

8 Ystad

YSTADS ALLEHANDA
Lördag 20 april 2024

Marita Löfnertz fungerar som gruppledare, Camilla Fredin Leufstedt och Birgitta Jonsson agerar både fikavärdar och chaufförer i projektet.

FOTO: SPRISSE NILSSON

Faktaruta
Äldrekontakt

Ett initiativ som startades 2008 för att minska ensamhet bland människor som är 75 år eller äldre. Fikagrupperna är till för äldre som bor ensamma i sitt hushåll men kan ta sig in och ut ur en bil med hjälp av köpp, rullator eller en hjälpare hand.

Äldrekontakt har i dag 100 fikagrupper i 44 kommuner. Grupperna träffas en gång i månaden. I varje grupp är det plats för åtta äldre.

Fikaträffarna leds av volontärer. En gruppledare koordinerar träffar. 6-8 fikavärdar turas om att hålla i träffar och bjuda på fika. 4-5 chaufförer turas om att köra och hämta, samt lånar ut en hjälpare hand för att de äldre ska kunna ta sig in till träffen och hem igen.

I Ystad startades den första fikagruppen för en månad sedan. Redan nu finns planer på att starta ytterligare en grupp.

För att skapa trygghet, genomgår alla volontärer en personlig intervju samt lämnar utdrag ur belastningsregistret innan de blir en del av Äldrekontakt.

Är du intresserad av att bli volontär eller delta i en fikagrupp kan du kolla Äldrekontakts hemsida.

Källa: Gabriella Bartlett, Äldrekontakt

De bekämpar ensamhet med fika: "Det finns ett enormt behov"

YSTAD

Vid den första fikaträffen i Ystad hade både äldre och volontärer så trevligt att ingen ville gå hem. Gruppen kommer samlas en gång i månaden för att motverka ensamhet. – När vi körde hem hade vi så trevligt och kvittrade på så mycket att ingen ville lämna bilen, berättar volontären Birgitta Jonsson.



"Det finns ett enormt behov att ett sånt här utbyte i samhället. Vi är så fast i våra hem och det digitala", säger Birgitta Jonsson. FOTO: SPRISSE NILSSON

Camilla Fredin Leufstedt jobbar inom vården. När hon fick se hur ofrivillig ensamhet påverkade människor negativt under pandemin valde hon att anmäla sig som frivillig till initiativet Äldrekontakt. Det tog ytterligare tre år innan en grupp i Ystad blev verklighet, men förra månaden ägde den första träffen rum hemma hos Camilla Fredin Leufstedt. Under premiärträffen bjöds det på alkoholfritt bubbel och smittr.

Att det i starten kändes lite pirrigt för volontärerna är inget man skulle kunna tro när gruppens andra träff nalkas. Skratten och samtalen flyter på i högt tempo.

– Jag brukar inte vara nervös, men det just innan alla kom kände jag lite på nerverna. Ingen av oss hade ju träffats innan, så det blir ju lite trevande. Hur det ska kännas, säger Camilla Fredin Leufstedt.

Men både hon och de andra volontärerna, Birgitta

Jonsson och Marita Löfnertz, instämmer i att hela träffen blev en trevlig upplevelse, med många positiva känslor. – Det var hög stämning. Träffarna ska vara mellan klockan 15 och 17, men när det väl var dags ville ingen gå hem, säger Birgitta Jonsson.

I skrivande stund består gruppen av fem volontärer och fem äldre, men det finns plats för fler.



"Vi vill erbjuda goda samtal och ett hjärtligt umgänge", säger Birgitta Jonsson. FOTO: SPRISSE NILSSON

Marita Löfnertz har bakgrund som chef, men är nu pensionär. Som gruppledare i fikaprojektet ansvarar hon bland annat för att kalla till träffarna. Birgitta Jonsson är även hon pensionär och relativt nyinflyttad i kommunen. Förra månaden skjutsade hon två glada damer till och från träffen och till helgen är det hon som står för att bjuda hem på fika.

– Vi behöver fler chaufförer! De som skjutsar till och från träffarna får vara

med och fika också. Just nu är vi ju bara kvinnor, så det vore ju kul om vi fick in några män. Kanske en piggs pensionär eller något, säger Marita Löfnertz.

För det är inte bara ensamhet för äldre som bekämpas med fika. Alla tre är överens om att det blir goda samtal mellan generationer när man möts. Trots allas olika bakgrunder är den gemensamma nämnaren att deltagarna är sociala och att de aktivt

har sökt sig till projektet. – Jag har alltid tyckt om fika. Det är bra för den följder med en genom hela livet. Från småbarnsåren när man fikar med andra föräldrar till detta med äldre fika, där man kan mötas och skapa nya vänskapsband, säger Camilla Fredin Leufstedt.

Det finns inget krav på att det ska bjudas på hembakat när man står som fikavärd. När det blir varmare väder kan det bli aktuellt att åka på utflykter. En av träffarna är planerad hemma hos en som har blomsoterding. Där ska alla få plocka med sig en buketten hem.

– När vi lärt känna varandra mer kan vi bygga upp våra träffar. Två av de äldre som inte var bekanta sedan tidigare har redan pratat i telefonen och träffats utanför detta. Det blir ringar på vattnet, säger Marita Löfnertz.

Dina Aarnes
dina.aarnes@ystadsallehanda.se