

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

Trygghetsboendet Hagaborg

2015



Verksamhetsberättelse för trygghetsboendet på Hagaborg 2015

Intentionen med vårt arbete är att ge våra hyresgäster ett tryggt boende, fånga upp personer med hjälpbehov, stötta dem och förlänga tiden som de kan bo hemma utan behov av hemtjänst eller andra insatser från samhället. Vi vill t.ex. förebygga fallskador genom att hjälpa till med gardinuppsättning med mera och kan erbjuda riskrund om hyresgästen vill.

Målet är också att verka för en ökad gemensamhetskänsla där man känner sin granne och kan hjälpa varandra och umgås. Ensamhet är tung att bära och kan vara svår att bryta själv.

Vår målgrupp är i första hand seniorer men alla är välkomna.

Hembesök, hjälp och kontakter

Vi besöker alla nya hyresgäster på Hagaborg, hälsar dem välkomna till området och ger dem ett litet välkomstpaket med kontaktuppgifter, månadens aktiviteter och några kaffekuponger till vårt måndagscafé. Vi ser alltid till att "fånga upp" de över 65 för ett personligt välkomnande men med de yrkesverksamma kan det vara svårare då de sällan är hemma dagtid. Dock får de ett välkomstpaket i sin brevlåda, alla ska känna sig välkomna.

Vi har en varaktig kontakt med många av våra hyresgäster. Det kan vara de själva som kontaktar oss, vill ha en lampa uppsatt eller få hjälp med att hänga upp gardinerna. Ibland är det en pratstund som är viktigast. Det kan också vara vi som ringer upp dem för att höra efter hur de mår efter lasarett-vistelsen, hur det fungerar med den nya rollatorn som de fått eller bara hur de mår i största allmänhet. Många gånger skapas en mycket nära kontakt och ibland blir de närstående också involverade. Det kan till och med vara anhöriga som ringer och ber oss om hjälp åt mamma eller pappa.

Ärendena som vi kommer i kontakt med kan ibland vara ganska invecklade på så sätt att det kan vara flera delar som ska tas hänsyn till. Det kan bli många telefonsamtal och möten innan vi kunnat ringa in problemet och lyckats fixa den externa hjälp som hyresgästen behöver, till exempel hemtjänst, hemhandling av livsmedel, besök hos demenssköterska eller hjälpmedel från Hjälpmedelscentralen. Många samtal vi får handlar om rent praktiska saker: gångjärn som tjorvar, spisar som inte fungerar etc. Vi tror många gånger att hyresgästerna ringer till oss med sina boärenden för att de känner att det är lättare att låta oss vidarebefordra frågan till resp. bovärd: "Det är lättare om du frågar."

Under 2015 hade vi 541 telefonsamtal med hyresgäster och vi gjorde 436 hembesök varav 105 av var förstagångsbesök. Vi utförde 126 åtgärder för att förhindra fall: hängde gardiner, lyfte ner saker från höga hyllor, lyfte tunga saker mm. Och vi ombesörjde 291 andra tjänster som exempelvis att gå promenader med hyresgäster, förmedla kontakter, följa med till sjukhus. (Alla siffror vår egen statistik.)

Uppdrag utanför Hagaborg

I mån av tid följer vi med till banken, till läkare, frisör eller liknande.

Några har ingen chans att själva ta sig utanför Norrstrand och när vi haft tid och möjlighet har följt med på deras ärenden, inte så betydande som exempelvis ett sjukhusbesök men än dock viktiga för individen.

Måndagscaféer

Måndagseftermiddag hela året har vi haft caféer. Oftast har det kostat 10 kronor men ibland, när vi haft ett överskott, har det varit gratis. Om vi har riktigt gott om pengar har vi köpt en liten present eller överraskning till alla och det kan hända att fikabrödet blir lite extra då och då. Vi serverar alltid kaffe med något gott till och ibland har vi haft tid att baka själva.

De flesta gånger har vi haft ett tema eller en specifik aktivitet på dessa caféer: När katten är borta, Rosa café, Polka! Bingo, Skepp ohoj, Knytkalas, Hur muntert kan det bli? etc. Vi har tydligt märkt att när vi har ett tema får vi fler besökare och därför har innehållet på måndagscaféerna alltid en röd tråd. Endast vår fantasi har satt gränser för vad vi hittat på. Trubadurer, musikanter och spelemän har också varit dragplåster: musik i alla former är alltid uppskattat. Sammanlagt under året har vi haft 1804 gäster på 49 caféer och det blir i genomsnitt 37 gäster per café.

Löpande aktiviteter över året

Aktiviteterna ska vara ett roligt sätt att lära känna andra, fungera lite som ett "klister" mellan nya och gamla hyresgäster och som ett sätt att komma ut ur ensamheten. Det ska aktivera och engagera. De som inte är så mycket för att fika på måndagar försöker vi fånga in på andra sätt. Med ett öra mot marken för att lyssna in vad de önskar sig och ett andra öra mot omvärlden för att höra vad som erbjuds + kanske ett tredje öra riktat mot fantasins källa inombords, har vi försökt skapa olika sorters möten så att det ska passa alla. Ibland lyckas vi riktigt bra, ibland blir intresset inte så stort. Tja, vad gör man? Man går vidare och hittar på något nytt nästa gång!

Vårt Kommunikationsteam gör fina och lockande affischer som vi dels sätter upp på området, dels delar ut i brevlådorna. Man ska inte kunna undgå att se att vi finns! Dock känner vi att utfallet varit väldigt bra totalt: vi har haft inalles 283 olika aktivitetstillfällen med sammanlagt 3933 deltagare (Denna siffra är inklusive de självgående grupperna i vår lokal samt de 151 besökarna vi hade på Midvintermarknaden.)

Varje månad har vi visat en film på vår stora TV. TV:ns ljud är ihopkopplat med hörslingan och högtalarna i lokalen och det gör visningarna mer tillgängliga för våra hörselskadade hyresgäster. Det har varit en varierande mängd biobesökare, allt ifrån 11 till 2, men även när det bara varit ett fåtal har de ju uppskattat själva filmen, har vi resonerat. Om vi har kombinerat filmvisning med en annan aktivitet/ätbart har vi noterat att deltagarantalet blivit högre.



För 5 kronor kan man när som helst på dagen komma in i cafélokalen och ta sig en fika eller te med en liten kaka till. Några hyresgäster har gjort detta till en vana och har Café Munter som sin mötesplats. Många gånger har det hänt att våra damer har gått in och tagit sig en kopp kaffe och ”pratav sig” efter shoppingturen i centrum. Ibland stämmer väninnor träff i caféet och fikar tillsammans, det är enklare än om någon ska bjuda in till gemenskap i egna hemmet; kakor och kaffe finns framdukade och man slipper städa innan besöket.

Under hösten hade vi ”Lilla gruppen”, en grupp i vår egen regi för personer med begynnande minnesproblem. Ibland var det svårt för dessa personer att få något utbyte av det stora och ljudligare caféet, deras röster drunknade helt enkelt. För deras skull bjöd vi in dem till ”Lilla gruppen”. Vi valde att handplocka de sex deltagarna för att fånga in de vi trodde mest skulle dra nytta av aktiviteten. Arbetet bakom att hålla ”Lilla gruppen” var ganska omfattande. Vi förberedde oss genom att köpa in lämpligt material och planerade in de delar som vi tog till oss från våra studiebesök.



Den sista fredagen i varje månad serverar vi frukost. Det är ett annat sätt att träffas än över en fika och bingobricka och vi har fått många kommentarer om hur lyxigt det varit att komma ner och äta en god och nyttig morgonmåltid. Vi har serverat frukostar som har sett lite olika ut. Ibland har vi bakat bröd på morgonen, vi har bjudit på amerikanska pannkakor, smoothies och andra specialiteter. Men basen har varit en buffé av olika brödsorter, ostar, skivat pålägg, marmelad, fil, flingor, yoghurt, gröt och kokt ägg.

Eva-Lotta och Eva höll i Mjuk QI-gymnastik i egen regi, onsdagar både på våren och hösten. Som flest var det 18 deltagare och siffran höll sig hög hela året.

Onsdagarnas ”Töla-bort-en-stunn”, en träffpunkt utan annat syfte än att ha det trevligt över en kopp

kaffe, fick under året en stadigare grupp som återkom. Man kommer ner till caféet mellan klockan 13.00 – 15.00 och, i all enkelhet, tar sig en fika för en femma, småpratav och går hem när man känner sig ”färdigpratad”. Detta är en i stort sett självgående grupp, det enda vi värdar gör är att se till att det finns fika.

Promenadgruppen, som traskat runt Sundstatjärnet varje tisdag i flera år, ebbade ut och vi valde att lägga ner den. Intresset saknades helt enkelt. Men eftersom det var en trevlig aktivitet hoppas vi att kunna återuppliva den längre fram.

En av våra hyresgäster är en eminent lärare och konstnär och hon samlade 5 konstintresserade elever på sin kurs. Vi får ständigt frågan om vi inte kan ha en cirkel i oljemålning men tyvärr har vi haft svårt att hitta lärare, så detta var väldigt uppskattat.

Över året har egna grupper formats bland våra hyresgäster, grupper som vi trygghetsvärdar inte varit inblandade i ens i uppstarten. T.ex. har vi en krets med damer som bara träffas och mår gott tillsammans, håller ett öga på varandra och ringer när någon inte dyker upp, ett annat

gång damer spelar bridge lite då och då. När vi har hyresgäster som självmant vill dra igång kurser hos oss, eller själva bildar egna konstellationer, då känner vi att vi har lyckats.

Vi vill bara föra samman folk i olika forum och om det ur detta kommer bestående vänskaper har vi uppnått ett av våra huvudmål tycker vi.

Fristående aktiviteter i januari

I januari ville alla ha bort julen från lägenheten: ljusstakar skulle kopplas ur och läggas i jullådorna på hyllorna, julgardinerna bort. Och för att bryta med helgernas alla sötsaker hade vi ett smörgåscafé som det allra första. Januari var inte så kall men tidvis var det väldigt halt, det töade och frös och det var väldigt knöligt och isigt väglag. Ett café blev vi helt enkelt tvungna att ställa in för att inte riskera våra seniorers armar och ben. Vi ringde runt till alla som brukar komma på café och informerade och vi fick tag i alla som haft funderingar på att ta sig ner till oss.

Kalla dagar behöver man drömma sig bort så vi visade filmen ”Marigold Hotel” som utspelar sig i varma Indien.

En hyresgäst introducerade en annorlunda föreläsning: ”Gustav Fröding i kosmos”. Det blev en ganska rörig kväll eftersom det samtidigt i själva cafélokalen var information om badrumsrenoveringarna på området: massor av människor samtidigt. Föreläsningsdeltagarna fick klämma sig förbi alla och ta sig in konferensrummet. Det gick bra, men det var trångt! 26 personer kom till detta.

Samma hyresgäst ville bidra med mer litterär energi och erbjöd sig att starta ännu en bokcirkel och den fick direkt 5 deltagare.

Vi gjorde frukosten lite ”musikalisk”: flyttade den till lördag, istället för den vanliga sista fredagen i månaden, för att gemensamt lösa radions Melodikryss. Eftersom vi med gemensamma krafter lyckades lösa krysset och var inställda på att vinna, gjorde vi en checklista över alla deltagarna så att vi kunde turas om att ha badlakanet som var första pris. 8 personer skulle i så fall dela på det för så många var med och tävlade.

Fristående aktiviteter i februari

Trots att februari hade mycket snö hade vi förvånansvärt många deltagare på våra aktiviteter. Bovärdarna skottade och sandade så gott de kunde men det var ändå tidvis svårt att gå eftersom de inte hann med i samma takt som snön föll.

Vi har en stark ambition att använda vår fina lokal mer, att våra hyresgäster ska förstå vilken resurs det kan vara även på kvällstid. Dessutom vill vi nå ut till hyresgäster som arbetar dagtid, vi finns ju till för dem också. Därför startade vi ”Kvällsmunter”, en träffpunkt varje torsdagskväll för personer som ville handarbete, pyssla eller bli inspirerad av andra som hade projekt på gång. Och för att riktigt få snurr på det hela bjöd vi in alla hyresgäster i hela KBAB. Det blev lite upp som en sol och ner som en pannkaka: i februari kom det några hyresgäster, max 8, och därefter dalade besöksantalet drastiskt. Vi släppte hela idén efter att ha försökt den i mars också. Tyvärr.

För att uppmärksamma Alla hjärtans dag serverade vi fina hjärtformade bakelser och kaffe och därefter såg vi filmen ”Lars and the Real Girl”. Till detta kom 10 hyresgäster.



Midvintermarknaden på en söndag blev en väldigt trevlig tillställning och i år var det fjärde året i rad. Vi hade 16 utställare som sålde smycken, marmelad, hemsydda- och stickade plagg, renkorv, ostkaka och allt däremellan. 150 personer besökte oss, många hyresgäster som vi aldrig träffat förut samt Karlstadbor som sett annonsen i tidningen eller fått tips av sina kompisar.



Fristående aktiviteter i mars

Månadens film "Kärlek på menyn" kombinerade vi (väldigt fyndigt tyckte vi) med ett Happy Meal från McDonalds. Det var uppskattat och 11 personer deltog.

Seniorshopen gästade oss, det är alltid populärt. I vår foajé bläddrade en hel massa hyresgäster bland alla plagg, provade i vårt lilla provsoriska provrum och bad om smakeråd. Vi hade tyvärr inte lyckats få några frivilliga att ställa upp som mannekänger i år men Rosa lyckades väldigt fint att visa upp kläderna och prata om dem. Det var mycket lyckat. 35 personer fikade och lyssnade på henne.

Fristående aktiviteter i april

Våra herrar är ett eget kapitel. Eller snarare bristen på herrar på våra aktiviteter. En av våra hyresgäster med ett stort filmintresse efterlyste andra män att se film tillsammans med och vi startade "Herrarnas filmcirkel". För att verkligen få alla att notera denna grupp knackade på hos alla herrar på området och bjöd in dem. Var de inte hemma fick de en inbjudan i brevlådan. Första gången lockade vi med mat och resultatet blev en grupp på 8 personer. Antalet filmintresserade dippade dock under året till siffran 3-4 herrar men de var i gengäld intresserade av att ha gruppen kvar.

En annan hyresgäst hade blivit inspirerad av TV-programmet "Halv åtta hos mig" och på hennes initiativ bakade vi om idén till "Klockan 14 hos mig – och nästa vecka hos dig!" Vi tänkte oss att skapa grupper om fyra personer som kunde träffas och fika hos varandra fyra gånger. Det blev 3 som anmälde sig och de hade trevligt när de möttes hemma hos varandra.

Ville man se mer film visade vi filmen "Optimisterna" om ett volleyboll-lag som enbart består av seniorer. 5 personer kom och så den. På "Tôla-bort-en-stunn" erbjöd vi specialtillverkad tårta för att fira påsken och till det kom det hela 21 personer.

Fristående aktiviteter i maj

En helt fantastisk föreläsning fick vi av Sören Johnsson från Karlstads hembygdsförening när han kom och pratade om och visade bilder av Gamla Norrstrand. Hela 38 personer kom och det var egentligen ingen som ville gå hem efteråt, det var mycket uppskattat.



En av våra hyresgäster startade, på eget initiativ, en meditationscirkel i vilken man provade olika metoder tillsammans under hennes ledning. Gruppen träffades fyra gånger och hade 8 deltagare. Målningskursens deltagare kände sig mogna att avsluta terminen med att visa upp sina alster och därför hade de vernissage. En del tavlor blev till och med sålda så visst hade de lärt sig något under våren. Vi värdar serverade cider och salta pinnar till de 33 besökarna.

Föreläsningar är uppskattade och vi valde att hänga på när Lasse Anrell kom till Seniorernas hus för att prata om pelargoner. En gemensam promenad dit och tillbaka var också trevligt och 8 personer följde med.

När nu promenadgruppen lagts ner blåste vi temporärt liv i den genom att ta en promenad till Norrstrandskyrkan för att äta sopplunch. Det var 10 personer från vårt trygghetsboende som serverades en rykande het soppa, ett väldigt trevligt arrangemang.

Månadens film var Argo. Men innan vi såg den åt vi hämtpizza tillsammans med 5 hyresgäster.

Fristående aktiviteter i juni

Sillunchen är en uppskattad aktivitet som återkommer varje sommar. Vi fick bjuda på god mat, musik med trubadur Lasse Jansson så våra gäster blev glada och nöjda. I år kom det 75 personer och åt sig mätta av all den goda midsommarmaten.

Boulen, som vi varje sommar spelar tillsammans med hyresgästerna på HSB, löpte fint och det var i snitt 10 personer som kom varje onsdag när vi krattat boulebanan.

Även om man kanske inte vill vistas inomhus under årets ljusa månader var det ändå 8 personer som kom och åt förbeställda baguetter och såg filmen "Walk the Line" om Johnny Cash. Det var mycket "sittdans" i stolarna och många fötter som stampade takten, det gick helt enkelt inte att låga bli!

När vi hade grillkväll hade vi verkligen tur med vädret: en solig och mysig kväll öste vi kol på grillen och grillade 100 korvar! Det var två korvar per person, lättöl eller vatten + kaffe och kaka för 25:- och 50 personer njöt av den härliga svenska sommaren på vår gräsmatta.

Frukostarna den här sommaren fick alla fruktteman: banan, jordgubbar och äpple. Med dessa frukter i smoothies, inbakade i brödet, förfinade till pålägg etc kunde vi utmana oss själva till att förändra en programpunkt som lätt kan bli statiskt.

Fristående aktiviteter i juli

Vi gnuggade geniknölarna för att hitta på en aktivitet som fick ut våra hyresgäster att vara lite aktiva i den härliga sommaren och vi kom upp med KARLA-vagnen:

K-Kaffe

A-Alla

R-Roliga

L-Lekar (tillsammans med)

A-Alla

För att åstadkomma detta lastade vi vår stora dragkärra med stolar så att alla kunde vila, kaffe och bullar samt enkla spel som alla kunde delta i. Vi hade bl.a. sjömansspel, kasta boll i hink, boccia, kubb och krocket. På dessa aktiviteter kom mellan 12-20 personer, inte alla ville leka men alla ville få sig lite kaffe och en pratstund. Det är mycket trevligt att umgås utomhus.

Ännu en grillkväll hann vi med. Vädret var dock inte med på noterna utan vi improviserade en myskväll inomhus. Vi tände "DVD-brasan" i tv:n, satte levande ljus på borden och lyssnade på Stig Torstensons lustigheter på högtalaranläggningen. Vi grillade korv under en uppspänd parasoll utomhus så den behövde ingen gå hem utan: korv, bröd, dricka, kaffe och kaka. Trots regnet verkade alla 45 deltagare nöjda.

Café Slusswakten är en riktig pärla och vi hade tänkt oss en promenad dit för att fika, precis som i fjol. Men vädrets makter svek oss så vi improviserade en fikastund inne på Café Munter istället. 8 personer hade trevligt tillsammans: vädret var dåligt men humöret var det inget att klaga på!

Fristående aktiviteter i augusti

Boulen, tillsammans med HSB, gick in i andra halvan av säsongen och under de fyra tillfällen vi spelade kom det i snitt 11 personer var gång.

Den roligaste aktiviteten i sommar var vår "Femkamp över gränserna". I samarbete med de två andra trygghetsboendena arrangerade vi en eftermiddag med enkla tävlingsgrenar: utomhus-bowling, pilkastning, minigolf, bollkastning (träffa hål) samt gissa snörets längd. Bussar åkte och hämtade upp våra anmälda deltagare på de olika boendena och körde dem till hit till Café Munter där tävlingarna ägde rum. Mellan tävlingspassen serverade vi en enkel smörgås och en liten kaka till en kopp kaffe. Sist hade vi prisutdelning där de sex med flest poäng fick välja en inslagen paket som pris, alla fick chokladmedalj och efter hela kalaset fick alla busstur hem igen. Det kom 35 tävlingslystna deltagare.



Kräftskivan blev en klar succé. Vi serverade färdiga tallrikar med kräftstjärtar, en bit ostpaj, sallad och bröd, samt valfri lätt-dryck. Underhållningen med "Bengt-Ingvars med Anders" var helt fenomenal och våra gäster sjöng och hade väldigt gemytligt på vår terrass och "bakgård". Allt som allt var det 32 personer som kom.



Som gräde på moset anordnade KBAB en hemlig resa: "Upplev en flik av Värmland" för deltagare från de tre trygghetsboendena. Bussen fylldes i stort sett upp och vi styrde kosan norröver mot den välsmakande lunchen på Route 66 och därefter till rundvandring på Mårbacka med efterföljande fika i ladan.

Fristående aktiviteter i september

Seniorshopen besökte oss igen för andra gången i år. Överallt provades det kläder och alla fick agera smakråd åt varandra. Inga mannekänger hade vi den här omgången heller men det blev en väldigt bra visning i alla fall. Hur många som kom och provade kläder och handlade har vi inte en aning om men till visningen dök det upp 29 personer som också stannade och fikade efteråt.

Vi serverade "skivor till kaffet" när vi hade Jukebox en eftermiddag. 9 personer kom och önskade sina favoritlåtar.

Ann Augustsson från Medborgarskolan kom och höll en föreläsning/läste högt om Selma Lagerlöf. 12 personer lyssnade och deltog i samtalen som följde.

Fristående aktiviteter i oktober

Oktober blev lite grann ”föreläsningarnas månad”: Ann Augustsson återkom i oktober, denna gång pratade hon om 50-talet. Till denna aktivitet kom det 6 personer.

Vi besökte Norrstrandskyrkan igen till en av deras soppluncher. Först promenad dit tillsammans och det var 8 personer som följde med.

Staffan Ander kom till Seniorernas hus och talade och dit följde 6 hyresgäster med. Ann Augustson talade om Karlstads original, 8 personer deltog.

Sören Johnsson från Karlstads Hembygdsförening återvände till allas glädje och fortsatte där han avslutade förra gången han var här. Även denna gång visade han mängder av foton från den ”gamla goda tiden” på Hagaborg. 28 personer lyssnade samt bidrog med egna minnen och anekdoter.

Ytterligare en föreläsning hann vi med under oktober: Maria Vildhjärta Westerberg talade om sitt konstnärskap i Norrstrandskyrkans regi och vi gick dit för att höra. Till det var det 5 som följde med.

Fristående aktiviteter i november



Kaffeprovning är något vi alltid velat testa så vi kopierade Orrholmens (Plusboendet) koncept och gjorde en Café Munter-variant på det: köpte in 3 sorters specialkaffe, bryggde det samt vårt ”vanliga” Löfbergs Lila som vi alltid servera i caféet. Därefter hade vi blindtest på de olika smakerna och delade ut faktablad om de olika bönorna/rostningarna. Det krävs nog mycket träning för att bli kaffekonnässör... Men det var en lärorik eftermiddag som 6 personer anmält sig till.

Ann Augustson kom och pratade och läste högt, denna gång utan förutbestämt ämne. Till det kom det 5 personer.

Vi fortsatte lite på föredragstrenden och gick tillsammans bort till Seniorernas hus för att höra föreläsningen "Det var på Sandgrund vi mötte varandra". 12 personer kände sig lockade att följa med.

Vårt mat- och filmkoncept kom åter på kalendern, denna gång i form av pizza och filmen Philomena. Till detta anmälde sig 8 personer.

Vi ville också erbjuda enkelt julpyssel, en trevlig aktivitet som man kunde ta med sina barn också. Vi hade tänkt oss tre olika pyssel, lätta, som alla kunde göra. Tyvärr var det bara en enda person som anmälde sig. Det finns inte många "pysslingar" på Hagaborg.

Fristående aktiviteter i december

Vintermånaden nummer ett, med en alldeles speciell juldoft över hela sig. Allt går i rött och det luktar nybakt, tomtar och stearinljus ska fram ur gömmorna, granen pyntas och trista vardags-gardiner bytas ut mot härligt röda.

Glögg är ju också speciellt för julen och vi bjöd in till öppet hus på bovärdskontoret tillsammans med bovärdarna. För att fånga in personer som kom hem från jobbet delade vi upp vårt team i två grupper: en serverade glögg och pepparkakor + nygrillad korv och bröd på Café Munter, den andra höll ställningarna med samma förtäring ute i traktorgaraget. Speciellt i garaget var det en fin stämning då frusna hyresgäster stannade och stod och pratade en stund, värmdes sig över grillglöden och mumsade på korv.

Det är många av våra hyresgäster som inte kan få smaka riktig julmat. Det blir för många olika rätter att laga åt en person och många är ensamma och orkar inte att till exempel äta julbord på restaurang. Så vi beställde färdig julmat, en kall och en varm tallrik och maten var så riklig att många bara åt den "kalla" tallriken och tog den "varma" med sig hem. Att Lasse Jansson spelade och sjöng bidrog till en trevlig jullunch och vi vet att 17 personer var mätta och belåtna när de gick hem från oss efter att de fått kaffe och liten kaka.

Vacker skönsång fick vi en torsdag när Anna Larsson sjöng för oss. Tyvärr, måste sägas, var det inte många som uppmärksammat att hon skulle komma så det var bara 6 personer som fick njuta av hennes vackra stämma.

Mörk eftermiddag, kura skymning, då är det dags för en film. Vi visade komedin Scrooged och serverade fruktsallad till. Det kom 8 personer till det.

Nyår firade vi lite i förväg på årets sista arbetsdag, onsdagen. Och varför inte en champagnefrukost? Så vi skålade i "champagne" och serverade en riktigt lyxig frukost med snittar, fyllda krustader, löjrom, scones mm. Det var 20 hyresgäster som kände att det var ett bra sätt att fira ut det gamla/in det nya året på.

Aktiva hyresgäster

Det är alltid extra roligt när våra egna hyresgäster kommer och erbjuder sig att hålla i någon aktivitet. Vi värdar vill gärna "vara överflödiga" i vissa sammanhang och då är det roligt att kunna erbjuda en fin lokal och lite "administration" (exempelvis att göra reklam för eventet, sälja biljetter, fixa fika mm).

En kunnig hyresgäst drog självmant igång en meditationscirkel och ledde deltagarna i olika tekniker och gav dem möjligheten att prova på.

En annan hyresgäst hade blivit inspirerad av TV-programmet "Halv åtta hos mig" och på hennes initiativ bakade vi om idén till "Klockan 14 hos mig – och nästa vecka hos dig!" Några damer anmälde sig och de hade trevligt när de möttes hemma hos varandra.

Litteraturkära hyresgäster fick ytterligare en möjlighet att fördjupa sig och diskutera böcker när bokcirkeln "Bibliotekskassen" startade upp. Den träffas 1 gång per månad och man har uttalat att man gärna tar in fler deltagare. Man vill inte att det ska vara en "låst" cirkel utan det är OK om medlemmarna hoppar över en gång och återkommer nästa, huvudsaken är att man har läst boken som diskuteras.

Ett annat gäng litterära hyresgäster samlades för två år sedan och skapade själva en bokcirkel. Det är en otroligt kreativ grupp, de utmanar sig själva och hittar på nya litterära uppgifter åt sig själva, tex har de lärt sig skriva haiku. Deltagarna sköter sina träffar helt självständigt och är mycket trogna sina mötestider: varje tisdag klockan 13.00. Ibland ses de hemma hos varandra istället för i cafélokalen och någon gång då och då bjuder de varandra på mat. De som ibland har lite svårt att gå kan ibland bli hämtade till träffen av kompisarna.

Vi har tre aktiva damer som för det mesta hjälper oss på caféerna. De dukar, kokar kaffe och serverar och det är fantastiskt att de ställer upp så ofta. Med den hjälpen är det lättare för oss att hämta andra hyresgäster till caféer och, efteråt, köra hem dem igen. Likaså när det är bingo och det är gäster som behöver hjälp att pricka rätt, då ställer de upp och sitter bredvid. Dem bjöd vi på lunch två gånger under året, det är trevligt att sitta ner i lugn och ro och äta och hinna prata ordentligt med just dem, annars är det mest ett litet spring-förbi när vi ses.

Studiebesök, våra egna och andras, samt utbildning

Januari: Utbildning i demenskunskap på Anhörigcenter med Eva Karlsson.

Februari: Föreläsning: uppkopplad-avkopplad på museet.

April: SABO besökte oss som en av tre "hållplatser" under SABO-konferensen som hölls i Karlstad. Vi visade våra lokaler och berättade om vår verksamhet för 300 personer.

September: Öppet Hus med ABF och Vuxenskolan i ett försök att starta kursverksamhet i vår cafélokal.

Oktober: Två dagars seminarium – "Varumärket KBAB" på Selma SPA.

Städning

I vårt uppdrag ingår även trapphusstädning. Genom att vi vistas ute i trapphusen och runt i området blir våra ansikten kända och det är lätt att "vinka in" oss. Många öppnar dörren och hälsar på oss när vi moppar på deras våningsplan, vi tar oss gärna tid till en liten pratstund och lär känna fler lite närmre. Ofta händer det att vi får ett uppdrag när vi möts på det viset. Städningen är ett bra sätt att naturligt vistas så att säga ute på fältet, vi kan knyta fler bekansksaper och bevara de redan etablerade.

Det händer väldigt ofta att vi blir en sorts mellanhand mellan hyresgästen och bovärdarna. När vi är ute på området blir vi "stoppade" och hyresgästen berättar problemet man har i sin lägenhet, frågor eller mindre reparationer/åtgärder. Många gånger kan vi ombesörja det själva och på så vis underlätta det för bovärdarna. Kan vi inte hjälpa dem blir vi en förmedlande länk för dem och spar bovärdens ett samtal.

Vi har försökt att köra med vår singelskurmaskin "Skure" så ofta vi kunnat. När vi kör Skure på golven blir de grundligt rengjorda samt mer lättstädade nästa gång, smutsen fäster inte lika lätt. Att städa är OK; att städa och det blir riktigt fint är väldigt roligt! Visst kräver det mer av oss när en person blir upptagen med Skure och de andra två får ta de övriga husen på dagens schema. Men det är också gott att veta att nästa gång vi återkommer till just det trapphuset är det ännu mer lättstädat och fräscht.



Lite annat smått och gott som också hör till

Vår verksamhet rymmer så mycket mer än "bara" aktiviteter i caféet, städning och hembesök. Här kommer ett litet potpurri av sådant som hänt under året. Vårt brandskyddsarbete är en stor del av vårt uppdrag. När vi är ute i trapphusen, städar eller går på hembesök, har vi allt "brand-ögonen" öppna. Vår ambition är att det ska vara helt fritt från brandfarliga saker i trapphusen, likaså saker man kan snubbla på vid en ev. utrymning av rökfyllt hus.

Vi har argumenterat och tagit många diskussioner och förklarat varför man inte kan ha en dörrmatta som "man får ha i alla andra hyreshus" och vi har nått fram med vårt budskap: "Det är för er hyresgäster vi vill hålla hårt på säkerheten". Det har hänt ett par gånger under året att vi har fått hjälpa hyresgäster som ramlat, både inne och ute, att komma på fötter igen. Många gånger är det inte bara att resa dem upp och borsta av dem utan vi ser till att de är lugna och känner sig trygga igen när vi lämnar dem.

En hyresgäst hade problem med duvor på sin balkong och vi gick dit och skurade den, väggar och golv, med starka medel som duvorna förhoppningsvis skulle tycka illa om. Våra "övertalningsförsök" lyckades, till all glädje. Vi har hälsat på hos några hyresgäster när de varit inlagda på sjukhus, det är alltid roligt när vi faktiskt har tid att avsätta för besök där och det är väldigt uppskattat. Containerdagen, när vi ställer ut en container så att områdets innevånare kan kasta skräp från sina skåp och förråd, var som vanligt en omtyckt händelse. Vi trygghetsvårdar gick hem till många och hjälpte dem gräva fram tunga trampmaskiner, gamla radioapparater, trasiga möbler etc ur gömmorna och forsla ner det till containern.

Under vissa perioder under året har vi fått lägga ner en hel del tid på att hjälpa glömska hyresgäster och se till att de fått den hjälp de behövde. Ibland har hjälpen bestått i att vi ringt och pratat med anhöriga och försökt få dem att söka hjälp åt sin förälder. Andra gånger har det varit att trycka på biståndshandläggaren för att ge den hjälp hyresgästen behöver. Det har också hänt att vi upptäcker att hyresgästen behöver extra stöd med rutinerna med sina mediciner eller sin mat och då får vi ringa distriktssköterskan. Problemen kan ibland spilla över på grannarna då de förvirrade personerna ringer på hemma hos dem och vill ha hjälp med att hitta hem. Andra problem som kan uppstå i dessa situationer är att de inte inser att de har TV:n på väldigt högt och att de därigenom stör sina grannar. Allt kräver att vi går varsamt fram och lotsar allt åt rätt håll så att vår hyresgäst kan få den hjälp hen behöver och har rätt till.

Några solskenshistorier

Det är så härligt att se hur samhörigheten mellan hyresgästerna ökat under året. De ringer varandra och frågar om de ska gå tillsammans på olika aktiviteter vi har. Eller till andra aktiviteter också, för den delen. Det har också hänt att de gått till apoteket och hämtat medicin åt väninnan när hon varit krasslig. Många gånger har damer som gått tillsammans på stan summerat shoppingen över en kopp kaffe inne på Café Munter. De bryr sig om varandra och ringer och frågar hur det står till när de inte sett väninnan på några dagar. Och är någon lite krasslig händer det att de handlar eller uträttar något annat ärende åt henne. Man ringer också på hos varandra och frågar om kompisen vill följa med på café: ”Ska vi ta följ?” eller ”Vill du att jag hämtar dig?”

Vi har många gånger sett hyresgäster spontant plinga på hos sina rullstolsburna grannar och tagit med dem ner till våra aktiviteter på Café Munter. Vi har också sett hyresgäster köra sina grannar till kyrkogården på Allhelgonahelgen för att de ska få en chans att lägga en blomma på närståendes grav. På kyrkogården är det småsten: det är inte lätt att vare sig köra själv eller köra någon annan i rullstol.

En av våra hyresgäster är väldigt duktig på att ta med sig grannar när hon ska på något evenemang, dans, marknad eller liknande. En eftermiddag körde hon in på sin parkeringsplats och ur bilen klev fyra damer, de hade varit iväg på något roligt tillsammans.

Vid ett hembesök hos en hyresgäst kom vi att prata om hennes stora kärlek till hundar; hon saknade sin pudel som hon haft när hon var piggare och tänkte mycket på den. Nu hade hon blivit för gammal för att ha husdjur och saknade att ha något att gosa med. Så Mia, som har två småhundar, lånade ut dem till henne en förmiddag så att hon fick ha dem i soffan och kela med dem och mata dem med (medskickat) hundgodis.

När Karlstads kommun uppmanade till ”Ökad öppenhet” bjöd en av våra seniorer in alla sina grannar i sitt stora hus: 28 lägenheter. Hon lånade termosar av oss och serverade glögg och pepparkakor till alla som kom. Vilken kvinna!

Eva Lindeberg, Vård och Omsorg
Eva-Lotta Sturelind, KBAB
Mia Valentin Pfeiffer, KBAB

KARLSTADS BOSTADS AB KBAB.SE

epost@kbab.se | 054-540 76 00 | Box 1505, 651 21 Karlstad | Bobutik: Ö:a Torggatan 19 | Huvudkontor: N:a Strandgatan 13