

BARBRO PÅ AKTIVA SENIORER



På bilden syns ordföranden Åke Sundby som innan varje månadsmöte försöker få lite rörelse på mötesbesökarna.

Vi på *Tillsammans gör vi skillnad* har pratat med Barbro Hedström som sitter i styrelsen för *Aktiva Seniorer* i Enköping. Innan Barbro gick i pension arbetade hon med administration och samordning inom vården.

Barbo kom först i kontakt med *Aktiva Seniorer* när hon och hennes dåvarande särbo skulle följa med på en bussutflykt anordnad av föreningen. Det fanns inget krav på medlemskap för att få delta men Barbro kände ändå att hon ville bli medlem när hon deltog på aktiviteten. När Barbro sedan gått i pension föreslog en väninna som Barbro sjöng i kör med att Barbro skulle bli styrelsemedlem i *Aktiva Seniorer* Enköping. Hon tyckte att Barbro besatt egenskaper som skulle passa perfekt och sedan dess har Barbro varit en del av styrelsen. Åke Sundby som är ordförande i styrelsen beskriver Barbro som otroligt engagerad och väldigt aktiv.

Barbro beskriver *Aktiva seniorer* som en förening där medlemmarna kan ha trevligt. Några av aktiviteterna de anordnar är bokcirklar, zumba, spanskalektioner, pilates, paddel, släktforskning, jazzcirkel, akvarellmålning, vinprovning, operacirkel, aktiekunskap och fågelskådning. På grund av den rådande pandemin kan de tyvärr inte genomföra samtliga av dessa aktiviteter i dagsläget.

Barbro har varit med i *Aktiva Seniorer* i cirka tio år och är styrelsemedlem. Hon sköter bland annat anmälningar, bokar teaterbesök och ordnar bussresor. Barbro som tar emot anmälningar via telefon märker att många väljer att ringa trots att man numera även kan anmäla sig via hemsidan. Hon tror att det beror på den sociala kontakten som blir och att många helt enkelt tycker att det är roligt att ringa och få prata med någon.

Engagemanget upplever Barbro påverkar hennes livskvalitet positivt. Barbro bor ensam och *Aktiva Seniorer* hjälper henne att träffa vänner som hon annars inte hade träffat, det bidrar med sociala kontakter. Utöver det sociala så känner Barbro även att känslan av att faktiskt bidra motiverar henne att fortsätta engagera sig.

Aktiva Seniorer i Enköping har ett ovanligt högt medlemsantal med medlemmar som ibland åker långväga för att kunna vara med. Barbro tror att det beror på dels att de fick ganska många nya medlemmar i samband med att de tog över en gymaktivitet för seniorer men främst att alla känner sig välkomna. Alla kan prata med alla, alla välkomnas och de arbetar aktivt med att motarbeta att eventuella klickar skulle skapas.

Artikelförfattare Lina Andersson Sivula