



KAFÉ: Reidun Hov (t.v) og Helene Ottosson håper de får besøk av flere på kafé førstkommande tirsdag.

## Inviterer pårørende med på kafébesøk

**Pårørende, enker og enkemenn i Hamar er herved invitert på kafébesøk tirsdag. – Her kan de møte i andre samme situasjon, sier Reidun Hov og Helene Ottosson.**



**Trude Annevik**

Publisert: 25.05.2018 06:40:50

Oppdatert: 25.05.2018 06:59:37



64



64



0

Begge to arbeider med prosjekter som skal lette hverdagen for pårørende i Hamaravdelingen av Utviklingssenteret for sykehjem og hjemmetjenester i Hedmark. Gjennom kontakten med pårørende har de sett det store behovet for et treffpunkt der pårørende kan møtes for å møte andre i lignende situasjon, eller rett og slett få et uforpliktende frikvarter. Da dukket ideen om en kaféinvitasjon opp. Midt på dagen tirsdag 29. mai sitter Reidun Hov og Helene Ottosson utenfor Heia Hamar på Stortorget, og de håper de får besøk av flere.

– Det er ingen påmelding, du kan komme og gå, og denne første gangen spanderer vi kaffe, sier Helene Ottosson.

De to vet også at det sitter mange enker og enkemenn der ute som kanskje ikke har noe særlig nettverk lenger. De er også hjertelig velkomne på kafé.

– Det er tøft å være pårørende, men for den pårørende selv er det ikke noe de vil mer enn å være til stede for den som er syk. De opplever gjerne ikke at de ofrer noe, men sakte, men sikkert mister de det nettverket de hadde. Hvis den andre da kommer på institusjon eller dør, blir de ofte veldig alene, sier Helene Ottosson.

– Noen av de pårørende beskriver det som at de blir sakte slitne, men de kjenner ikke ordentlig på det før de nesten stuper, sier Reidun Hov.

Hun har også hatt kontakt med yngre enker som gjerne skulle møtt andre som har samme erfaringer. Nå har de sjansen.

– Det sies om oss hedmarkinger at vi er spontane bare vi får tenkt oss om. Derfor kommer vi til å møte opp på kafeen her annenhver tirsdag framover i håp om at det kommer stadig flere, sier Reidun Hov.

Hvis du har spørsmål om kafeen, tar Reidun Hov og Helene Ottosson gjerne imot telefoner.