



FRIVILLIGE: Reidun Hov (t.v.) og Helene Ottosson setter i gang med opplæring av nye frivillige.

# 15 familier har fått god hjelp av frivillige

Frivillige som stiller opp for å avlaste slitne pårørende, har hatt stor betydning for 15 familier i Hamar. Nå skal flere læres opp.



Trude Annevik

Publisert: 07.09.2018 15:54:35

Oppdatert: 07.09.2018 16:18:18

– Flere av de pårørende som har tatt imot hjelp, har i ettertid sagt at de var glade for at det var noen utenfra som så at de trengte hjelp. De kvier seg for å ta imot tilbudet, de mener de skal klare det sjøl, og de holder ut selv om de er så slitne at de nesten stuper, sier Reidun Hov på Utviklingssenteret for sykehjem og hjemmetjenester Hedmark, avdeling Hamar.

Hun har oppsummert erfaringene med å sette inn frivillige for pårørende som har krevende omsorgsoppgaver. Prosjektet ble satt i gang i 2016 i samarbeid med Hamar kommune og frivilligsentralen. 20 personer har så langt gjennomgått kurs, åtte av dem har fortsatt sine faste familier.

12. september settes det i gang nye kurs, og så langt er det fem som har meldt seg.

Prosjektleder Helene Ottosson, Hamar Frivilligsentral og Reidun Hov understreker at de frivillige ikke skal ha pleieoppgaver. Sammen med hjemmesykepleien lager de avtaler om hva de pårørende kan gjøre de timene de er inne i familien.

– Noen pårørende har ønsker om å gå en tur alene, sitte på en benk ved Mjøsa og bare slappe av, noen vil ha noen å prate med, noen vil drive litt i hagen, en har gått på språkkurs og en annen ville bare gå og vindusshoppe. Det er godt forebyggende arbeid for pårørende som ellers ikke kommer seg ut, sier Reidun Hov, som gjennom utviklingssenteret har satt i gang mange prosjekter og undervisningsopplegg rettet omkring pårørende.

De frivillige for pårørende har sine faste familier. Arbeidsinnsatsen varierer fra to timer en dag i uka til flere dager ved behov og ønske. Jobben er ulønnet.

– Men som flere pårørende sier til oss, det gir stor glede. I flere tilfeller har vi sett at det oppstår nært vennskap med de frivillige, og noen av dem velger å følge «sin» pasient når vedkommende kommer på sykehjem, sier Reidun Hov.