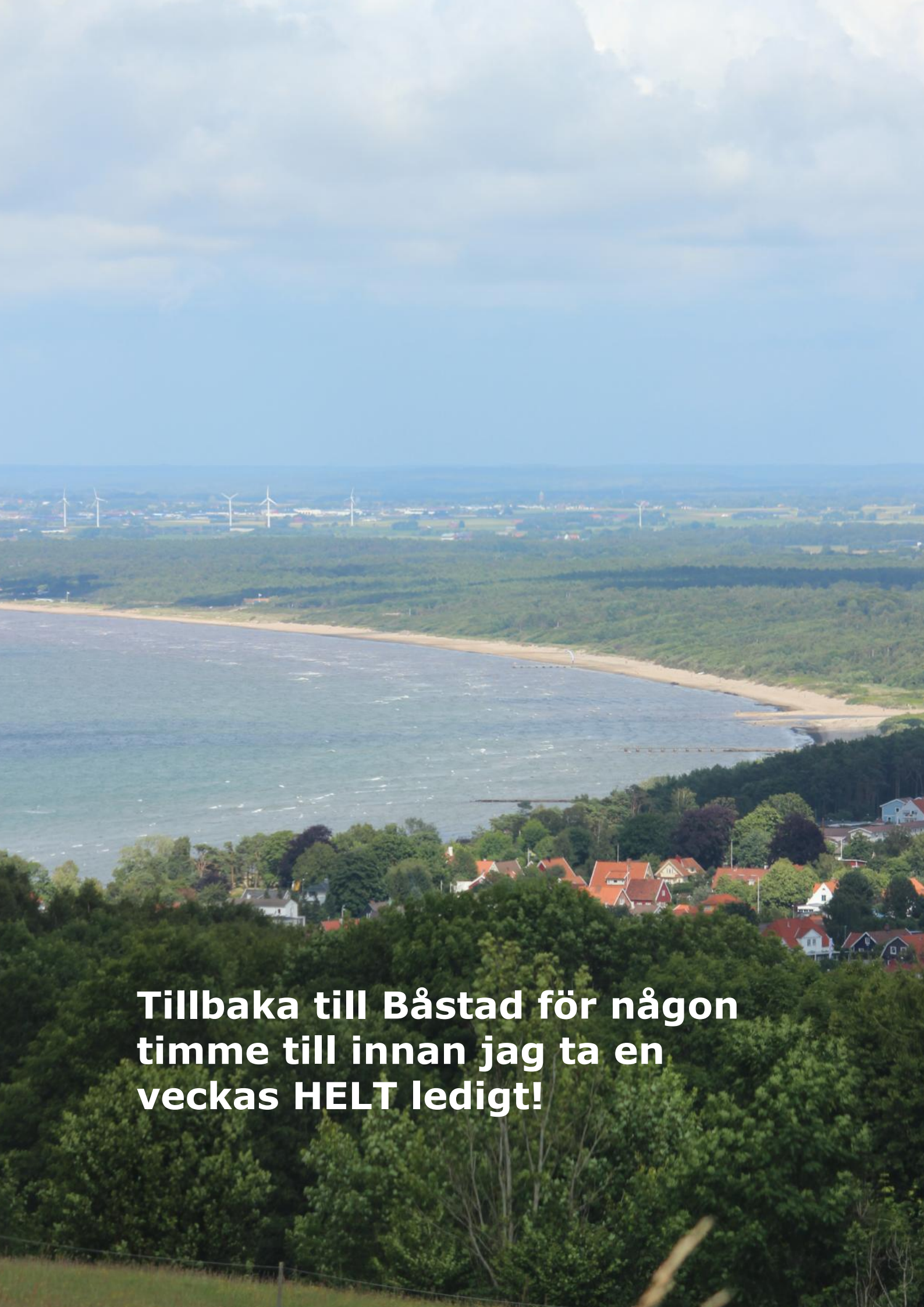
A photograph of a white bird, likely a gull, perched on a large, dark, rounded rock. The rock is situated in a field of tall, thin grasses that are illuminated by the warm, golden light of a sunset or sunrise. The sky above is filled with soft, hazy clouds, and the overall atmosphere is serene and natural. The text is overlaid on the lower part of the rock.

**Måsungarna har  
jag bara sett en  
gång. Men dom  
ligger nog och  
trycker i boet.**






**Jobbdag i Båstad.  
Men en ganska snäll dag.  
Jag har bokat in mina fötter hos  
Anna på Känslan i Västra Karup.  
Tar fin vägen med utsikt dit.**



**Tillbaka till Båstad för någon timme till innan jag ta en veckas HELT ledigt!**



**Morrnar och Kvällar är fina  
nästan varje dag.  
Kör norrut och passerar här  
Jönköping och Vättern.**



The problem  
is not the  
problem.  
The problem  
is your  
attitude about  
the problem.

Do you  
understand?

- Captain Jack Sparrow

**Ja frågan är Då så här: Bli det varmare i vattnet om jag tänker positivt?? 13´ är väl alltid 13´. Fast det ligger ju mycket i att attityden spelar roll.**

**Så jag väljer att fokusera på det bästa med Alla Lopp! Att gå i mål!!**