



Foto: Borgny Berglund

I denne utgaven fokuserer Landsbyliv på Senior Politikk. Dette ble tatt opp på Camphill Landsbystiftelsens Representantskapsmøte på Jøssåsen i juni i år og ble også behandlet på Norsk Forbund for Helsepedagogikk sine fagdager på Ringerike i mai. Vi har innlegg fra begge treffene her. Med eldrebølgen skummende over oss er dette et veldig aktuelt tema, og vi håper at Landsbyliv kan bidra med å holde fokus på det. Vi setter stor pris på tilbakemeldinger.

Red.

Vigs Ångar og arkitekt Lillemor Husberg

Teksten er basert på hjemmesiden www.vigsangar.se og informasjon gitt av Tone Kleive

Vigs Ångar ligger i Køpingebro, forstad til Ystad i Skåne, den sydligste by i Sverige. Vigs Ångar er bygget som bokollektiv for eldre, - oppgående, rullestolbrukere eller sengeliggende, og åpnet i 1995.

I dag er mange beboere sterkt hjelpetrengende og stedet er fullt bemannet som på et sykehjem. Folk kjøpte først egen leilighet med andel i fellesarealene, men i dag betaler Kommunen bemanningen og driften, og har etter hvert kjøpt huset. Stedet er internasjonalt kjent og får besøk fra hele verden. De har åpent hus hver torsdag for besøksgrupper.

Arkitekt Lillemor Husberg fra Skåne i Sverige er spesialist på å tegne boliger og bokollektiv for eldre, også sykehus og sykehjem. Hun har utviklet en menneskelig arkitektur med glidende overganger mellom hjem, sykehjem og sykehus. Hun er inspirert av antroposofisk arkitektur.

Lillemor Husberg fulgte sin egen eldre mor gjennom det offentlige systemet, og opplevde hva hun ikke syntes fungerte bra eller manglet og som kunne gjøres annerledes eller i tillegg. Hun har en sensitivitet for hvor-dan sansene forandrer seg med alderen, og bygger etter det. Hun arbeidet flere år som ansvarlig leder for Vigs Ångar og fikk da oppleve det som mange arkitekter aldri får; å kjenne på kroppen hvordan hennes egne bygg fungerer i praksis. I dag arbeider hun i det svenske departementet med omsorgspolitik for eldre.

Utfordringen er å skape en arkitektur som muliggjør et variert sosialt liv.

Mange har behov for ensomhet. Her har hver leilighet egen inngang, en må ikke passere fellesarealer for å komme hjem til seg selv. Hver leilighet har eget lite kjøkken og muligheter til å spise alene, også egen uteplass.

De som har behov for tosomhet, kan bo i leiligheter for par.

Det sosiale ivaretas av felles kjøkken og oppholdsrom for hver gruppe av 8 leiligheter. Her kan du og dine naboer skape et eget mindre fellesskap, og en stor forsamlingshall gir rom for store sammenkomster. Kaféen er også åpen for folk utenfra. Da kan man også treffe folk som ikke bor i huset. Terapiavdelingen, med eget mindre terapeutisk basseng, er også åpen for folk utenfra, og bidrar ytterligere til et variert bomiljø. Det finnes felles hobbyrom og andre disponible rom, og de 32 leilighetene gjør at bomiljøet får god sosial variasjon.

Mulighetene til bevegelse inne i huset, er en spesiell fordel i vårt lange og glatte vinterhalvår. Huset er bygget i et 8-tall, med et langt gangsystem som følger innsiden av 8-tallet.

Sunt innemiljø ivaretas av utstrakt bruk av giftfrie materialer som virker forebyggende på helsen både fysisk og psykisk. Kapasiteten på våre viktigste avgiftningsorganer, nyrer og lever, avtar med alderen. Det er derfor viktig for eldre å redusere på den daglige belastningen fra gifter i omgivelsene. Kjøkkenet på Vigs Ångar vektlegger derfor av samme grunn å bruke mest mulig økologiske matvarer. Og det å ha tilgang på regelmessige måltider når en selv ikke lenger orker å lage egen mat vet vi er viktig.



Foto: Borgny Berglund

Dårlig belysning og lysstoffrør tærer på kreftene over tid, det samme gjelder dårlig akustikk og forvirrende fargebruk. De fleste opplever hvor slitne de blir etter en dag på et kjøpesenter, for her er det nettopp ikke tatt hensyn til disse tingene. Når en blir eldre, og blir fortere slitne, spiller dette en enda viktigere rolle. Og skulle en få en demenstilstand så forsterkes det ytterligere. Bevisst bruk av farger og former er viktig. På Vigs Ångar er det en fin blanding av beroligende og oppkvikkende stemninger, med utstrakt bruk av naturlig lys. Her finnes det ild i peisen, en fontene med rennende vann, årstidene alltid synbare fra gangene ut mot hagene. Regnet som pisker, stormen som raser, snøen som daler, solen som varmer.

Vigs Ångar kan helt sikkert virke inspirerende i den debatten som nå er på full fart innen i Camphill landsbyene, og som forhåpentligvis også kommer til å bli tatt opp av de andre antroposofiske virksomhetene her i Norge.

Initiativgruppen på Nesodden

Det Norske Stortinget har pålagt kommunene å ta mer ansvar for sine egne innbyggere når det gjelder helse. Kommunene er pålagt å begynne et forebyggende arbeid for å redusere på livsstilssykdommer, depresjoner og andre sykdommer som kan forebygges og rehabiliteres i kommunen.

Tekst av TONE KLEIVE og JAN BANG

I tillegg har Eldrebølgen, (nå gått over til å kalles Eldre-sunamien) begynt, og sammen skaper dette utfordringer som er kjempestore for kommunene. Nesodden kommune er en fattig kommune, allerede nå er det mange som får avslag på søknader om kommunal hjelp. Innen 2020 var det meningen å bygge 120 sykehjemsplasser i tillegg til masse omsorgsboliger. I følge kommunen selv skal det holde hardt om de skal klare dette.

Kommunen har nå blitt oppfordret av eksperter, og har selv innsett, at den må ta i mot hjelp fra private initiativer. "I nøden lærer naken kvinne å spinne"; - det kan komme noe kreativt ut av at vi har så lite å rutte med. De neste generasjonene av eldre vil garantert stille høyere krav enn det de eldre i dag krever til økologisk tilpassede hus, hus som ikke er skadelige for helsen. La oss bygge hus hvor også disse generasjonene har lyst til å bo.

Vi er en gruppe som ønsker å:

- 1) bygge et bofellesskap for eldre hvor driften og tilbudet om pleie er antroposofisk inspirert
- 2) hvor hver eier egen leilighet
- 3) hvor kommunen betaler driften
- 4) og at våre ideer og kunnskaper kan bidra til at kommunen generelt får en god utvikling av eldreomsorgen.

Gruppen besto opprinnelig av 2 sykepleiere og 1 lege, men flere har kommet til etter hvert, med forskjellige yrkes- og erfaringsbakgrunn og aldre. Vi kaller oss en Initiativgruppe, teller 14 personer, men har mange flere som støtter oss.



Foto: Borgny Berglund

Et forslag til organisering av eldreomsorgen i kommunen som vi ser for oss er et sted som ligner Vigs Ängar. Derfor inviterte vi Lillemor Husberg til Nesodden i januar i år. Foredraget var godt besøkt. Etter foredraget hadde Initiativgruppa fullført den jobben vi ble enige om i utgangspunktet: å få arkitekten fra VÅ til Nesodden. Deretter ønsket vi å gi stafettpinnen videre for å danne en interessegruppe og arbeidsgruppe. Men på tross av den store interessen og støtten så er det vanskelig å få folk til å bidra praktisk. Vi har derfor innledet et samarbeid med et eiendomsutviklerfirma www.funksjonell.no som vi har hatt dialog med over ett års tid. De er svært interesserte i vårt prosjekt, de kom på foredraget, og er nå villige til å gjøre alt arbeidet fra A til Å, inkludert å ta den økonomiske risikoen. De har også den store fordel at de har *mulighet* til å få kjøpe en stor nok og egnet tomt her ute, noe som ikke er lett i indre Oslofjordområdet generelt, og nordre del av Nesodden er ikke noe unntak. For tiden er de travle med å bygge bofellesskap for funksjonshemmet ungdom her ute. Dette gir dem verdifull erfaring i å bygge etter institusjonelle krav. Kommunen har i den forbindelsen hatt utstrakt samarbeid med dette firmaet, og ønsker et videre samarbeid med dem, - noe som styrker vår tro på at de kan gjøre en god jobb for oss også.

Flere i kommunen er blitt så fasinert av våre planer at de vurderer å bygge et lignende bygg også på sydlige delen av Nesodden. I tillegg har de inne en søknad fra en tomteeier som ønsker å bygge noe tilsvarende midt på Nesodden. Denne tomteeieren samarbeider med Maj-Len Sundin, tidligere direktør på Vidarklinikken, og han kom på foredraget vårt og ble inspirert. De ser ut til også å tenke spesialisert rehabilitering for eldre, da denne mannen har vært primus motor for å bygge og drive Catosenteret i Son www.catosenteret.no

Med disse 3 bofellesskapene fordelt rundt i bygda vår vurderer kommunen å droppe planene om å bygge nytt sykehjem med 120 plasser, kun utvide det de har med 32 plasser. Dette vil spare kommunen for store investeringer, penger som heller kan gå til å styrke bemanningssiden.

De har også forstått at ved å trekke inn den alternative medisinske tilnæringsmåten, så vil det trekke til seg personale som ellers ikke kunne tenke seg å arbeide i kommunen. Og dette er et viktig kort vi har på hånden, fordi personell blir den store bøygen i eldreomsorgen fremover.

Videre oppgave til Interessegruppen blir nå å møte opp i de politiske partiene og utvalgene og overbevise dem om at de må stemme frem vårt prosjekt i kommunestyret. Dette regner vi med å gjøre ferdig i høst. Vi vet at partiet Rødt ikke ønsker private aktører. Men ellers har vi fått mange sterke signaler på at det er bredt ønske om at vi får bygge.

I tillegg må interessegruppen skaffe kompetente folk som kan være "vakhunder" for oss som er "bestillere" og følger opp arbeidet som eiendomsutviklerfirmaet utfører, blant annet på økonomi, byggteknikk, arkitektur og salg av leiligheter.

VET DERE I CAMPHILL eller andre som leser dette OM NOEN Å SPØRRE så er vi takknemlige for å høre om dem.

Hvorfor kan dette være interessant for Camphill?

I samtale med Regula Knup på Vidaråsen, med Olaug Hagerup på Solborg og Jan Bang kom det frem at det ikke er nok plasser på Ita Wegmannhuset til å dekke Camphills eldrebølge. Noen opplever også at de som gamle ønsker å bo nærmere sitt nåværende hjem, ønsker ikke å flytte så langt.

Innlegg fra TONE KLEIVE

Tomt ved Tyrifjorden:

Ole Hermann Hollerød, bonde og eier av store områder på vestsiden av Tyrifjorden, har sittet i styret for Steinerskolen på Ringerike, ivrig bygdeutvikler, våken samfunnsmann, har bl.a. gitt tomt til kretsengselet på Ringerike, har tilbudt oss en av sine tomter på Tyristrand, pris er enda ikke diskutert, men den ligger langt under Oslopris som han sa. Ole Hermann

kom på foredraget vårt sammen med sin datter og kone (på tross av snøkaos!). De ble begeistret for Vigs Ångar, og ønsker å se på muligheten til å få til noe lignende, hvor eldre folk fra Solborg og Oslo spesielt kan tilbys leiligheter.

De ønsker i så fall å se på et mulig samarbeid med Camphill. Dette kan skape interesse for antroposofisk pleie og medisin i Norge som vi håper kan gi tilvekst på sykepleiersiden. Begge sykepleierne i initiativgruppen er utdannet Camphillmedarbeidere i tillegg til vanlige sykepleiere. Det er ønsket å bruke det som en mal for kurs/utdanning tilgjengelig for de ansatte i bofellesskapet og andre interesserte. Dette kan gjøre at eldre fra Camphill kan tenke seg å bo i et sånt fellesskap, selv om det blir fysisk utenfor Camphill.

Utbyggerfirmaet vi bruker har vist interesse for å utvikle området ved Tyrifjorden også, hvis det skulle bli ønskelig.

Arkitekt Øystein Thomassen har sagt seg villig til å være ansvarlig arkitekt, - enten for å følge opp tegningene tilsvarende Vigs Ångar, eller selv å tegne et eget utkast og følge opp det. Han samarbeider til vanlig med Will Browne fra Vidaråsen, og Will har jo erfaring med å tegne helseinstitusjon i arbeidet med Ita Wegmannhuset. Så her vil vi føle oss i trygge hender. Øystein kom også på foredraget vårt og lot seg begeistre av det.

Verdien av å være

Dette er et tema som har blitt tydelig for meg gjennom mitt arbeid på Solveigs Hus på Granly i 7 år.

Tekst av LIV KJÆRNES
Foto BORGNY BERGLUND



Liv Kjærnes

Granly Stiftelse er Norges eldste helsepedagogiske hjem, startet av Solveig Nagell i 1938. I dag bor det 26 mennesker med psykisk utviklingshemming her. Noen av beboerne har bodd her siden de var

3-4 år og er i dag mellom 60 og 70 år gamle.

Derfor kom ønsket frem om at de kunne få bli gamle og kanskje pleietrengende her på Granly. I 2003 sto huset ferdig – en omsorgsbolig med plass til fem mennesker. Bygget ble oppkalt etter Solveig Nagell. Her skulle man få bli gammel og være til sin død.

Det har vist seg at det å skulle flytte til en slik bolig på forhånd kan være en krevende prosess for noen, ikke minst trenger familie og hjelpere rundt den som skal flytte ofte tid til å venne seg til tanken. Enkelte prøver å overse eller fornekte at interesser endrer seg og behov blir annerledes. Og spørsmålet er: Er det mindre verd å være gammel?

Uansett, det ble til slutt fem mennesker som flyttet til Solveigs Hus.

Vi har forsøkt å tilpasse situasjonen for den enkelte beboer slik at de daglige rutineene som måltider og arbeid fortsatt løper som en klar struktur. Men vi har sluppet opp, slik at det ikke lenger er så fast for den enkelte. Å bli gammel innebærer at formen varierer. Det "Hans" greide i går eller i morges er det ikke sikkert han greier akkurat nå. Kanskje må frokosten for Hans være senere i dag, selv om de andre spiser kl. 8.30. Kanskje orker ikke Hans mer enn halv arbeidsdag i dag, men i morgen greier han full dag igjen. Hos oss er det mulig å beholde arbeidsplassen sin, selv om man ikke



er produktiv og virksom, men "bare" er tilstede. Hans' glede over arbeidet med krydderurter er like stor og viktig selv om han ikke lenger kan renske dem med egne fingre.

Da beboerne etter innflytting opplevde denne fleksibiliteten, følte de det som en lettelse. Det var tydelig at det som før kunne se ut som dårlig humør skyldtes mye manglende krefter og sviktende orienteringsevne.

Mange hos oss har Downs Syndrom, og vi ser at de blir tidlig gamle og mange får demens. De har en veldig individuell vei i denne situasjonen, og jeg vil bringe noen eksempler.

”Trude” var i sitt voksne liv den effektive husmoren, arbeidsom, men ikke så glad i å innordne seg. Det ble lett konflikt da. Da hun ble dement, mistet de sosiale strukturene sin betydning, og hun behøvde ikke opponere. Hun viste en grenseløs tillit til menneskene rundt seg, gav seg hen. Hun var den første som ble pleietrengende på Solveigs Hus, og dermed fikk vi bygge opp kompetansen på dette i medarbeidergruppen med den mest tålmodige og tillitsfulle personen i sentrum. Hun døde hos oss, og en medarbeider uttrykte: Trude lærte meg noe om å dø. Nå kan jeg møte det i min egen familie på en annen måte.

”Hans” har hele sitt liv syntes at det har vært vanskelig å tolke hva som skjer mellom mennesker og hva de forventet av ham. Hans måte å forsvare seg på var å si nei ved enhver henvendelse til ham, svært tydelig. Det gjorde at man måtte kjenne ham godt for å kunne gjøre noe sammen med ham. Hans ble også dement da han var omkring 50 år. Han opplevde også at strukturen rundt ham mistet sin betydning. Hans lettelse var enorm. Omverdenen var ikke lenger truende. Han gledet seg over de som var i nærheten og delte ut klemmer og smellkyss. Det er blitt en veldig viktig periode i hans liv.

”Tom” har vært den flinke, han kunne utføre mange arbeidsoppgaver. Han reiste rundt og kjente mange. Også han utviklet demens i en alder av 50år. For ham var det ikke så enkelt å miste ferdigheter og oversikt. Han måtte kjempe for å bevare kontroll over seg selv og sine omgivelser og har ikke hatt den samme tilliten som de andre to.

Jeg forteller disse historiene for å vise at det mange ser på som noe negativt, også kan innebære viktige erfaringer for den det gjelder.

Men gjennom disse årene har vi sett at veven er større enn som så. Solveigs Hus har fem mennesker som bor der. Fordi de finnes til, fordi de er gamle og noen av dem demente, så kommer det mennesker for å hjelpe dem. Vi er en fast medarbeiderstab. Dessuten kommer det ungdommer for å være praktikanter,

delvis fra utlandet, delvis fra forskjellige utdanninger i Norge. Til sammen har vi blitt mange mennesker gjennom disse årene.

Hva gjør de gamle med oss?

Det å være utviklingshemmet, gammel og kanskje dement er ingen enkel livsoppgave. De har vanskelig for å gi uttrykk for egne behov, egne grenser. Dessuten varierer både tilstand og behov mer enn før fra øyeblikk til øyeblikk. Derfor må vi som er rundt øve på å være i øyeblikket, se med nye øyne hele tiden. Vi må være våkne for situasjonen, kroppsspråket, kjenne historien bak og forsiktig tolke, igjen og igjen. Her finnes ingen ferdige løsninger. De må skapes i øyeblikket. Og blir det feil, må vi prøve igjen. Det krever stor årvåkenhet, fleksibilitet, og ikke minst tålmodighet.

Denne øvelsen gjør noe med oss som mennesker. Ingen blir eksperter, den ene dagen er det jeg som har nøkkelen, den andre er det du. Dette krever åpenhet og tillit oss imellom, ellers greier vi det ikke. Vi får en mulighet til å utvikle oss som mennesker – hvis vi vil. Ungdommene som er innom oss får en viktig livserfaring å ta med videre til andre oppgaver.

Vi vet at vi er i ferd med å få stadig flere eldre mennesker i blant oss. Men vi har stadig mindre tid til å gi dem den hjelpen de trenger. Er det kanskje vi som ikke helt ser den hjelpen de tilbyr oss? Kunne det være slik at mennesker som er helt avhengig av vår stell og pleie kan lære oss til å bli mer hele i oss selv?

Det er kanskje produktivt å (bare) være?

Liv Kjærnes er sykepleier og husansvarlig på Granly.

Red.

Eurytmi med eldre mennesker

Bevegelseskunsten Eurytmi kan utføres av mennesker i alle aldre. Også eldre mennesker kan ha mye glede og hjelp av å gjøre eurytmi.

Tekst av SIMONE WANTZ

Der hukommelsen begynner å svikte, livskreftene trekker seg litt tilbake og kroppen blir stiv og vond og da kan det være fint å få ”påfyll” gjennom eurytmi. Eldre mennesker er ofte ikke så intellektuelle og rasjonelle som vi er ”midt” i livet.

Forholdet til lek, sang og rytmer blir igjen sterkere i alderdommen. Eurytmi med eldre kan ofte gjennomføres på en mer lekende måte, litt som når man gjør eurytmi med barn – uten at det blir ”for barnslig” og da med litt mindre fysisk bevegelse. Hos gamle mennesker kommer hukommelsen ofte igjen gjennom sang og rytmer.

Spesielt med mennesker som har Demens kan det være til stor hjelp til å bruke gamle kjente sanger og dikt for å hente dem tilbake i nuet. Under en eurytmitime med eldre gjøres det meste sittende. Sammen sitter man i en krets og gjør øvelsene. Og man kan gjøre mye sittende med armene, hendene, fingrene og også med føttene. I eurytmi er det jo ikke bare den ytre bevegelse som teller, men også sjelen skal ”beveges” i samklang med de fysiske bevegelsene.

Kobberballer er fint å bruke. Man kan bevege sammen med et rytmisk værs: ”fra den ene til den andre, rundt og rundt så skal den vandre opp til himmelen ned til jord og så går den hjem til mor (eller bror).” Etter at en hver har beveget sin kobberball en stund – og blitt varm - kan man sende dem videre i kretsen. Og det er veldig morsomt å kjenne hvor varme noen baller har blitt, mens andre enda er kjølige.

Fortsetter på side 30

Eurytmi, og spesielt terapeutisk eurytmi, styrker livskraftene og immunforsvaret. Det er noe mange har behov for og spesielt eldre mennesker. En venn av meg i Sveits gjør et forskningsarbeid om terapeutisk eurytmi med eldre mennesker. Han forsker på hvor vidt eldre mennesker, som gjør eurytmi og terapeutisk eurytmi, faller like så ofte som andre eldre.

Eurytmi kan hjelpe til at gamle mennesker er mer tilstede i sjel og kropp, i tillegg til at det kan gi glede. Da kan det også bli lettere å forlate dette jordliv når den tiden er inne. Eurytmi kan også være til hjelp for å ledsage et menneske gjennom dødsprosessen. Da er det en annen som gjør eurytmi for den døende.

Et dikt som godt kan brukes til eurytmi med eldre er "Sommerfugl" av Inger Hagerup:

"Så rart det er å tenke på at jeg er larve, stygg og grå, men se hva tiden bringer! Nå er jeg lett og nydelig og jeg kan føle tydelig: jeg er blitt blomst med vinger!"



Foto: Borgny Berglund

Simone Wantz er frilans eurytmist og kan kontaktes: simonewantz@gmail.com

I neste utgave av Landsbyliv skriver Simone om eurytmi som kunst og teaterforestilling. Et innlegg om terapeutisk eurytmi (helseeurytmi) følger i en senere utgave av Landsbyliv.

Red.

Pensjonsalder - post Camphill

For noen år siden, på et dialogmøte i Föhrenbuel, sa Ursel Pietzner at man må begynne å forberede pensjonsalderen når man er 56, ellers er det for sent. Tull tenkte jeg. Når man kommer dit er det jo bare å ta imot pensjonen og leve som før.

Tekst av ARILD SMEBY



Arild Smeby
Foto: Borgny Berglund

Det skulle vise seg at jeg tok feil. Jeg hadde aldri forestilt meg å leve et gammelt liv utenfor Camphill, men vi ble syke begge to og hadde ikke forberedt stedet på at vi skulle leve der som gamle, udugelige og plag-somme medarbeidere.

Vi fortsatte som husforeldre i flere år etter at vi egentlig ikke hadde krefter til det mer, fordi vi trodde det var så lite folk at vi var uunnværlige og kanskje også fordi vi ikke så hvordan vi kunne hoppe ut i det ukjente.

Så endte vi opp med å kjøpe et hus 6 km vekk fra Hogganvik opp i en dal. For meg som nordmann var det jo bare fint å ikke ha naboer. For Annarøs var det en katastrofe. Det at vi ikke kunne fortsette på Hogganvik var vel til det beste, for alle parter. Vi slapp å bli sure, gamle medarbeidere som pleiet sine fikse ideer og så på alt det de yngre ikke gjorde riktig, og de fikk frihet til å gjøre sine feil som vi hadde gjort uten eldres overoppsyn.

Da vi flyttet til huset utenfor Solborg, ville vi jo prøve å være en del av landsbyen. Det var ikke lett. Det økonomiske var vel den største bekymringen. I den helsemessige tilstanden vi var da virket det helt ureelt å bo utenfor og bli med i det økonomiske fellesskapet. Dette var medvirkende til misforståelser og en hard konfrontasjon med beskyldninger som jeg trengte mer enn et år på å komme meg over. Men i den prosessen ble jeg klar over at jeg egentlig var helt fri. Jeg behøvde ikke å involvere meg og jeg bestemte meg for ikke å gjøre noe jeg

ikke ble bedt om, også da var jeg fri til å si nei uten å ha dårlig samvittighet!

Man kan spørre, ga vi oss for seint? Annarøs var sjuk, jeg var sliten og nedfor. På spørsmål om hvor lenge det ville ta før jeg kom til krefter igjen svarte legen: I din alder? Tja, 3 til 4 år eller kanskje aldri.

Det var jo oppløftende!

Vi gikk fra sykepenger til AFP fra KLP og det ble smalhans. Etter noen bruduljer og litt hjelp fikk vi etter hvert en økonomi til å leve med. Det hjalp.

Da Solborg skulle selge huset vi bodde i, fikk jeg solgt hytta mi på Vestlandet som jeg hadde kjøpt for arvepenger, før krisa. Dermed hadde jeg en egenandel som gjorde at jeg med hjelp av banksjefen i Vikedal kunne få et rimelig flexilån for folk over 60, slik at vi kunne kjøpe huset. Etter hvert som jeg nedbetaler på det lånet, opparbeider jeg meg en kreditt hvor jeg fritt kan ta ut og sette inn etter behov. Naturligvis begynner rentene å løpe ved uttak, så jeg passer meg for å ta ut til forbruksutgifter! Men det er betryggende å ha i bakhånd.

Psykologisk gjør det en stor forskjell, å spinke og spare for å nedbetale gjeld og derved øke kapitalen og selv være ansvarlig for vedlikehold mot for, min følelse, å kaste en betraktelig sum ut av vinduet hver måned i husleie og så være misfornøyd med vedlikeholdet. Det ble også mer interessant å gjøre vedlikehold sjøl.

Men med friheten kom også behovet for kontakt.

Jeg har tenkt en del på hvordan det var med spesielle folk i de ikke alltid så gode gamle dager i Camphill. Det var ikke så mange gamle i min tid i England og Skottland og de som var, fikk noen oppgaver de kunne klare og det var jo også noen som fikk være de vriompeisene de alltid hadde vært, selv om det kanskje ble mer fremtredende når de ble gamle.

Det man var mer fokusert på var kunstnerne, som jo var ønsket, særlig

eurytmister og lignende, men bortsett fra Irmgard Lazarus ble de aldri lenge.

De ble lei av å bli sett skjevt på fordi de trengte tid til å holde det kunstneriske ved like istedenfor å ta del i det pesende livet vi andre førte. Leger var hevet over dette.

Som jeg ser det var det først da Hermann og Trude Gross kom at ting forandret seg. De kom først til Newton Dee. Det gikk ikke noe særlig. Men de ble kjent med Thomas Weihs som også hadde begynt å skrive bøker og lage skulpturer som ble plassert ut i terrenget, at ting ble mulig. Da de flyttet til Myrtle Lodge, kom de under Thomas sine beskyttende vinger og beskyttelse. Med Thomas sin anerkjennelse, kunne de begge leve i Camphill og med sin kunst sette farge på livet der med drama og maling.

Eurethmiskolen kom og ble tatt under Anke Weihs's beskyttelse på samme måte. Da de flyttet til Ringwood var det Alex Baum som ble deres fadder og gjorde at de kunne integreres.

Irmgard Lazarus hadde en spesiell forbindelse til Dr. Kønig og da hun kom til Norge som 70 åring var det Margit Engels vinger hun kom til. Margit tilrettela det slik at Irmgard hadde trygghet til å fungere til hun døde 94 år gammel. Jacoba Holla var i en lignende situasjon. Det gikk noen kuler varmt, men som Irmgard sa: Nettene er jo lange nok til å gråte ut i.

Da Johannes Hertzberg kom til Hogganvik tok jeg sånn litt etter litt på meg å snakke med ham og informere ham når han kom tilbake fra reisene sine. Fikk ham ansatt som lærer på kommunens bekostning for å bedre økonomien og pensjonsutsiktene hans. Da jeg så ble sjuk og også litt lei av staheten hans og ikke orket mer, ble han sur og negativ og reiste etter hvert til Kristoffertunet etter 20 år i Hogganvik.

Det jeg prøver å si er at når folk blir gamle og ikke lenger klarer den daglige tredemølla og føler seg utenfor og blir usikre på om de er ønsket eller rett og slett uønsket, så går det som regel galt hvis ingen har tid og ork til å ta dem på seg være deres talsmann til overfor resten av samfunnet.

Og – dette er mine tanker – sånn som livet på Camphillstedene utvikler



Foto: Dag Balavoine

seg med myndighetenes stigende krav angående lover og regler, men også en annen innstilling hos de nye som kommer, det siste, delvis fordi vi eldre ikke har klart å formidle community-idealene, men også en annen innstilling til livet i de som søker seg til Camphill nå, så er det mitt inntrykk at stedene utvikler seg mer i retning av å være arbeidsplasser. Det som før var fremtredende, nemlig å være en fellesskapsimpuls som skulle finne nye sosiale samlivsformer mellom mennesker som ikke var blodsbeslektet, men hadde et felles åndelig ideal, (Av og til gikk det jo på helsa laus, men det gjør det andre steder i verden også!) En impuls som skulle være en forberedelse til den neste kulturepoken, slik som frimurere, rosenkreuzere og tempelriddere o.a. hadde arbeidet i dypeste hemmelighet i tidligere århundrer. I en slik impuls ville gamle nødvendigvis også måtte ha sin plass.

Men tidene forandrer seg og livet må gå sin gang.

For min part er jeg takknemlig for at jeg har kommet meg igjennom omstillingsfasen og føler meg sterkere igjen. Jeg så en annonse hvor Røde Kors søkte etter fengselsvisitører og meldte meg på. Hver mandag i par-tallsuker drar jeg nå til high security fengselet på Ringerike. Det er helt utrolig hvor mange hyggelige mennesker som sitter der. Naturligvis sitter de for mord, ran og narkotikaforbrytelser, men utover det er det flotte folk som man kan ha de fineste samtaler med og de setter pris på det. Samtidig blir jeg også kjent med de andre visitorene.

Så ble jeg ringevakt på et asylmottak. Ved sykdom, ferieavvikling og

lignende, kan de ringe meg og jeg er fri til å si, beklager jeg kan ikke i dag, men som regel går jeg og tar de vaktene de ber meg om, både dag- og nattevakter og jeg får oppleve en meget aktuell problematikk på nært hold, samtidig som det bidrar til nedbetaling av lånet og gjør meg i stand til å reise på en Sydentur, når jeg trenger det for helseas skyld.

Dette er ingen allmenn oppskrift på en pensjonisttilværelse i Camphill. Andre gamle Camphillere jeg kjenner har også begynt som visitører på pleiehjem eller tilbrakt sine siste år i slummen i Detroit og lignende, eller passer barnebarn. En barnelege sa at å pleie kontakt med barnebarn var noe av det viktigste besteforeldre kunne gjøre i vår tid.

Nå som vi har fått pensjonsordninger i Camphill, tror jeg at det viktigste for folk som har tilbrakt største parten av sin arbeidsføre alder i landsbyer eller skoler, at de har frihet til å bruke de siste årene de har igjen til å gjøre det de mener er viktig og riktig for dem og andre, det være seg i eller utenfor camphillstedene. Når pensjonene nå bare vil komme når man fyller 67 år, så er vel de fleste for gamle til å etablere seg på nytt uten et minimum av økonomisk dekning. Derfor bør det vel kunne sees på hvordan det kan gjøres mulig at folk som har vært i Camphill i 40 år eller mer, kan bruke sin erfaring der hvor det synes riktig også før oppnådd pensjonsalder. Det må jo også kunne gjelde de som ikke har privat formue eller arvepenger.

Teksten er fra et innlegg Arild Smeby ga til Representantskapet i Landsbystiftelsen juni 2010. *Red.*

Eldre i andre kollektive bosituasjoner

Jeg får to tidsskrifter tilsendt fra USA, den ene heter "Communities – Life in Cooperative Culture" og den andre er "Lilipoh" et antroposofisk blad som vi av og til oversetter fra (utgave 21, Julen 2009, side 27, var den siste). Hver av bladene har fokusert på eldre i de siste årene.

Tekst av JAN BANG



Jan Bang
Foto: Borgny Berglund

I "Communities" fant jeg i høst-utgaven 2006 en rekke artikler om og av eldre som bor i kollektiver, fellesskap eller borettslag (cohousing). Her er noen korte sitater.

Fran Allison, 89, bosatt i Earthaven Ecovillage, North Carolina:

"Jeg var strengt tatt en byjente. Jeg hadde hørt om økolandsbyer av min datter i mange år, men tenkte aldri at jeg skulle være med på det! Men jeg må si, jeg angre ikke et øyeblikk, jeg er så glad for at jeg bor her!"

Sara Pines, bosatt i Ithaca Ecovillage, to borettslag slått sammen i Ithaca, New York:

"Å bo i et borettslag gir meg anledning til å bli eldre i et trofast og sikkert miljø. Jeg elsker å feire høytider og spesielle begivenheter med vennene mine. Å spise sammen med dem er nesten som å spise ute på restaurant tre-fire ganger i uken! Jeg vil bli her så lenge jeg kan, men kommer nok til å flytte til et mer spesialisert sted når jeg trenger mer omsorg."

Fred Lanphear, 70, Songaia Cohousing, Seattle:

"Vi vil helst bli her til våre dagers ende. Vårt mål er å ha aktive og kreative roller i fellesskapet helt til vi dør. Og kanskje selv da, å bidra med meningsfulle modeller for planlegging for og deltagelse i den siste reise."

I samme utgave var det en liste på 14 bofellesskap for eldre i USA. Det

var også et innlegg om to hjemmesider for eldre i bofellesskap. Bøker har vært skrevet om dette, og det er flere rådgivere som reiser rundt i USA og gir workshops for grupper som tenker å starte nye slike prosjekter. Dette var jo i 2006, og det har vel bare blitt flere eldre siden den gang!

Lilipoh fokuserte på de eldre i sin vårutgave 2007.

Phillip Cloudpiller, Amerikansk indianer, healer og naturopat:

"Jeg hadde en veileder da jeg var 19 år gammel, han virket som om han var 300 år gammel, men var fortsatt sprek nok til å ta fjellturer. Han må ha vært godt over 90 da jeg spurte han hvordan noen så gammel som han var fortsatt kan gjøre noe sånt. Han bare lo og sa: "Dette er nøkkelen. Lær å gjøre en ny ting hver dag. Hvis du lærer en ny ting, blir du aldri gammel." Jeg har holdt dette i mitt hjerte, og nå som jeg føler mine ben begynne å bli gamle, husker jeg det. Jeg prøver også å gjøre noe nytt hver dag."

Stan Padilla, Yaqui Indianer:

"Det er på tide å lære fra fortiden, men på samme tid å la den gå, tilgi, helbred og husk:

Ære det hellige
Respekter de eldre
Skoler de unge
Del likt med alle
Bygg en verden som er bærekraftig for kommende generasjoner
Plant et visdommens frø

Disse er de røttene som visdommens tre vokser ut av dypt inne i oss. De eldre fra alle nasjoner er opprettholdere av dette treet."

Doris Haddock gikk over hele USA da hun var 86 for å fremme en finansreform:

"Du må være en optimist. Du må ta livet som det kommer, vite hva det er du har, og vær fornøyd med det. Du



Fellehuset i Earthaven Ecovillage, USA
Foto: Jan Bang

trenger humoristisk sans, -å se hva som er morsomt med livet, at livet er et eventyr, at du ikke er her så veldig lenge, så du må nyte det. Nyt livet. Gjør ting for andre mennesker. De små tingene er ofte viktigere enn de store."

Harvey Lisle, 68, en pioner i utviklingen av USAs biodynamisk jordbruk:

"De siste 68 årene har jeg vært involvert i den biodynamiske bevegelse. Hvert år for seg viser bare litt vekst, men hvis du teller alle samene, 68 år, har det vokst betydelig. Det tok omtrent 100 år å modne og innen 2040 vil biodynamisk jordbruk være like viktig som konvensjonell jordbruk og det er det hele jeg vil. Å gi biodynamisk jordbruk likevekt."

Miriam Karnow skriver om "The Fellowship Community", et eksperiment inspirert av Rudolf Steiner:

"Tenk deg et sted hvor hver og en av de eldre har anledning til å gjøre det de kan for å støtte fellesskapet, ved å hjelpe hverandre og å skape en bedre verden. Hver og en er ikke en helgen, men har valgt å leve sammen med andre i et leve og arbeidsfellesskap med flere generasjoner. Et fellesskap som heter "The Fellowship Community" (Rudolf Steiner Fellowship Foundation) i Spring Valley, New York, hvor alle virkelig bidrar endringer som må gjøres."

Finn ut mer om "Communities" på:
www.communities.ic.org

Finn ut mer om "Lilipoh" på:
www.lilipoh.com

Seniorpolitikk

Seniorpolitikk var tema på siste representantskapsmøte for landsbystiftelsen på Jøssåsen i juni i år. Landsbyimpulsen i Norge er nå 44 år. Flere landsbyboere og medarbeidere har nådd pensjonsalder. Så spørsmålet hvordan vi vil tilbringe livets høst er aktuelt.

Tekst av RIGMOR SKÅLHOLT

Vi som kom til Vidaråsen tidlig på 1970-tallet glødet for fellesskapet. Vi bodde flere på samme rom, delte bad. Ja, av og til delte vi tannbørste med mennesker som ikke så særlig nøye på hva som var mitt og ditt. Nå søker vi mer individuelle løsninger, helst i rammen av fellesskapet. Spørsmålet om de eldre plass i fellesskapet trenger seg på.

Det siste halve året har jeg sunget i Totens pensjonistkor. Vi reiser rundt og synger på sykehjem og omsorgsboliger i kommunen. Og jeg tenker: Slik kan da umulig eldreomsorgen i Norge fortsette. Slik vil vi ikke ha det. Vi har skapt et samfunn hvor det ikke er plass for de eldre. De stues bort i sterile enerom og sitter rundt og henger, og løfter litt på hodet og smiler når vi kommer og synger "Minnes melodien". Etterkrigs-generasjonen vil noe annet.

Landsbyene har en stor mulighet til nytt pionerarbeid i forhold til inkludering av de eldre. Noen av de ideene som kom fram på Jøssåsen var bl.a.: Landsbyen bygger x antall tjenesteboliger og leier ut til en rimelig penge til pensjonister. (Det er ikke nødvendig å eie). Disse kan finansieres gjennom Husbanken og landsbystiftelsens pensjonsfond. Gruppen pensjonister må være passende stor slik at det er mulig å bygge fellesskap også dem i mellom. 1-2 pensjonister på et sted kan bli ensomt.

Når vi blir syke, vil vi trenge faglig medisinsk omsorg. Da må det finnes andre løsninger. Eventuelt utenfor landsbyen hvis det ikke er mulig å gi nødvendig hjelp i landsbyen. Men mest sannsynlig blir de fleste av oss friske og gamle, og har fortsatt noe å gi til fellesskapet.

Irmgard Lazarus, en av ur-eurytmistene, kom til Vidaråsen fra Sør Afrika da hun var 70 år gammel. (Hvem ansetter en 70-åring i våre dager?). Irmgard bidro sterkt og aktivt med sin visdom og kunstneriske kreativitet. Åndslivet og kulturlivet på Vidaråsen ville ha vært fattigere uten henne. Slik opplevde jeg det som ung seminarist. Irmgard ble på



Rigmor Skålholt
Foto: Borgny Berglund

andre av grenen mens han sa: "barna er det ikke plass for, - heller ikke ungdommen, - og ikke de gamle." Til slutt satt han med en liten pistrete gren som eksempel på at det var plass for bare de voksne, effektive, funksjonsdyktige. Nils så på landsbyen som et sted som hadde plass for alle.

Dette høres kanskje ut som "Minnes melodien", men utfordringen står der fortsatt: Å bygge inspirerende samfunn hvor individ og fellesskap klinger sammen.

Sosiotopene

Tekst av Nils Christie, tatt fra boken 'Små ord for store spørsmål', anmeldt av Anne Langeland i Landsbyliv 21, Julen 2009.



Nils Christie
Foto: Jan Bang

I planteverdenen snakker vi om biotoper.

Jeg vet om en plett et sted i skogen hvor blomsten linnea vokser flittig. Alt klaffer for den akkurat der; jordsmonn, fuktighet og passe skygge. År etter år dukker den opp, nettopp der. Og så is-soleien oppunder snebreen. Den har det fint der oppe. Gode biotoper for dem, snakker botanikere om.

Mennesker har det ikke annerledes. Vi trenger passende sosiotoper. Men mennesker i mellom er det kanskje ikke så stor variasjon som mellom blomster. Grunnforutsetningen for å vokse opp som menneske er at det er andre mennesker omkring. For spedbarn er dette åpenbart, – uten de andre dør vi. Men vi klarer oss ikke stort bedre i høyere alder. Det går lett galt om det blir ensomt rundt oss. Om det er noe jeg skulle formulere som sosiologiens hovedsetning, måtte det være denne: Uten tilhørighet til andre mennesker går det galt.

Vidaråsen til hun døde 94 år gammel.

Det gjorde inntrykk da Nils Christie holdt foredrag på Vidaråsen. Han kom inn i salen med en stor gren. Han ville beskrive samfunnet for oss. Han brøt det ene stykket etter det

Godt å være i Camphill

Olaug Hagerup i samtale med Hanne Kveli og Nils Erik Bondesson

Landsbyliv: Hvordan er det å være eldre i en Camphill-landsby?

Olaug Hagerup: Da jeg var ung tenkte jeg det må være helt ideelt. For mange eldre tror jeg det kan være godt å være på et Camphill-landsby,



Olaug Hagerup
Foto: Borgny Berglund

særlig hvis det er flere eldre der sammen. Jeg har i hvert fall hatt det veldig bra på Solborg. Tiden har gått veldig fort fordi jeg har klart å følge med på hva som skjer på stedet. Nå er jeg alene om å være

gammel her og det kan av og til være litt ensomt.

LBL: Hvordan syns familien din om at du har vært på Solborg i 10 år?

OH: Jeg tror at de synes det er bra for meg å bo på Solborg, særlig barnebarna syns det er stas og komme hit på besøk.

LBL: Hvordan syns du det er å bo sammen med funksjonshemmede mennesker?

OH: Det syns jeg er spennende, Det er sjelden en kjedelig dag!

LBL: Når kan man bli pensjonist?

OH: Noen kan pensjonere seg allerede før de er 60 år, men for de fleste er pensjonsalderen i Norge 67.

LBL: Når man blir pensjonist kan man da vel gjøre hva man vil?

OH: Ja, man kan selv ofte velge hvordan tiden og dagen skal bli brukt. De fleste er nok glad for å kunne være litt til nytte.

LBL: Får dere såkalt pensjons-trygd?

OH: Pensjonistene får trygd.

LBL: Vil du flytte fra Solborg?

OH: Jeg har ingen planer om det, nei!