

Félagsstarf fullorðinna

Fyrir hverja?

Til hvers?

Hvað?

Hvernig?

Fullorðnir = aldraðir (eldri borgarar o.fl. heiti)

Aldraðir = 65 – 105 +

40 ára aldursmunur

Eru aldraðir 3. æviskeiðið?

Eða kannske bara bæði 3. og 4. æviskeiðið?

Áður lifði fólk skemur og félagsstarfið hefur líklega komið til sem viðbrögð við eftirlaunaárunum

Félagsstarf að eigin vali?

Úr kynningu á félagsstarfi eldri borgara Kópavogi

“Eitt af markmiðum félagsstarfsins er að fyrirbyggja og draga úr félagslegri einangrun með því að bjóða upp á opið félags- og tómstundastarf auk fjölda námskeiða. Félagsstarfið er vettvangur samfunda, mannlegra samskipta og skapandi athafna. Leitast er við að virkja frumkvæði og hæfileika hvers og eins”.

“Hver félagsmiðstöð býður upp á sína eigin dagskrá sem samanstendur af ýmsum spennandi hlutum. Sem dæmi má nefna myndlist, bókband, jóga, leikfimi, boccia, spilamennska, dans og annað”

“Lögð er áhersla á sjálfspróttið félagsstarf og hver og einn getur haft áhrif á þróun þess”.

U3A – háskóli 3. æviskeiðsins

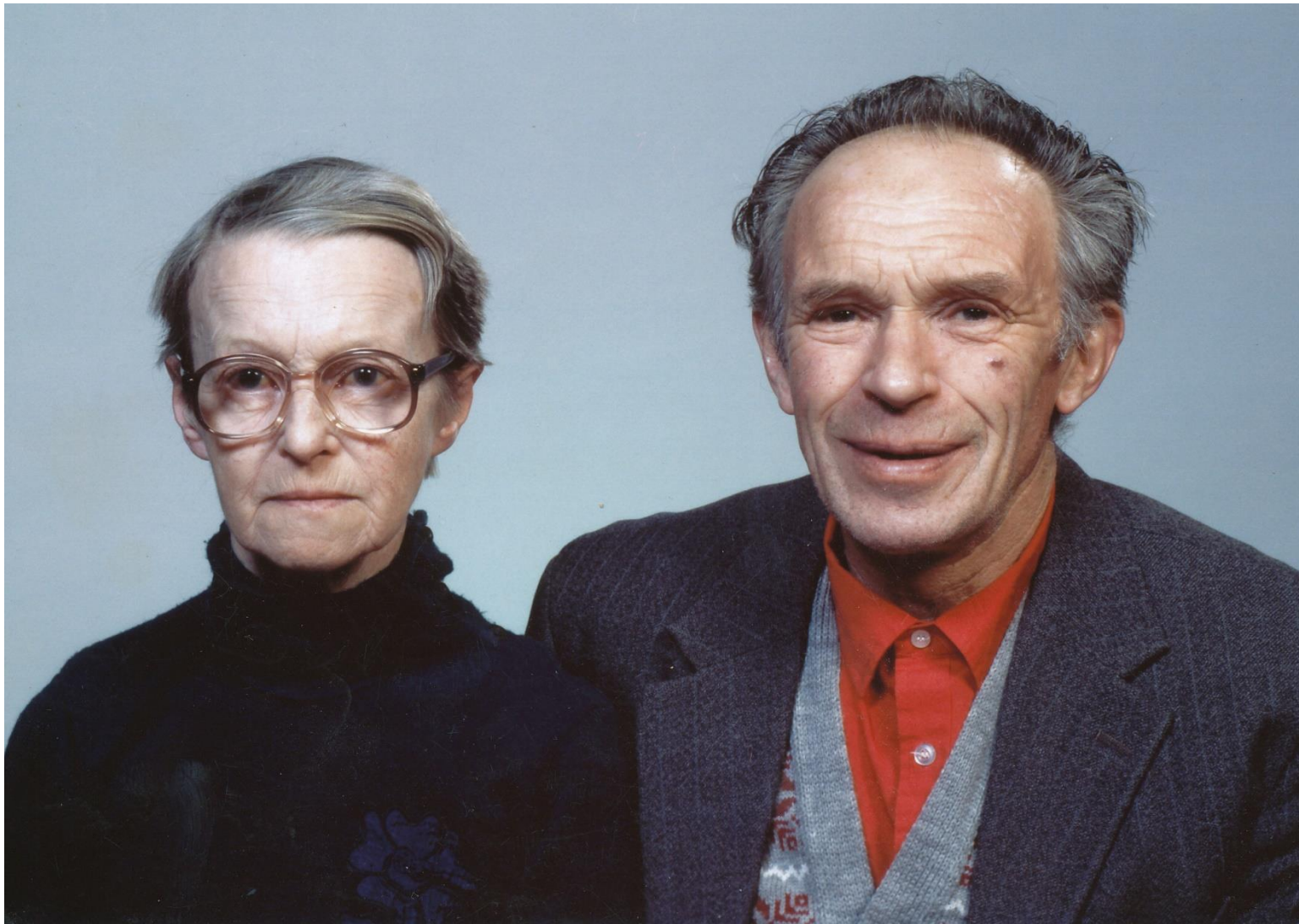
- Stofnað hér á landi árið 2012 en sambærileg starfsemi víða erlendis
“**Hópar** - bókmenntahópur, örnefnahópur, lífssöguhópur... hvaðeina sem félagsmenn hafa áhuga á
Námskeið - landafræði, náttúran, menningin, Ali Express, listir og leikhús... námskeið um allt sem okkur kemur að gagni eða vekur ánægju
Heimsóknir - Seðlabankinn, Tónlistarsafnið, Saltfiskvinnsla... alltaf gaman að kynnst samfélaginu betur
Ferðir - Baskaland, Skagafjörður, Húnavatnssýsla... hvert viljum við fara næst?
Virgni á þriðja æviskeiðinu ”.
(tekið af heimasíðu U3A)

Persónumiðað félagsstarf

- Starfsemi sem hefur beina persónulega skírskotun:
 - Minningahópar
 - Ævisöguritun í hóp
 - Umræðuhópar um öldrunarferlið og aðlögun að því
 - Sjálfshjálparhópar s.s. vegna missis.....
- Virðist ekki mikið um framboð í þessa veru
- Ástæður?
- Þau dæmi sem ég þekki um minninga/lífssögutilboð benda til mikillar ánægju þátttakenda
- Mun örugglega gangast fyrir e-u í þessa átt þegar ég hætti störfum!



**Hér er ég þriggja ára.
Myndin var tekin hjá
ljósmyndara á Akureyri,
en þangað höfðu pabbi
og mamma farið með mig
og Stefaníu eldri systur
mína til að gifta sig og
láta skíra okkur í leiðinni.
Engin brúðkaupsmynd er
þó til af þeim.
Myndatökur voru dýrar
og þau voru á þessum
árum afar efnalítill.**



Foreldrar mínir á efri árum: Jakobína Sigurðardóttir, fædd 1918 í Hælavík á Hornströndum. Hún varð rithöfundur, skrifaði bæði skáldsögur, smásögur og ljóð. Þorgrímur Starri Björgvinsson, fæddur 1919 í Garði í Mývatnssveit. Hann var bóndi þar alla ævi. Hann var þekktur hagræðingur og samdi einnig revíur fyrir ungmennafélagið. Þau voru bæði sósíalistar og hernámsandstæðingar og létu oft til sín taka í þjóðmálaumræðunni.



Bærinn heima í Garði, líklega í maí 1979. Rishæðin ofan á húsinu var byggð þegar ég var á níunda árinu, þá fengum við systurnar sérherbergi sem við kölluðum svo þótt að sjálfsgöðu værum við þar tvær saman. En miðað við herbergið í kjallaranum þar sem fjölskyldan hafði búið öll var þetta hreinn lúxus!



Líklega er ég 15
ára á þessari
mynd sem tekin
var fyrir
skólaspjald í
héraðsskólanum á
Laugum í
Reykjadal.



Þessi mynd er tekin af mér með börnum Í fanginu er Hallgerður, fædd 1986, en hin eru frá vinstri: Óskar, fæddur 1980, Anna fædd 1980 og Ingibjörg fædd 1973.



Meðan börnin voru lítil var sjálfsagt að þrjóna og sauma á þau til að spara peninga. Hér eru Óskar og Anna í nýsaumuðum baðsloppum úr velúfrotté.



- Hér er mynd af minningahóp sem ég starfrækti á Landakoti, líklega er þetta árið 2008



Börn og barnabörn 2016

Aftur að farsælli öldrun

- Aðlögun að þroskaverkefnum efri áraanna
- Allar rannsóknir styðja það að félagsstarf og virkni sé gagnlegt
- Fólk hefur betri heilsu, þarf síður þjónustu og lifir lengur
- Gagnlegt að fólk hafi valkosti
- Gagnlegt að fólk geti sjálft haft áhrif á framboðið
- Einmanaleiki er heilsuspillandi – á öllum æviskeiðum – og á efri árum er hann algengari en hjá yngra fólki
- Sakna persónumiðaðrar starfsemi sbr. fyrri glæru
- Hvað með aldraða sem eru færniskertir? Erum við með tilboð fyrir þá? Hvað með fólk með heilabilun? Fær það að vera með?