

DIN NÄSTA

En tidning från Räddningsmissionen

Nummer 1, 2021

Temat:
Ensamhet



Med cykeln och sången som sällskap.

Håkan har sjungit i hela sitt liv. Han sjunger för att sprida glädje och tröst. Och cykeln tar han var han än ska åka. Läs intervjun med Håkan Hägg.

● SID 6

– Vi behöver hjälpas åt för att motverka ensamheten.

Ensamhet och isolering har blivit vardag. Vad innebär det? Läs olika människors reflektioner kring ensamhet.

● SID 4

Aktuellt



Bli volontär på MatRätt!

Vårt arbete kan inte bli helt digitalt och behovet av volontärer är stort. Just nu finns lediga uppdrag i vår matsvinnbutik MatRätt och som studiestödjare och läxhjälpvolontär.

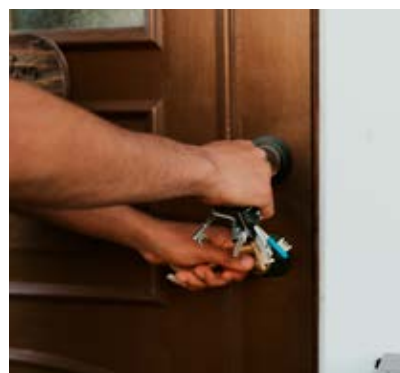
Läs mer på:
raddningsmissionen.se/volontar



Bli familjehem /jourhem!

Räddningsmissionen vill skapa goda förutsättningar för barn och ungdomar som är i behov av en trygg uppväxtmiljö. Vi rekryterar, utreder, utbildar och handleder familjehem och jourhem som tar emot ett barn i sitt hem.

Läs mer på
raddningsmissionen.se/familjehem



Hyr ut via Hjärterum!

Hjärterum är ett projekt för att motverka den stigande hemlösheten. Via Hjärterum kan du hyra ut i andrahand på ett tryggt och smidigt sätt, då Räddningsmissionen står som garant på kontraktet.

Läs mer på
www.hjarterum.com

Räddningsmissionen
Nordhemsgatan 12
413 27 Göteborg
Telefon: 031-712 12 00
E-post: info@raddningsmissionen.se
www.raddningsmissionen.se

Ansvarig utgivare
Emil Mattsson

Redaktör
Joachim Lundell, 031-712 12 55

Medarbetare i detta nummer
Emil Mattsson, Joachim Lundell, Eva Erlandsson, Erika Persson, Märta Laakso, Sandra Malmtoft och Erika Nordbring.

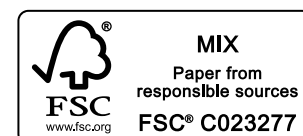
Bild omslag
Erika Persson

Prenumeration
Det kostar inget att få DIN NÄSTA i brevlådan. Hjälp oss gärna att sprida tidningen.

Vill du ge en gåva till Räddningsmissionen?

Postgiro: 90 04 44-1
Bankgiro: 900-4441
Swish: 900 44 41

90 KONTO SVENSK
INSAMLINGS
KONTROLL



Emil
Emil Mattsson
Direktör Räddningsmissionen

Ofrivillig ensamhet

Vi läste mycket för vår äldsta son när han var liten. Och som otåliga förstabarnsföräldrar valde vi ofta böcker som vi kanske borde ha väntat med några år. Inte sällan böcker om gott och ont med brutala karaktärer som Vita häxan, Sauron, Voldemort och Riddar Kato. Men trots alla grymheter verkade sonen obekymrad. Allt var spännande, han var sällan rädd för något.

Men så en kväll hamnade vi i en bok där det plötsligt bara brast. Tårarna rann och han var helt otröstlig. Vad hade vi läst? Vad var det som skrämde honom så? Boken var Barnens bibel och berättelsen handlade om Hagar.

Har ni koll på handlingen? Abraham var gift med Sara. Gud hade lovat Abraham att han skulle bli stamfader för ett stort folk. Men Sara var till åren kommen och därtill ofruktsam. Istället fick hon idén att slafvlickan Hagar kunde bli mamma till Abrahams barn. Sagt och gjort, Abraham och Hagar fick ett barn tillsammans, en Ismael som de båda älskade. Men Saras svartsjuka växte. Hon klarade inte av att se varken Hagar eller Ismael. Och när hon till slut genom ett mirakel själv hade lyckats få ett eget barn, Isak, blev det bara värre. Isak och Ismael blev nämligen vänner. Det var outhärdligt att hantera för en kvinna som kände sig åsidosatt. Till slut lyckades hon övertyga Abraham om att Hagar och Ismael måste bort.

Så blev det. En mor och en son tvingades ge sig av ut i öknen med enbart en vattensäck och en bit bröd. Där, i den heta sanden och skoningslösa solen, irrade de planlöst omkring. Ismael grät av förtvivlan. Till slut orkade Hagar inte med situationen. Hon lade Ismael under en buske och sprang iväg för att slippa höra sonens förtvivlade skrik. Men när allt var

som mest hopplöst kom en ängel till Hagar. Öppnade hennes ögon så att hon fick syn på en brunn. Hagar fyllde säcken med vatten och gav pojken att dricka. Och ett nytt mirakel inträffade, båda överlevde. Och slutet gott, allting gott. Ismael blev också en stamfader för ett stort folk (därtill också en god bågskytt!).

Berättelsen om Hagar och Ismael är själva urberättelsen om ofrivillig ensamhet, det är antagligen därför den fick sådan stark inverkan på vår son. Övergivna i öknen. Hunger och törst. Ett otröstligt barn. En brännande sol. Och precis så vidrig är ensamhet när den är som värst, också idag. Forskning visar att ofrivillig ensamhet kan vara lika dödlig som rökning och en större riskfaktor än fetma och inaktivitet. Som människa är man skapad för sin flock. Förlorar man gemenskapen riskerar man att gå sönder.

Men ensamhet kan botas. I berättelsen om Hagar kom ängeln och visade vägen till brunnen och gemenskapen. Också vi kan få vara änglar mot varandra. Under pandemin plågas fler än någonsin av ensamhet och övergivenhet. Behovet av änglar till ensamma är därför större än någonsin. Och du kan vara en ängel för någon annan. Vem i din omgivning behöver ett sms, en promenad eller ett digitalt möte?

På Räddningsmissionen har vi arbetat ensamhetsbekämpande i snart sjuttio år. Och gemenskaper behöver vi alla. Därför vill vi skapa en kultur av glädje, tillhörighet och omsorg i alla våra verksamheter, bland medarbetare, volontärer och människor vi finns till för. Vi behöver varandra, annars går vi sönder. Detta är viktigare än någonsin i den svåra tid vi lever i. Tack för att ni stöttar vårt arbete.

Röster om ensamhet i coronakrisen

I spåret av corona-pandemin har ensamhet och isolering blivit vardag för många av oss. Ensamheten tar sig olika uttryck och får olika konsekvenser beroende var vi befinner oss i livet. Vi har frågat några olika personer vilken typ av ensamhet de ser runt omkring sig, vad man kan göra åt den och om de ser några positiva konsekvenser av ensamheten.



Per Kjellberg, fängelsepastor
Högsoanstalten,
Räddningsmissionen

Vad ser du av ensamhet runt dig?
Att vara häktad eller intagen är i sig att vara utsatt för ensamhet, men genom pandemin har denna ensamhet för många förstärkts. Inte minst genom att besök och permissioner har ställts in. Besöksgrupper, gudstjänster, gruppsamlingar och gemensamma måltider i matsalen har under långa tider tagits bort och istället har de intagna fått äta sina måltider på sina bostadsrum. Detta tillsammans med perioder av karantän för de intagna har gjort att det psykiska måendet inte har varit det bästa för många. Att då få möjlighet att prata med oss präster och pastorer har för många betytt oerhört mycket.

Vad ska man göra om man känner sig ensam? Det gamla talesättet att det inte finns något ont som kan inte föra något gott med sig är förvisso sant även om det har varit ett oerhört högt pris att betala. Jag tror att många av oss har börjat prioritera det som är viktigast för oss. Pandemin har också fått oss att inse hur mycket av de gemenskaper som vi tar för självklara betyder för oss: gudstjänster, kramar, konserter, fotbollsmatcher m.m.



Lena Dahlberg, Docent i socialt
arbete, Högskolan Dalarna och
Karolinska Institutet

Vad ser du av ensamhet runt dig?
Forskningsresultaten vad gäller ensamhet bland äldre personer under pandemin pekar i olika riktning, men helhetsbilden är att ensamheten har ökat under pandemin.

Har du några tips på vad man kan göra om man känner sig ensam? Många av de aktiviteter som i vanliga fall bedrivs för att bryta ensamhet och social isolering har ställts in under pandemin, men det har också skapats nya former att mötas. Inte minst har användandet av online-lösningar ökat. Det är dock inte säkert att dessa möten fyller samma funktioner som fysiska möten, till exempel för en person som är ledsen eller mår dåligt. Dessutom har ju inte alla tillgång till, och kunskap för att använda, digital teknik. Därför behöver vi även ha andra smittsäkra sätt att ses på, till exempel utomhus.

Har det funnits något positivt med den här tiden? Pandemin har riktat ljuset mot bristerna inom äldreomsorgen. Nu hoppas jag att politiker visar handlingskraft att ta tag i dessa problem på allvar. Då kan det ändå komma något gott ur den här svåra tiden.



Helena Backlund Wasling
Forskare i neurovetenskap
Sahlgrenska Akademien

Vad ser du av ensamhet runt dig?
Många känner sig näst intill osynliga, som om de inte finns, när man inte får träffa någon på riktigt, på väldigt länge. Många äldre känner av hälsoeffekterna av isoleringen, både våra friska äldre och de som lever på äldreboenden eller i demensvården.

Har du några tips på vad man kan göra om man känner sig ensam?
Som ensam ska man inte behöva bära hela ansvaret själv. Vi behöver hjälpas åt. Det är viktigt nu att använda telefonen till det den var till för från början - ett riktigt samtal. Slentrian-emojis kanske man kan hoppa över och istället ta några minuter att verkligen tala vid och låta en person få tala till punkt.

Har det funnits något positivt med den här tiden? Jag är glad åt att resandet går ner och att människor kanske kan uppskatta det som finns på nära håll. Vi behöver inte åka runt jorden för att må bra. Välmående handlar inte om långa avstånd och vår miljö och vårt klimat måste gå först.



Lovisa Almén, ungdomspastor
Betlehemskyrkan

Känner du dig ensam i och med coronakrisen? Ja det gör jag ibland. Jag är en extrovert person och är van vid att träffa mycket människor.

Vad ser du av ensamhet runt dig?
Många känner sig otroligt ensamma nu. Ingen att äta kvällsmat med, plugga med osv. Jag skulle säga att framförallt studenter är drabbade, de som bor själva i en lägenhet och är nyinflyttade. Det kan gå dagar utan att de träffar en enda människa.

Vad ska man göra om man känner sig ensam? Ring någon! Även människor du inte ringt förut. Om du bor ensam behöver du träffa några få människor. Försök att röra på dig! Känner du att du börjar må dåligt och får tunga tankar, kontakta en samtalsperson och berätta om ditt mående för dina nära.



Kajsa Lundell, gymnasiestudent

Känner du dig ensam i och med coronakrisen? Ja, jag kan känna mig ensam, och lite hopplös. Det blir lätt så när man stirrar in i en skärm dag in och dag ut och inte får så mycket mänsklig kontakt från världen utanför familjen.

Vad ser du av ensamhet runt dig?
När man är inne på sociala medier och lyssnar till stora influencers så förstår man att även om de dagligen är omgivna av massa människor så finns den bottenlösa ensamheten även inom dem. Mina vänner berättar också att de kan känna sig ensamma trots att de har vänner runt sig.

Har det funnits något positivt med den här tiden? Ja, jag har haft tid att reflektera och skapa nya nyttiga rutiner.



David Ahnstedt,
lärarstudent

Känner du dig ensam i och med coronakrisen? Jag har inte känt mig alltför ensam då min flickvän bor i samma hus, så vi har kunnat umgås mycket. Jag har också försökt hålla kontakt med vänner över telefon och internet.

Vad ser du av ensamhet runt dig?
Jag tror att personer som inte bott i Göteborg så länge och hunnit bygga ett kontaktnät, har känt större ensamhet. Jag tänker också att det måste blivit påtagligt för äldre, ensamkommande, hemlösa och tiggare. De är ju beroende av dagliga kontakter, som nu säkert gått om intet för många.

Har det funnits något positivt med den här tiden? Jag tror att vi i allmänhet stressar mindre, får mer tid till sådant vi inte kände att vi hann med förut och att vi nu kan njuta av de små stunderna mer.



Sture Kuhlén
Diakon / sjukhussjälavårdare
Sjukhuskyrkan Sahlgrenska.

Vad ser du av ensamhet runt dig?
När patienter dör på sjukhuset utan nära och kära vid sin sida blir ensamheten väldigt påtaglig. Även i samtal med anhöriga, patienter och anställda så kommer ofta ensamhet upp som ett skavsår eller en smärta.

Har det funnits något positivt med den här tiden? Livet har blivit lugnare och betydligt mindre stressfullt, både privat och i arbetslivet. Detta har medfört att jag mår bättre och gör ett bättre arbete då det finns mer luft i systemet.



Jannike Fast, Enhetschef
Bostad särskild service,
Räddningsmissionen

Vad ser du av ensamhet runt dig?
Jag ser personer som är vana att vara ensamma, oberoende av pandemin. Att leva med allvarlig psykisk sjukdom påverkar inte bara relationer till andra, utan också uppfattningen om sig själv. Det gör att dessa personer styrs att vara i ensamhet, för att de tappat hoppet om en relation.

Har det funnits något positivt med den här tiden? Det finns en större förståelse för konsekvenserna av att känna sig ensam, eftersom många blivit ensamma i pandemin. Jag hoppas att det gör att fler insatser för att motverka ensamhet prioriteras i framtiden.



Linda Andersson, projektledare för
Svenska kyrkans nätvandrare

Känner du dig ensam i och med coronakrisen? Jag saknar att kunna träffa familj och vänner på det sätt som jag är van vid. Att vara i samma rum, vara nära, samtala, sitta tysta tillsammans, umgås.

Vad ser du av ensamhet runt dig?
I Nätvandrar chatten, där unga mellan 12 och 25 år får prata med personer från olika församlingar, möter vi ofta unga som saknar den gemenskap de tidigare haft kontinuerligt på fritiden. Även om man träffar personer i skolan och på arbetet så saknar man de vännerna och samtalen.

Har det funnits något positivt med den här tiden? Vi märker att den osäkerhet och det motstånd som funnits mot att vara kyrka på nätet har blivit mindre. Nätet har blivit en viktigare, naturligare och verkligare plats för många fler.

“Jag sjunger för att sprida glädje och tröst.”

Håkan Hägg har sjungit i Nordstan i snart 40 år och tillsammans med sin cykel är han lite av en profil på Göteborgs gator. Sången har en stor betydelse för honom och har gett både gemenskap och glädje i livet. Han tog med sig sången in till Frukostcafé Vasa och innan corona-pandemin brukade han åka runt till kyrkor och sjunga tillsammans med Räddningsmissionens pastor Eva Erlandsson.

Utanför på Vasagatan är det bister februarikyla men inne på Räddningsmissionens frukostcafé hörs varma toner av piano och sång från Håkan och Eva. Håkan har en röst som många drömmer om att ha och han sjunger viskompositören Barbro Hörbergs texter. Sången kom in i Håkans liv i barndomen och han sjöng ofta medan han gungade eller lekte. Under tonåren fick han upp ögonen för Barbro Hörbergs musik som har följt med sedan dess och han kan rabbla detaljerad fakta om hennes liv.

– Jag kan varenda visa av henne utantill. Hennes texter är allmängiltiga och man känner igen sig. Jag har alltid lyssnat mycket på hennes musik.

Håkan besöker Frukostcafé Vasa varje vecka, oftast på måndagar och torsdagar. Han hörde talas om caféet första gången för 10 år sedan och han är numera bekant med många av de andra gästerna. Caféet minskar ensamheten, menar Håkan och besöken är en höjdpunkt under veckan. Han är även en frekvent gäst på Räddningsmissionens soppmässor.

– Jag känner en gemenskap här.

Det är viktigt för mig. Jag är van vid människorna och känner mig bekväm med dem. Sen får man ju mat och ibland sjunger vi tillsammans, säger han.

När Håkan kommer in på vilka det är som besöker caféet funderar han en stund innan han svarar.

” Jag känner en gemenskap här. Man får mat och ibland sjunger vi tillsammans.

– Det är ju inga miljonärer direkt. Men alla är inte a-lagare heller, utan det är alla möjliga människor däremellan som kommer hit.

Med cykeln som sällskap

Delar av livet har kantats av psykisk ohälsa för Håkan och han har tidvis haft det kämpigt och känt sig ensam. Han växte upp med familjen i

Källered men har också bott i Kumla och Värmland. Idag lever han ett bra liv på ett gruppboende.

– Jag är mig lik men jag är äldre och mer erfaren idag. Vissa saker blir man nog aldrig av med men nu fungerar det mesta bra, säger han.

Håkan gillar att resa och har varit i många länder runtom i världen. Turkiet, Thailand, Frankrike är några av dem. För honom är resorna viktiga och något han vill göra oftare. Men tills han kan göra det igen tittar han på resor via datorn.

Cykeln är ett signum för Håkan och den är alltid med var han än ska. Oavsett årstid eller väder blir det både långa och korta turer. Men han ser alltid till att komma hem innan det blir mörkt.

– På sommaren cyklar jag ibland till Varberg över dagen. Det kan bli 16 mil på en dag. Men nu på vintern är det väldigt kallt och då håller jag mig här i stan, säger han. En vanlig dag brukar jag cykla till caféet på morgonen, sen sjunger jag ibland i Nordstan och annars ger jag mig ut på stan och cyklar runt. Cyklandet ger en frihetskänsla och sen ger det ju motion också. ▶

“Jag längtar efter att komma ut och sjunga igen.”

Håkan sjunger i Nordstan flera gånger i veckan. Det blir en del psalmer men också låtar som “Sånt är livet” och “Han har öppnat pärlporten”.

– Jag sjunger inte där för pengarnas skull. Jag gör det för att sprida glädje och tröst. Jag har gjort det sedan juni 1982. Ibland kommer det fram människor som vill prata och jag gillar att prata med folk, så det är kul.

När han sjunger i kyrkorna blir det alltid en repertoar med Barbro Hörbergs visor. Håkan och Eva fann varandra som sångkollegor för sju år sedan när Eva började jobba på Frukostcafé Vasa. De upptäckte snabbt att de båda har ett starkt band till dessa visor. De började sjunga och spela tillsammans och innan corona-pandemin åkte de runt till kyrkor och hade konserter för att samla in pengar till Räddningsmissionen.

– Håkan är ju också en medarbetare, säger Eva. Det är så fint att man kan finna varandra genom musiken på det här viset.

I höstas hade de ett tiotal spelningar inbokade som inte blev av. Nu är de öppna för nya bokningar när restriktionerna förhoppningsvis lättar senare under året.

– Jag hoppas på att snart kunna åka runt och sjunga igen, det är fantastiskt roligt, säger Håkan.



”Cyklandet ger en frihetskänsla och sen ger det ju motion också.” berättar Håkan Hägg.

TACK FÖRETAGSVÄNNER!

Att arbeta med social hållbarhet blir viktigare och viktigare för alla företag. Ett företagsengagemang är också ett bra sätt att samla anställda kring en gemensam fråga. Som företagsvän kan man skänka pengar eller varor, eller bidra med sin kompetens eller tid.

HUVUDPARTNERS



FÖRETAGSVÄNNER GULD

Appva AB
BIC
Essity
Glimstedt
Husvärden
Inter Terminals
KLädesholmen Seafood
Lindome Second Hand
Metabolit Center
Sandryds
Sko-Boo
Taxi Göteborg
Wallstreet Media

FÖRETAGSVÄNNER SILVER

Arcam AB
Beiersdorf
Borås Djurpark
Ektank
FB Bostad
Frejs Revisorer
Greencarrier
Ica Nära Åkered
Järven Healthcare
Jysk
Kjellberg & Möller
Lindfors Arkitektkontor
Markera Mark
Platzer
S:t Lukas
VBK
Västsvensk Fuktteknik

FÖRETAGSVÄNNER BRONS

BKK Betongkonsulten
Clarion Hotel Post
Coldforce
Erséus Arkitekter
FAB Agency
Fredag CBWP
Furetank Charter AB
GAIS
Global Business Gate Project
Gärdhagen Akustik
Göteborgs Hamn
Hagmans Kyl
Hammarviken Företagsutveckling
Hansen
Hede Fashion Outlet
Henrik Sandsjö Fotograf AB
Ica Nära Effkå
Juridiska Byrån
Jämartiklar
Klädkällaren
Kylpanel
Landvetter Elkraft

FORTS. BRONS

LPE Sverige AB
Lundin Revisionsbyrå
Luxlight
Majornas Grafiska
MCR AB
MJ Bok & Media
Nordstan
Odd Fellow Rebeckalage 41
Odd Fellow Rebeckaläger 2
Odd Fellow Brödralage 50
Prevex
Propius Förvaltning
Recorded Future
Rotary Frölunda
Rotary Gamlestaden
Rotary Örgryte
SKF
Skyltkoncept
Slottskogens Vandrarm
Svenska OrientLinien
Teleperformance
TMP
Trigger Company
Tärntank
Understandit
Yogayama

FÖRETAGSVÄNNER

BK Häcken
Bosseblom
Brännö Fotvård
Cellmark
Dagab
Din Bil
Donsötank Rederi AB
Excelspecialisten
Gunnar Karlsen Sverige AB
Liba Bröd
Manpower
Marsh Sweden
Mokach AB
Odd Fellow Rebeckalagen 79
Olj Ola
Perse Kommunikation
Randstad
Rotary Majorna
SBAB
Sirius Shipping
SJ
Sportson
Technogarden
Tulip Food Company
Unitrafo
Valhallabadet

BLI FÖRETAGSVÄN!

Är du intresserad av ett samarbete och vill ha mer info om vad det innebär att bli företagsvän till Räddningsmissionen?



Kontakta Johanna Salenfalk
johanna.salenfalk@
raddningsmissionen.se
0721-454228

3 sätt att stödja oss

1

Engångsgåva

Swish: 900 44 41
Postgiro: 90 04 44-1
Bankgiro: 900-4441

2

Månadsgivande

Ett månadsgivande betyder att mesta möjliga del av din gåva går direkt till vårt sociala arbete. Läs mer på www.raddningsmissionen.se/manadsgivare.

3

Testamente

Genom att skriva in Räddningsmissionen i ditt testamente kan du vara med och göra skillnad i människors liv även efter din bortgång. Att upprätta ett testamente är enkelt och du kan själv bestämma hur dina tillgångar ska fördelas.

Skatteavdrag för gåvor

Nu kan du få skattereduktion på gåvor till Räddningsmissionen. Avdraget omfattar 25% av gåvor på minst 200 kr som är skänkta vid ett och samma tillfälle och minst 2 000 kr totalt under ett år. Skatteavdraget kommer sedan på din slutskattsedel. Läs mer på vår hemsida.

?

Kontakta oss

Kontakta oss om du har frågor:
info@raddningsmissionen.se
031-7121200



Skicka en digital kram!

Snart har det gått ett helt år utan att vi har fått krama många i vår närhet. Enligt en undersökning från Sifo upplever 7 av 10 att de saknar att kramas.

Nu lanserar vi på Räddningsmissionen våra digitala kramar! Du kan välja mellan fyra olika digitala kramar och skicka till någon du saknar att krama. Kramen kommer som ett gåvokort på sms till mottagaren och samtidigt skänker du 50 kr till Räddningsmissionens arbete med att bekämpa ensamhet och social utsatthet. Vi är så glada att få göra detta tillsammans med Elin Östberg som gjort de fina illustrationerna!

Skicka en kram genom att scanna qr-koden med din mobilkamera eller gå in på raddningsmissionen.se/kramar

Bamsekramen

En riktigt stor, varm kram. Bamsekramen är perfekt att skicka till en schysst kompis, en go kollega eller någon du saknar att krama.



Gruppkramen

En kram som du kan skicka tillsammans med någon annan! Skicka den till någon du saknar att krama och som förtjänar en gruppkräm.



Styrkekramen

En kram som vill förmedla styrka, pepp och värme till mottagaren! Skicka den till någon du saknar att krama och som kanske behöver lite extra pepp just idag!



Hjärtekramen

En kram som vill ge kärlek till mottagaren! Perfekt att skicka till en partner, en familjemedlem eller någon annan du saknar och vill ge kärlek till.



Eva Erlandsson
Pastor och verksamhetsledare
för Gatukyrkan

En helig stund

Det kom ett samtal från Boutredningsenheten. W var död. De undrade om vi ville ordna med begravning. W var en polsk man som funnits i våra sammanhang några år. Socialtjänsten skulle stå för kostnader kring blommor, kremering och urna. Vi sa ja, och bestämde oss för att vara i Matteuskyrkan, Majorna. En kyrka där W varit så många gånger.

Jag skulle hålla griftetalet. Vad visste vi om honom egentligen? Jag försökte prata med hans vänner. En polsktalande volontär hjälpte till med tolkande när det behövdes.

Hur mycket blommor är lagom till en hemlös uteliggare? Vilken musik passar? Har vi något foto? Vem ska vi bjuda in? Finns det någon vi inte känner som behöver informeras?

Det fanns många frågor att ta ställning till.

W begravdes en kall och solig dag i mars 2020. Vi var 12 personer där. Alla fick en hand-blomma som jag beställt.

När det var dags för griftetal gick tolken och jag fram. "W föddes i Polen den 28 dec 1962, jag tror att det var i staden Szczecin", började jag.

"Det stämmer", sa en av gästerna. "Jag är också därifrån."

"Jag har hört att han levde tillsammans med sin mamma,

bror och mormor. När de så småningom dog blev han utan hem. Hans liv var svårt, och då tog han sig till Sverige för att söka arbete."

"Det var 8 år sedan", sa en annan av gästerna. "Vi lärde känna varandra genast. Han var den bästa vän man kan tänka sig".

Griftetalet fortsatte som ett samtal mellan oss som var där. Vi fick veta hur mycket W tyckte om hundar och att vännerna var glada för att han fick dö i värme på sjukhuset. Att han hade frusit så mycket. Att de var tacksamma för hjälp med sovsäckar, mat och kläder, men att livet var väldigt tufft för honom och att han nog har det bättre hemma hos Gud där han är nu.

Vi bad Vår Fader på svenska och polska och begravningsgudstjänsten avslutades med att vi enligt polsk tradition tre gånger sa:

Må W få vila i frid, och må Guds ljus lysa över honom i evighet

Efteråt satt vi kvar en stund.

"Stort tack", sa en kvinna. "Tänk att ni ordnar så fint för oss som är så fattiga!"

"Stort tack", tänkte jag. "För en helig stund. För att ni hjälper mig att förstå evangeliet. För att jag börjar inse att när vi ser och möter varandra möter vi också Gud."

TEXT: JOACHIM LUNDELL

Telefonsamtal som motverkar ensamhet

Under det senaste året, då social distansering varit norm, har också den sociala isoleringen och ensamheten ökat framförallt hos äldre. En ensamhet som påverkar både den fysiska och psykiska hälsan hos en redan utsatt grupp. För att råda bot på detta startade Räddningsmissionen och Bräcke diakoni volontärprojektet Ringvän.

Projektet Ringvän startades under våren 2020 som ett samarbete mellan Räddningsmissionen och Bräcke diakoni och innebär att volontärer, eller "ringvänner" matchas med en äldre hemtjänstkund för ett enkelt samtal över telefon. Projektet drivs med stöd från Radiohjälpen och hittills har drygt 50 personer fått en ringvän.

Volontärerna rekryteras av Räddningsmissionen och utbildas sedan helt digitalt.

– I den här tiden är vi tvungna att ställa om våra verksamheter för att stötta de mest utsatta. Vi vet av erfarenhet att ett volontäruppdrag ofta är väldigt givande för båda parter. En del av oss har ju just nu mer tid än vanligt och ett telefonsamtal som inte är beroende av plats kan ju vara lättare att få in i sitt schema, säger Cia Hesselgren, volontärsvarig på Räddningsmissionen.

"Det är så uppenbart att människor behöver människor"



Cia Hesselgren, volontärsvarig

"Personer som tidigare känt sig ensamma och ledsna är gladare nu"



Anethe, ringvän

Anethe och Anita glada för sina samtal

En av ringvännerna är Anethe och hon är väldigt glad för sitt volontäruppdrag.

– Jag är så glad för detta, det är så givande. Det har varit en positiv erfarenhet och samtalen har känts enkla och lättsamma, det är som om vi känt varandra hur länge som helst, skrattar Anethe.

Hon berättar att hon och hennes telefonvän Anita pratar om både jobbiga och roliga saker.

– Vi pratar om historiska händelser, musik och så. Ibland blir lite allvarigare, vi delar oron för Corona-pandemin båda två. Och så pratar vi om barn och barnbarn, förstås.

Anethe berättar också att hon ibland får i uppdrag att Googla på olika saker mellan samtalen.

– Ja, vi lär oss nya grejer hela tiden. Ibland får jag googla upp namnet på någon prins vi pratat om eller läsa på om någon stad i Europa.

Anethe berättar att de pratas vid ungefär en gång per vecka.

– Det är oftast jag som ringer upp, men Anita har mitt nummer också. Vi pratades vid i förrgår, så jag ringer nog efter helgen, säger hon.

Anethes ringvän Anita håller med om att deras samtal är givande.

– Det är väldigt roligt att ha Anethe att prata med. Vi hittar alltid intressanta samtalsämnen. För mig betyder samtalen mycket då jag inte träffar så många människor just nu, säger hon.

Positiv uppmärksamhet kring projektet

Volontärerna har matchats med Bräckes hemtjänstkunder i Göteborg och Alingsås.

– Vi är nogga med att alla volontärer får en utbildning och att de intervjuas grundligt för att säkerställa trygghet, kvalitet och goda matchningar, förklarar Cia Hesselgren. Sedan följer vi upp alla matchningar och erbjuder handledningssamtal till volontärerna för att stötta dem på bästa sätt.

Ringväsprojektet har fått spridning i olika medier. Alingsås tidning, Göteborg Direkt och P4 Göteborg har gjort olika reportage, artiklar och inslag.

Effekterna av samtalen visar sig tydligt, menar Louise Jacobsson som jobbar på Bräcke Diakonis hemtjänst i Göteborg.

– Våra boende är så glada för samtalen och vi ser en positiv förändring hos många av dem.

Personer som tidigare känt sig ensamma och ledsna är gladare nu, berättar Louise. Sedan är det skönt för oss i personalen att veta att de har någon mer att prata med.

– Det är jättekul att projektet har fungerat så bra, säger Cia Hesselgren. Flera andra organisationer har hört av sig och är intresserade av att starta något liknande. Men det roligaste är ju att höra från våra volontärer och deras nya vänner hur mycket samtalen betyder för dem båda. Det är så uppenbart att människor behöver människor, avslutar Cia.



Louise Jacobsson



Tillsammans bekämpar vi ensamheten

Gemensamt för alla utsatta människor vi möter i våra olika verksamheter, är ensamheten. Att ensam bära på oro, skuld, skam, längtan och rädsla kan ofta vara värre än hemlöshet, fattigdom och missbruk. Därför har varma, välkomnande gemenskaper och möten i ögonhöjd varit grunden för vår verksamhet i snart 70 år. Tillsammans kan vi göra Göteborg varmare och se till att fler människor, trots den pågående corona-pandemin, hittar ett sammanhang att kalla sitt eget och någon att dela sin vardag med.

Swisha en gåva till **900 44 41**

Tack för din gåva!

Räddningsmissionen