

**Seniorgründere:** Det finnes mange eldre med ideer og ressurser, men det er ikke alltid like enkelt å sette dem ut i livet.

# La eldre få mulighet til å bidra!



**GRÜNDERE:** Eldre mennesker har både ideer og ressurser. Det gjelder å få satt dem ut i livet.

FOTO: GORM KALLESTAD, NTB SCANPIX

## MENINGER

### Stine Hellebergs- haugen

fysioterapeut og prosjektleder ved Utviklingssenter for sykehjem og hjemmetjenester i Hedmark



**T**o ganger i uka trener «Marie» fra Hamar sammen med naboer i borettslaget. Prosjekt Seniorgründer har hatt som mål å forebygge ensomhet blant eldre ved å satse på de ressurser som finnes blant seniorer. Men skal gode ideer og frivillighet fortsette å blomstre må kommunen på banen.

■ Antall eldre øker i årene som kommer, samtidig som andelen yrkesaktive reduseres. Dette stiller krav til effektiv ressursutnyttelse i helsesektoren.

■ Vi vet at dagens seniorer lever flere friske år enn tidligere og mange har fortsatt evne og lyst til å bidra i samfunnet. Samtidig er alderdommen en del av livet hvor mange opplever tap og ensomhet som fører til en passiv livssituasjon.

■ Prosjektet har bygget bro mellom frivilligheten og det offentlige og har satset på ressurser som finnes blant de eldre i befolkningen. Prosjektet viser også at de frivillige trenger noen å støtte seg på. Kommunen bør derfor legge til rette for det. Skal frivilligheten avlaste et allerede presset helsevesen, må kommunen investere for å få noe igjen.

■ Ideen om seniorgründere går ut på at det finnes mange eldre med ideer og ressurser. Samtidig synes det ikke alltid like enkelt å sette disse ideene ut i livet. Her kan kommunen ha en nøkkelrolle for å motivere og bidra til at gode ideer blir realisert. Seniorgründere kan skape møteplasser og aktiviteter til glede for seg selv og andre. Tanken er at de ulike tiltakene skal være så selvgående som mulig.

■ Ideene i prosjekt Seniorgründer har så langt resultert i fem ulike aktiviteter og møteplasser:

- Seniorlesere
- Seniorkameratene
- Trimgruppe i borettslag
- Fototreff for seniorer

- Oppstartsgruppe for seniortrimmere
- Biljardgruppe er under planlegging

■ 70 personer er involvert i de ulike aktivitetene. Prosjektet har bidratt til økt mangfold i tilbud rettet mot eldre i Hamar og dette fører til at flere kan finne en arena å delta på.

■ Prosjektet viser at det trengs et målrettet arbeid for å nå de som går med gründertanker fordi de ikke kommer av seg selv. Flere av gründerne sier at muligheten for å delta i prosjektet gjorde dem i stand til å gjennomføre sine ideer i praksis.

■ Hvis det offentlige ønsker å samarbeide med frivilligheten og dra nytte av de ressurser som finnes for å forebygge ensomhet og passivitet, må det være et fokus på dette og noen må ha en koordinerende rolle. Seniorgründere trenger en kontaktperson og en arena i kommunen hvor de kan høre til og føle seg ivaretatt.

■ Gode, selvdrevne aktiviteter og møteplasser er oftest avhengig av støttespillere for ikke å gå i oppløsning over tid. Kommunen bør se verdien av å investere i dette.

**” Skal frivilligheten avlaste et allerede presset helsevesen, må kommunen investere for å få noe igjen.**