



SØKER FRIVILLIGE: Leder for Hamar Frivilligsentral, Anne Thingstad Eriksen og leder for prosjektet, Helene Ottosson, håper de får kontakt med flere frivillige. De første er allerede på plass. FOTO: TRUDE ANNEVIK

Pårørende trenger hjelp av frivillige

Har du tid og lyst til å være en støtte for slitne pårørende? Da er det nettopp deg Frivilligsentralen i Hamar leter etter.

Trude Annevik

948 41838 / tan@h-a.no

Hamar Frivilligsentral, i samarbeid med Utviklingssenter for sykehjem og hjemmetjenester i Hedmark og Hamar kommune, er i startgropa på et avlastningsprosjekt som de håper skal gå over flere år. Gjennom prosjektet skal frivillige kunne avlaste pårørende med ulike omsorgs- og praktiske oppgaver hjemme hos dem.

Leder for prosjektet er Helene Ottosson. Hun har arbeidet som sykepleier på sykehuset i Hamar siden 1998 og vet at behovet for støtte og hjelp til pårørende er stort.

– Ja, det er mange slitne pårørende der ute. Men det er viktig å understreke at de frivillige ikke skal overta oppgavene til helsepersonell. Derimot er vi på let etter mennesker som kan være et medmenneske, som har tid til å lytte og backe opp, og kanskje gjøre det mulig for den pårørende å komme seg ut og gjøre ærender alene, sier Helene Ottosson, som samarbeider med koordinatorene både innen kreft- og demensomsorgen.

Prosjektet er helt avhengig av en del frivillige, både unge og eldre. Hvis det ikke passer på dagtid, kan det likevel være be-

hov for deg på kveld eller på helgetid. Ottosson lover at de frivillige skal føle at de får støtte i oppgaven de tar på seg. – Gjennom trivelige sammenkomster og sosialt samvær håper vi å få dem til å bli et team som føler at de bidrar sammen.

Alle de frivillige som inngår i prosjektet vil få et kurs over fem-seks kvelder der de får et innblikk i den oppgaven som venter. Målet er at kurset skal starte i slutten av januar, og håpet er at prosjektet skal være i gang for sommeren. Men det er helt avhengig av at de får inn nok frivillige.

– Det er klart, dette kan være en litt mer krevende frivilligoppgave, men samtidig utrolig givende, sier leder for Frivilligsentralen, Anne Thingstad Eriksen.