

«Jeg gleder meg til torsdag»

Møteplasser for eldre med innvandrerbakgrunn

Bjørg Moen

RAPPORT

NR 7/09

«Jeg gleder meg til torsdag»

Møteplasser for eldre med
innvandrerbakgrunn

BJØRG MOEN

Norsk institutt for forskning om
oppvekst, velferd og aldring
NOVA Rapport 7/2009

Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring (NOVA) ble opprettet i 1996 og er et statlig forvaltningsorgan med særskilte fullmakter. Instituttet er administrativt underlagt Kunnskapsdepartementet (KD).

Instituttet har som formål å drive forskning og utviklingsarbeid som kan bidra til økt kunnskap om sosiale forhold og endringsprosesser. Instituttet skal fokusere på problemstillinger om livsløp, levekår og livskvalitet, samt velferds-samfunnets tiltak og tjenester.

Instituttet har et særlig ansvar for å

- utføre forskning om sosiale problemer, offentlige tjenester og overføringsordninger
- ivareta og videreutvikle forskning om familie, barn og unge og deres oppvekstvilkår
- ivareta og videreutvikle forskning, forsøks- og utviklingsarbeid med særlig vekt på utsatte grupper og barnevernets temaer, målgrupper og organisering
- ivareta og videreutvikle gerontologisk forskning og forsøksvirksomhet, herunder også gerontologien som tverrfaglig vitenskap

Instituttet skal sammenholde innsikt fra ulike fagområder for å belyse problemene i et helhetlig og tverrfaglig perspektiv.

© Norsk institutt for forskning om oppvekst,
velferd og aldring (NOVA) 2009
NOVA – Norwegian Social Research
ISBN 978-82-7894-303-8
ISSN 0808-5013

Illustrasjonsfoto:	© stock.xchng
Desktop:	Torhild Sager
Trykk:	Allkopi

Henvendelser vedrørende publikasjoner kan rettes til:
Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring
Munthesgt. 29 · Postboks 3223 Elisenberg · 0208 Oslo
Telefon: 22 54 12 00
Telefaks: 22 54 12 01
Nettadresse: <http://www.nova.no>

Forord

Møteplasser for eldre med innvandrerbakgrunn er tema for denne rapporten. Eldresentrene er viktige i det forebyggende helsearbeidet i lokalmiljøene. De er som regel lett tilgjengelige for eldre og når derfor mange. Det er få eldre med innvandrerbakgrunn som benytter sentrene. Det synes som om terskelen fortsatt er høy for at de skal benytte tilbud og tiltak som eldresentrene har. Rapporten beskriver hvordan eldresentrene kan bli gode møteplasser for eldre med innvandrerbakgrunn.

Rapporten beskriver også innvandrerorganisasjoner og kulturelle foreninger som viktige møteplasser for eldre. Særlig eldre kvinner, som mangler norskkunnskaper og har hatt sitt arbeid i hjemmet og familien, har behov for sosialt samvær med sine likesinnede. Tilsvarende gjelder for eldre menn med innvandrerbakgrunn; de har behov for et sted de kan møte andre med samme kulturelle og språklige bakgrunn.

Prosjektet er delprosjekt i et forskningsprosjekt som Reidun Ingebretsen, NOVA, har ansvaret for: Eldre innvandrere – tilpasning til pleie- og omsorgstilbud. Prosjektet er finansiert av Arbeids- og inkluderingsdepartementet.

Flere har lest og kommentert rapporten. En takk til Reidun Ingebretsen, Kirsten Thorsen, John Eriksen og Hanne Cecilie Hougen, alle forskere på NOVA, for kommentarer og forslag til forbedringer. Mette Wenche Larsen, daglig leder for Grünerløkka seniorsenter, har lest og kommentert rapporten. En takk til henne og alle som har bidratt med sine synspunkter og erfaringer. Takkes skal også Torhild Sager som har hatt ansvaret for lay-out av rapporten.

Oslo, juni 2009

Bjørg Moen

Innhold

Sammendrag	7
1 Innledning	9
Mangfold og inkludering	9
Behovet for møteplasser	10
Eldresentre og innvandrersorganisasjoner	12
Fremgangsmåte i undersøkelsen	14
2 En flerkulturell møteplass	17
Grünerløkka-prosjektet – et nybrottsarbeid	17
Grünerløkka-prosjektet tar form	18
Oppsummering	21
3 Sosialt liv på seniorsenteret	22
Torsdagsmøte	22
Ressurspersoner på seniorsenteret	23
Nettverksbygging	26
Forebyggende helsearbeid	29
Trygghet	32
Aktiviteter på seniorsenteret	33
Utflukter	34
Hvem kan bruke seniorsenteret?	37
Tidspunkt og antall møter	38
Oppsummering	38
4 Etablering av flere grupper	40
Gruppe for menn med pakistansk bakgrunn	40
Et fast møtested	42
Et viktig fellesskap	43
Gruppe for kvinner med tyrkisk bakgrunn	45
Flerkulturell gruppe	47
Møteplasser på Furuset og Stovner	47
Furuset seniorsenter	47
Eldregruppe på Stovner	50
Oppsummering	51
5 Innvandrersorganisasjoner som møteplass	53
Kvinneforening i Asker	53
Kvinneforening i Oslo	55
Oppsummering	57
6 Etablering av møteplasser	59
Sammen eller hver for seg	61
Like behov for samvær	63
Ulike møteplasser – ulike behov	65
Organisering av fellesskap	67
Summary	73
Referanser:	75

Sammendrag

Eldresentrene er viktig for det forebyggende helsearbeidet for eldre. De er lokalisert i nærmiljøer og gjør dem derved tilgjengelig for mange eldre. Fortsatt er det få eldre med innvandrerbakgrunn som benytter sentrene. Dette til tross for at det har vært gjort forsøk på å inkludere også denne kategorien eldre. Det kan synes som om terskelen er for høy i mange eldresentre for at eldre med innvandrerbakgrunn føler at sentrene også er for dem. Enkelte eldresentre har imidlertid bidratt til at eldre med innvandrerbakgrunn benytter dette tilbudet. Rapporten beskriver hvordan slike tilbud er tilrettelagt for at eldre med innvandrerbakgrunn skal føle seg hjemme på sentrene. Det er særlig Grünerløkka seniorsenter som blir omtalt i rapporten og som kan beskrives som et godt eksempel på at senteret også har klart å inkludere eldre med innvandrerbakgrunn. «Jeg gleder meg til torsdag», er en uttalelse som betegner at eldre med innvandrerbakgrunn opplever denne møteplassen som viktig.

Rapporten kommer også inn på andre typer møteplasser, som innvandrerorganisasjoner og kulturelle foreninger. Det er særlig foreninger for kvinner med pakistansk bakgrunn som blir beskrevet. De representerer etnisk segregerte foreninger, der kvinner kommer sammen først og fremst for sosialt samvær. Men kulturelle foreninger ser det også som en oppgave å formidle kunnskaper om samfunnsrelaterte temaer som blant annet kosthold, helse og barneoppdragelse. Feiringer av pakistansk og norsk nasjonaldag, Eid etter ramadan, 8. mars og jul er viktig for det sosiale fellesskapet. De kulturelle foreningene gir kvinner, som ellers tilbringer mye tid i hjem og familie, muligheter for å treffe andre «likesinnede». Særlig for eldre er det viktig å kunne samtale om oppvekst og livet i Pakistan på urdu/punjabi. De fleste av kvinnene med pakistansk bakgrunn har ikke deltatt i arbeidslivet, de omgås stort sett andre med pakistansk bakgrunn og har liten eller ingen norsk-kunnskap. Rapporten handler først og fremst om eldre med pakistansk bakgrunn, men det vil være parallelle erfaringer i en del andre etniske grupper.

Menn har fått mindre oppmerksomhet enn kvinner når det gjelder behovet for møteplasser. De har ofte bedre kunnskaper om samfunnet og bedre muligheter for å bevege seg rundt i byen. Moskeer er møteplasser som menn har lettere tilgang til enn kvinner, også fordi kvinner ofte har oppgaver i hjemmet på dagtid. Det som kommer frem i intervjuer med menn, er at de også har behov for møteplasser. En gruppe menn møtes på kveldstid på Grünerløkka eldresenter, og dette opplever de som viktig for både den psykiske og fysiske helsen. Mennene setter pris på å komme sammen for å snakke og diskutere alt fra familieanliggender til pakistansk og norsk politikk. Det blir derfor en oppgave for både eldresentrene og innvandrersorganisasjonene å utvikle gode møteplasser også for dem.

Rapporten er ment å være en oppsummering av erfaringer og kunnskaper som blant annet Grünerløkka seniorsenter kan bidra med. Senteret har rundt ti års erfaring fra arbeidet med å inkludere eldre med innvandrerbakgrunn, og har tilegnet seg verdifulle erfaringer som kan komme andre til gode. Det som synes særlig viktig for at eldre med innvandrerbakgrunn skal oppleve møteplasser som viktige også for dem, er en gruppeleder som kjenner de eldres bakgrunn og kan deres språk. For de større etniske gruppene som bor konsentrert, vil dette la seg gjøre. For de mindre gruppene vil en måtte finne andre lokale løsninger.

På Grünerløkka seniorsenter har sosionomen, som kommer en dag i uken, en viktig oppgave i forhold til eldre med innvandrerbakgrunn. Hun har blitt en person som kvinner og menn oppsøker når de har behov for hjelp til å finne frem til offentlige kontorer for blant annet helse- og sosialtjenester, banker og eiendomsmeglere eller når de trenger råd om alt fra barneoppdragelse, sosiale rettigheter til utfylling av skjemaer. Eldresentrene har ikke mulighet for å ansette en sosionom i full stilling, men fast møtetid for en sosionom på ulike eldresentre kan være en god løsning.

1 Innledning

Mangfold og inkludering

Eldresentrene er et viktig tiltak for forebyggende arbeid for eldre. Mange eldre har kontakt med eldresentrene, og sentrene når dermed eldre i lokalmiljøene med informasjon og rådgiving. Målsettingen for eldresentrene er:

... å opprettholde aktivitet og førlighet både fysisk og psykisk, samt forebygge psykososiale problemer som ensomhet og sosial isolasjon. Mange eldresentre samarbeider nært med kommunens hjelpeapparat for øvrig, og har gjennom sin brede kontakt med eldrebefolkningen muligheter for å gripe inn på et tidlig tidspunkt slik at sosiale og helsemessige problemer hos eldre kan unngås eller avhjelpes. Sentrene kan på denne måten fungere som omsorgstjenestenes forlengede arm og være et bindeledd til hjemmeboende eldre. Det praktiske formålet med eldresentrene er å gi ulike former for service, mulighet for sosial kontakt og selvtutfoldelse gjennom aktiviteter og/eller som frivillig hjelper. (Daatland, Guntvedt og Slagsvold 2000:17).

Når eldre med innvandrerbakgrunn i liten grad er til stede i eldresentrene, kan dette ha sin årsak i at de oppfattes som et sted der det ikke gis plass for dem. Det er fortsatt slik at det er flest eldre med etnisk norsk bakgrunn som benytter dem. Målsettingen for eldresentrene tilsier at de skal være del av omsorgstjenestene for eldre, som også eldre med innvandrerbakgrunn vil kunne ha nytte av.

Eldre med innvandrerbakgrunn er en kategori eldre som bør få større oppmerksomhet enn de hittil har fått. Enkelte eldresentre har tatt initiativ for å få eldre med innvandrerbakgrunn til å benytte sentrene, og noen eldresentre får besøk av enkeltpersoner som stikker innom for å ta en kopp kaffe sammen med etnisk norske eldre. Men fortsatt gjenstår det for mange eldresentre rundt i landet å legge til rette for at flere eldre med innvandrerbakgrunn føler seg velkomne. Erfaringer fra eldresentre viser at de kommer ikke uten å bli «invitert» (Daatland, Guntvedt & Slagsvold 2000; Moen 2002).

I St.meld. nr. 49 «Mangfold gjennom inkludering og deltakelse» kan vi lese:

Offentlige tjenester bygger for en stor del på premisset om at brukerne skal få det samme tilbudet og at de har samme behov og prioriteringer. Denne måten å organisere tjenestene på passer dårlig sammen med det økende mangfoldet i befolkningen. (ibid.:112)

I stortingsmeldingen står det videre at det blir en form for indirekte diskriminering, når tjenestetilbudene ikke fanger opp at brukerne er forskjellige med hensyn til religiøs, språklig og kulturell bakgrunn. Brukerne må stå i sentrum, og tilbudene skal i størst mulig grad tilpasses den enkeltes forutsetning og utgangspunkt. Brukerorientering dreier seg om å ta med brukerne på råd (St.meld.nr. 49 (2003–2004)). Ulik kulturell, religiøs og språklig bakgrunn blant eldre er en utfordring når møteplasser på blant annet eldresentrene skal organiseres. Hvordan kan fellesskap gjennom inkludering og deltakelse tilrettelegges når gruppen med eldre mennesker har bakgrunn fra mange deler av verden? Dette skal vi se nærmere på i denne rapporten. Møteplasser kan omfatte ulike steder der folk møtes, men jeg skal her konsentrere meg om to former for møteplasser: eldresentrene og innvandrersorganisasjoner.

Behovet for møteplasser

Kvinner og menn som kom til Norge som innvandrere på slutten av 1960-tallet og på 1970-tallet nærmer seg pensjonsalder eller de er allerede pensjonister. En del eldre kvinner og menn, særlig fra Bosnia, har kommet til Norge for å gjenforenes med sine voksne barn eller de har kommet som individuelle asylsøkere. Selv om innvandrerbefolkningen fortsatt er ung, er det nå en del eldre i ulike etniske grupper. Vi vet lite om hvordan de har det, men i undersøkelser som omhandler eldre mennesker med innvandrerbakgrunn uttrykkes det behov for et sted å møtes på dagtid (Kirkens Bymisjon, Oslo og Norsk Folkehjelp 2005; Ingebretsen og Romøren 2005; Helse- og velferdsetaten 2006).

Ingebretsen og Nergård (2007) oppsummerer i en rapport at det fortsatt er viktige ubesvarte spørsmål når det gjelder å gjøre tilbud tilgjenge-

lige og videreutvikle tilbudene blant annet gjennom «møteplasser» for eldre i samarbeid mellom det offentlige og frivillige organisasjoner. Forfatterne skriver videre:

Eldresentrene har en nøkkelposisjon i det forebyggende arbeid i kommunene. Ved at tilbud for ulike grupper er under samme tak gis fellesskap. Eldresentrene er også en arena hvor eldres egen innsats etterspørres og hvor det er mulig å utvikle ulike kontaktformer og aktivitets-tilbud. Også andre «møteplasser» knyttet til organisasjoner og frivillig arbeid kan være sentrale holdepunkter og bidra til hjelp til selvhjelp (Ingebretsen og Nergård 2007:210).

Dette er grunnlaget for at denne undersøkelsen retter blikket mot brukere i eldresentre og frivillige organisasjoner, for der å innhente kunnskaper og erfaringer som kan nyttiggjøres i etableringen av møteplasser og forebyggende helsearbeid.

Integrerings- og mangfoldsdirektoratet (IMDi) tok for noen år tilbake initiativ til en kartlegging av møteplasser for innvandrerbefolkningen (Humanistisk prosjektleder 2007). Møteplassene som forskergruppa konsentrerte seg om var for deltakere med innvandrerbakgrunn og representanter for lokale myndigheter. Målet med ulike møteplasser er å «arbeide for at innvandrerbefolkningens stemmer skal bli bedre hørt i lokale beslutningsprosesser,» kan vi lese i rapporten skrevet av denne forskergruppa (ibid.:5). Rapporten viser til tre modeller for møteplasser: *rådsmodellen*, *kontaktutvalgsmodeller* og *dialogmodeller*. Forskerne beskriver de tre modellene på følgende måte:

I rådsmodellen er medlemmene med innvandrerbakgrunn valgt og sitter som representanter for organisasjoner, politikerne kan være faste deltakere, og man har vanligvis status som høringsinstans eller rådgivende organ. I kontaktutvalgsmodellen er medlemmene i større grad utpekt til å delta, og man har omtrent like andeler representanter fra innvandrerbefolkningen og lokale myndigheter. Denne modellen skal være et mellomledd og formidlingsorgan mellom innvandrerbefolkningen og lokale myndigheter, og er ofte høringsinstans eller rådgivende organ. Til slutt har vi dialogmodellen, der medlemmer utpekes og deltar som privatpersoner, er fokusert på dialog, ofte rundt et spesifikt tema, og kan fungere som rådgivende organ (ibid.:5).

Andre møteplasser som nevnes er kulturelle arrangementer, kvinnegrupper og moskeer. Deltakernes motivasjon for å delta på møteplassene var å lære mer om politiske strategier for å oppnå innflytelse på ulike samfunnsarenaer.

Forskergruppa nevner innvandrersorganisasjoner i rapporten. De skriver at medlemmene selv ofte beskriver disse som kulturelle foreninger. Dette avspeiler hvilke aktiviteter som vektlegges i foreningene, som feiring av nasjonale høytider, sosialt samvær og informasjonsarbeid (ibid.). Predelli (2003) beskriver foreninger som arrangerer politiske møter som bidrar til nettverksbygging og gir råd og veiledning til myndigheter og andre organisasjoner. Det finnes altså et mangfold av foreninger og organisasjoner for politiske, kulturelle og religiøse aktiviteter.

I en guide for etablering av møteplasser for innvandrerbefolkningen som IMDi har utarbeidet, blir «møteplass» beskrevet som en «organisert tilrettelegging for dialog og samhandling mellom representanter for innvandrerbefolkningen og lokale myndigheter. Målet er gjensidig forståelse, informasjonsutveksling og brukemedvirkning.» Det står videre skrevet i IMDis guide at det er viktig at innvandrerbefolkningen deltar i beslutningsprosesser. Deres stemme må bli hørt gjennom blant annet lavterskelordninger som lokale møteplasser.

Beskrivelser av ovennevnte foreninger og organisasjoner synes å ha politisk deltakelse som den viktigste målsettingen. Det er ikke først og fremst politiske beslutninger som er målet for møteplasser jeg har konsentrert meg om. På møteplassene jeg skal beskrive er sosialt samvær svært viktig for deltakerne. Men møtene bidrar også til at stemmer tilhørende eldre menn og kvinner med innvandrerbakgrunn blir tydeligere ved at de deltar i organisering og planlegging av gruppeaktiviteter.

Eldresentre og innvandrersorganisasjoner

Denne undersøkelsen tar utgangspunkt i at det er behov for møteplasser for eldre som et ledd i forebyggende arbeid. Vi har alle behov for å føle tilhørighet i fellesskap, og vi vet at isolasjon og ensomhet kan påvirke folks helse. Enkelte livsstilssykdommer som diabetes og hjerte- og karsykdommer er vanlige blant folk med pakistansk bakgrunn. Videre meldes det om fysiske plager som smerter i kroppen, depresjoner, astma og muskel-skjelett plager

(Moen 2002a). Fysisk aktivitet og helseopplysning kan i noen grad bidra til å forebygge enkelte sykdommer. Møteplasser er et sted for sosialt samvær, men det er også et sted for informasjon og undervisning i tillegg til andre aktiviteter som kan gi helsemessig gevinst. Isolasjon og ensomhet er viktige aspekter ved lav livskvalitet. Dette gjør det viktig å se nærmere på hvilken nytte folk med innvandrerbakgrunn har av møteplassene, og hvordan nye kan etableres på måter som motiverer folk til å komme.

Jeg har derfor først og fremst intervjuet folk med innvandrerbakgrunn som møtes i eldrecentre og innvandrerorganisasjoner, innhentet kunnskaper om hva de ser som nyttig, hvorfor de trives på disse «møteplassene» og eventuelt hva som bør gjøres annerledes. Innvandrerorganisasjoner jeg har hatt kontakt med passer inn i ovennevnte beskrivelse av «kulturelle foreninger». I innvandrerorganisasjoner foregår sosialt samvær og aktiviteter som skaper trivsel for eldre kvinner og menn. Det er opplevelse av fellesskap gjennom felles bakgrunn og erfaringer fra hjemlandet som er vesentlig. Det er ikke politisk innflytelse som er det primære, men deltakelse i kulturelle foreninger kan få ringvirkninger. Informasjon, seminarer og samtaler som foregår mellom deltakerne gir kunnskaper som kan gjøre folk tryggere på hvordan de kan delta i livet utenfor hjemmet og familien.

Eldrecentrene er åpne for folk over en viss alder og med bostedsadresse i eldrecentrenes lokalmiljøer. Daatland, Guntvedt og Slagsvold (2000) beskriver eldrecentrenes tilbud og tjenester på følgende måte:

Eldrecentrene er et aktivitets- og servicetilbud som retter seg mot *alle* hjemmeboende eldre innenfor et avgrenset geografisk område. Tilbudene gis i første rekke på sentret, hvor man under samme tak finner et variert aktivitetstilbud – tildels organisert av brukerne selv – så som kafeteria, hår- og fotpleie og sosialrådgiving. For skrøpelige eldre som ikke kan komme til senteret, yter mange sentre tjenester som matombringing og hår- og fotpleie i hjemmet. Opplegget av aktiviteter ved det enkelte senter er formet ut fra lokale forhold og varierer fra sted til sted. (2000:17)

Men tersklene synes i mange tilfeller å være høy for at eldre med innvandrerbakgrunn skal kunne komme til sentrene, benytte tilbudene og føle seg «hjemme» der. Det kan være ulike årsaker til dette. Behovet er kanskje ikke tilstede for en del eldre eller de har for mange oppgaver i familien.

Eldresentrene kan oppleves som et fremmed sted, og de kan føle at sentrene «tilhører» norske eldre.

I denne rapporten skal jeg presentere noen erfaringer fra enkelte møteplasser som har tilrettelagt for eldre med innvandrerbakgrunn. Vi skal se nærmere på hva som gjør dem til gode møteplasser og hva som motiverer kvinner og menn til å delta. Undersøkelsen stiller spørsmålene: *Hvorfor velger eldre med innvandrerbakgrunn å komme til møteplassene? Hva har vært og er viktig for dem? Hvilken nytte har eldre kvinner og menn av å delta på eldresentre og i kulturelle foreninger?*

Jeg skal først presentere Grünerløkka seniorsenter¹ som et eksempel på en god utvikling av gruppefellesskap mellom kvinner med innvandrerbakgrunn. Kvinnene kan se tilbake på 10 års erfaring fra seniorsenteret. Også andre grupper er etablert på dette seniorsenteret, blant annet en gruppe for eldre menn med pakistansk bakgrunn. Videre skal jeg beskrive andre eldresentre, der eldre med innvandrerbakgrunn er målgruppen. Deretter beskriver jeg kulturelle foreninger som møteplasser i nærmiljøer.

Fremgangsmåte i undersøkelsen

I denne undersøkelsen har jeg hatt samtaler med deltakere på seniorsentre og innvandrerorganisasjoner og søkt å få mest mulig utførlig og variert informasjon basert på ulike erfaringer. Prosjektet ble først presentert på et «torsdagsmøte» på Grünerløkka seniorsenter, der jeg forklarte hva temaene for undersøkelsen var. Jeg ba om å få intervjuet tre personer som hadde vært med fra starten og tre som har kommet til i senere tid. Enkelte ønsket å bli intervjuet på andre steder enn eldresenteret. Vi avtalte derfor å spise lunsj på kafé, eller vi fikk benytte et rom på et eldresenter i Gamle Oslo som er lett tilgjengelig for kvinner som bor utenfor sentrum. De andre kvinnene ble intervjuet på Grünerløkka seniorsenter. Enkelte av kvinnene aksepterte at intervjuet ble tatt opp på bånd. Et av intervjuene foregikk på kafé, noe som gjorde det vanskelig å benytte opptaker. En av kvinnene ønsket ikke at intervjuet ble tatt opp på bånd, med den begrunnelse at hun mente hun

¹ Betegnelsen eldresenter og seniorsenter blir benyttet for samme type senter. Grünerløkka seniorsenter het tidligere Grünerløkka eldresenter.

snakket for dårlig norsk. Ingen av kvinnene som ble intervjuet snakket imidlertid dårlig norsk. Det var ikke nødvendig med tolk. Jeg fikk også inntrykk av at de satte pris på at intervjuet foregikk på norsk.

Jeg har sittet sammen med de pakistanske/indiske kvinnene på torsdagsmøter og diskutert enkelte temaer med dem. Videre har jeg deltatt på utflukt til Hovedøya utenfor Oslo. Jeg har hatt samtaler med prosjektlederen, som i likhet med den første prosjektlederen er sykepleier og har indisk bakgrunn. Enkelte fredager har jeg deltatt i kafeteriaen, der norske eldre møtes til «fredagsfest». Styrer, sosionom og kontormedarbeider har også blitt intervjuet. Jeg har snakket med tre av de norske brukerne, som også har vært brukere av eldresenteret helt siden senteret kun hadde norske brukere.

Jeg har også intervjuet eldre menn med pakistansk bakgrunn som har opprettet en flerkulturell forening som møtes på Grünerløkka seniorsenter tre–fire kvelder i uken. Videre har jeg hatt samtaler med personer som har etablert eller er i ferd med å etablere grupper for kvinner med innvanderbakgrunn på Furuset seniorsenter og Stovner.

I den delen av rapporten som omhandler frivillige organisasjoner, har jeg inkludert en beskrivelse fra en tidligere kontakt jeg har hatt med en norsk-pakistansk kvinneforening i Bærum, og supplert denne undersøkelsen med et intervju med lederen for foreningen. Dette er en møteplass også for eldre med pakistansk bakgrunn. Jeg har også intervjuet lederen for en kvinneorganisasjon i Oslo. Flere generasjoner er representert i foreninger, men motivasjonen for å møte kan være noe forskjellig alt etter om en er ung eller gammel. Til sammen har jeg intervjuet rundt 20 personer. Jeg har fulgt en intervjuguide og stilt spørsmål om blant annet sosialt liv og nettverk, trygghet, trivsel, aktiviteter, beliggenhet og møtetid, innvirkning for helse og kunnskaper om helse og samfunn.

Alle navn på personer og steder er anonymisert. Det er utelatt en del sensitiv informasjon om personer som er intervjuet, men uttalelser som er relevant for rapportens tema er gjengitt. Sosionomen har lest og godkjent sitt bidrag i rapporten. Styreren har også lest rapporten. Navnene på eldresentrene og organisasjonene er ikke anonymisert. Rapporten har til hensikt å bringe videre gode erfaringer, og enkelte mindre vellykkede erfaringer som andre sentre kan dra nytte av. Det er tidligere skrevet en rapport om

Grünerløkka eldresenter, «Eldresenter på ukjent vei. Flerkulturelle møter mellom eldre mennesker» (Moen 2002). Den foreliggende rapporten kan sees som en oppfølging av denne, og som beskriver det langvarige arbeidet som ligger til grunn for at Grünerløkka eldresenter har lyktes i å utvikle en god møteplass for eldre med innvandrerbakgrunn.

Vi skal først møte eldre med innvandrerbakgrunn på Grünerløkka seniorsenter, for deretter å bli kjent med enkelte deltakere på andre møteplasser der eldre med innvandrerbakgrunn er deltakere. Jeg kommer ikke til å beskrive organisering og drift av Grünerløkka eldresenter. Dette er tidligere beskrevet i rapporten «Lokale møtesteder for eldre fra etniske minoriteter» (Oslo kommune 2007), og vil bli ytterligere beskrevet i en rapport fra Oslo kommune som er under utarbeidelse. Mitt utgangspunkt har vært et brukerperspektiv som er i samsvar med siktemålet for det oppdraget som er gitt NOVA fra Arbeids- og inkluderingsdepartementet. Det vil si at jeg først og fremst har søkt å få kunnskaper og innblikk i hvordan eldre med innvandrerbakgrunn selv oppfatter tilbudene, og hvilke behov og ønsker de har for møteplasser.

2 En flerkulturell møteplass

Grünerløkka seniorsenter har lyktes i å få kvinner og menn med innvandrerbakgrunn til å bruke senteret. Det første skrittet for å inkludere kvinner med fortrinnsvis pakistansk bakgrunn ble tatt for flere år tilbake. Dette har vist seg å bli et nyttig tiltak for kvinnene, som i begynnelsen var svært nølende til å komme til seniorsenteret. I dette kapitlet skal jeg presentere enkelte skritt i utviklingen av inkludering av kvinner og menn med innvandrerbakgrunn. Dette har ført til at Grünerløkka seniorsenter i dag har en annen sammensetning av brukere enn for noen år tilbake, da alle eldre var etnisk norske.

Grünerløkkaprojektet – et nybrottsarbeid

For rundt ti år siden startet Norsk Folkehjelp et prosjekt for kvinner med pakistansk/indisk bakgrunn på Grünerløkka eldresenter, kalt Grünerløkka-prosjektet. En prosjektleder med indisk bakgrunn ble ansatt for å lede prosjektet. Som sykepleier hadde hun tidligere arbeidet med eldre med innvandrerbakgrunn. Hun kjente flere hun kunne ta kontakt med av eldre kvinner som hun mente ville komme til eldresenteret. I begynnelsen var de pakistanske og indiske eldre kvinnene tilbakeholdne med å komme til Grünerløkka eldresenter. Det tok lang tid før de kom uten at prosjektlederen hver uke ringte dem opp hjemme for å be dem komme til senteret på torsdager. Torsdag fra 12.00 og noen timer utover ble i sin tid avtalt som fast møtetid. Prosjektlederen brukte mye tid på å mobilisere brukere og etablere en gruppe som fungerte godt sammen på eldresenteret. Dette var en møysommelig prosess, og det var alltid usikkert hvor mange som dukket opp. Etter hvert begynte kvinnene å komme uoppfordret. I dag er dette en sammenspleiset gruppe kvinner. Grünerløkkaprojektet kan beskrives som et vellykket prosjekt, til tross for at det har tatt noen andre veier enn opprinnelig tenkt. Senteret startet ut på ukjent vei, og prøving og feiling underveis fra personalets side har vært nødvendig i utviklingen av prosjektet (Moen 2002b).

I dag er det flere grupper med innvandrerbakgrunn som møtes på seniorsenteret. Det er pionergruppa av pakistanske/indiske kvinner som fortsetter å komme, det er en gruppe pakistanske menn, og seniorsenteret har forsøkt å etablere en gruppe for kvinner med tyrkisk bakgrunn. I denne rapporten har jeg valgt først og fremst å konsentrere meg om pakistansk/indiske kvinner. Det er denne gruppen som har vært lengst på senteret, og som derfor kan bidra med tilbakeblikk og erfaringer som kan være nyttige å ta med videre i utvikling av møtesteder for eldre med minoritetsetnisk bakgrunn. Vi skal se nærmere på hvorfor Grünerløkka eldresenter har blitt et godt møtested for pakistanske/indiske kvinner, og hvorfor misnøyen fra norske eldre har avtatt. Én begrunnelse for at dette kan beskrives som et vellykket tiltak, er at pakistanske/indiske kvinner gleder seg til å komme til Grünerløkka seniorsenter hver torsdag. Hvorfor de gleder seg er utgangspunktet for å undersøke hva som gjør det til et godt sted å være.

Grünerløkkaprojektet tar form

Ideen bak Grünerløkkaprojektet var å etablere et møtested som også inkluderte eldre med minoritetsetnisk bakgrunn. Et spørsmål som til stadighet dukker opp i sammenheng med helse- og sosialtjenester for eldre, er om det skal tilrettelegges for integrerte eller segregerte tilbud. Hva som kan aksepteres av forskjellsbehandling for å imøtekomme andre behov enn offentlige tilbud og tjenester tilrettelagt for eldre brukere generelt, er et tema som fordrer diskusjon. Dette ble også et tema for Grünerløkkaprojektet. Var det mulig å utvikle et fellesskap mellom norske og pakistanske brukere på eldresenteret? Hvordan burde eldresenteret organiseres for å imøtekomme andre behov enn dem som eldresenteret vanligvis møter? Styrer og prosjektleder hadde en idé og håp om at norske og indisk/pakistanske eldre skulle bli kjent med hverandre, sitte sammen i eldresenterets kafeteria og delta sammen i aktiviteter. En håpet at norske og minoritetsetniske eldre skulle nærme seg hverandre, akseptere hverandre og utgjøre et fellesskap på eldresenteret.

Etter hvert som prosjektet utviklet seg, fant prosjektleder og styrer for eldresenteret ut at de nok hadde hatt for store forhåpningen til et møtested der fellesskapet mellom de to gruppene ville utvikle seg over tid. I begynnelsen kom det mange protester fra norske brukere som helst så at eldre med

minoritetsetnisk bakgrunn ikke kom til «deres» senter. De klaget over at kvinnene snakket for høyt, kafeen skulle bestå av småbord og ikke langbord som de minoritetsetniske kvinnene satt ved. Innvandrerkvinnenes høye stemmer bidro til at det ble vanskelig for norske eldre å snakke sammen og høre hverandre, også fordi enkelte brukte høreapparat som gjør det vanskelig å skille lyder i rommet. Prosjektleder hadde økonomiske midler til rådighet som gjorde at innvandrerkvinnene fikk en del goder som norske eldre ikke fikk. Dette skapte også misnøye fra de norske brukernes side.

Etter hvert flyttet de minoritetsetniske kvinnene til et annet rom i eldresenteret (Arresten), og der holder de fortsatt til. Arresten er et rom med langbord, sofakrok og kjøkkenkrok med komfyr og kjøleskap. Navnet har det fått fordi eldresenteret er en gammel politistasjon, og arresten var opprinnelig i dette rommet. I dag er det et hyggelig og stort rom, med utgang til en fin og velstelt bakhage. Her kan kvinnene koke te og kaffe, varme mat de har med hjemmefra, og de kan sitte rundt et langbord med kaffe/te og mat. De kan snakke med hverandre tvers over bordet med høye stemmer, noe som nevnt var en av grunnene til misnøyen blant norske brukere i kafeteriaen.

Blant personalet var det noe misnøye med oppstart av Grünerløkka-prosjektet, men da på grunn av at informasjonen enten ikke ble gitt eller ble misoppfattet. I ettertid sier en av de ansatte at hun opplevde at personen som den gang var styrer, ikke involverte resten av personalet tilstrekkelig i utviklingen av prosjektet. Enkelte følte at de bare ble pålagt nye oppgaver og merarbeid uten at de selv fikk delta i avgjørelser. Det var nybrottsarbeid som fikk en del oppmerksomhet både fra Bydelsadministrasjonen, Oslo kommune sentralt og fra media. Grünerløkka-prosjektet ble et «prestisjeprosjekt», og det var viktig å få det til å fungere. Eldresenteret var i ferd med å bli lagt ned, og dette prosjektet kunne redde senteret. Dette var også en grunn til at integrering av eldre med minoritetsbakgrunn måtte lykkes.

Det sier seg selv at styreren og prosjektlederen var opptatt av å få dette til, og samarbeidet dem imellom var viktig. Dette kan forklare at andre ansatte kan ha følt seg overkjørt i starten av prosjektet. Både styrer og prosjektleder mente imidlertid at de forsøkte å informere så godt det lot seg gjøre. Dette var et forsøk, og det var nok ikke alltid like lett å informere om det neste skritt. Men en lærdom som kan trekkes av dette, er at hele

personalet må få delta i utviklingen av prosjekter dersom de blir pålagt merarbeid som følge av «særbehandling» av brukere.

Å få innvandrerkvinner til å bruke senteret og oppleve det som viktig og nyttig å komme dit, tok mye tid, særlig for prosjektlederen. Det tok tid å finne ut hva som motiverte kvinnene til å komme. I begynnelsen var det mange kvinner som kom når det ble arrangert undervisning i helserelaterte temaer, ellers var det nokså ujevnt antall kvinner som kom på torsdager. Flere av innvandrerkvinnene har mye å gjøre i sine familier, og de må ha vektige grunner for å kunne ta seg fri. Nyttige aktiviteter kan derfor være et godt påskudd for å komme hjemmefra. Dette har prosjektledere fulgt opp i de ti årene som nå har gått siden prosjektet ble startet opp.

Den første tiden de pakistanske kvinnene kom til senteret, oppholdt de seg som nevnt i kafeteriaen. De hadde med hjemmebakke kaker. Te fikk de fra kjøkkenet, og utgiftene ble dekket av penger fra prosjektet, som den gang ble drevet av Norsk Folkehjelp. Det ble uttrykt en del misnøye fra de norske eldre på senteret, fordi de ikke fikk tilsvarende gratis goder som de pakistanske/indiske kvinnene. De norske må selv betale kaffe og te. Kafeteriaen er dessuten et tilbud som opprettholdes ved at folk kjøper mat og drikke der. Dette bidrar de norske eldre til, mens de pakistanske/indiske kvinnene ikke opplever dette som en fellesoppgave. De norske eldre fikk heller ikke dekket utgifter til turer, slik de pakistanske kvinnene fikk. Det var også som nevnt en del misnøye med støynivået i kafeteriaen. Enkelte norske eldre kom ikke på senteret denne dagen. Mange likte ikke at det kom «fremmede» mennesker til deres senter. De ønsket ikke forandringer på eldresenteret, men foretrakk at det skulle forbli slik de var vant med. Enkelte av de norske eldre har brukt senteret i 15–20 år.

En av de norske eldre kvinnene som har vært på senteret i mange år, uttaler nå i ettertid at det var mange av de norske eldre som var misfornøyd i begynnelsen. Hun forteller at det «nå har lagt seg», og at de aldri ser kvinnene med indisk/pakistansk bakgrunn lenger. «De holder seg i Arresten. Vi er på noen turer sammen. Men heller ikke da har vi særlig kontakt,» sier den eldre norske kvinnen. En eldre mann med kinesisk bakgrunn kommer til eldresenteret og deltar sammen med dem på ettermiddagstreff og på fredager. På fredager er det «Ukeslutt». Styreren gir da informasjon om hva som har

skjedd i løpet av siste uken og hva som skal skje i neste uke. Ettermiddags-treff med dans foregår en gang i måneden, og mannen med kinesisk bakgrunn kommer og danser med de norske kvinnene. Han deltar også når det arrangeres foredrag, dagsturer eller overnattingsturer, og han er frivillig medarbeider på senteret.

En pakistansk kvinne har også vært med på noen turer og tatt kontakt med norske eldre. Begge snakker godt norsk. For øvrig er det ingen fra den pakistanske/indiske gruppa som deltar sammen med norske eldre i kafeteriaen eller på turer, men unntak av ovennevnte to personer med innvandrerbakgrunn. Heller ingen norske eldre deltar i den pakistanske/indiske gruppa.

Oppsummering

Dette er i korte trekk historien om hvordan Grünerløkka-prosjektet startet med en idé om integrering og fellesskap, men endte med segregering eller atskilte fellesskap. Gruppa med pakistanske/indiske kvinner som var svært synlige i begynnelsen, har nå blitt mer usynlige ved at de har fått eget oppholdsrom og egen inngang. De markerte seg i seniorsenterets kafé på torsdager med høye stemmer, mye latter, fargerike klær, ukjent språk og ukjent mat. Forskjellene ble tydelige, og bidro til et brudd med tradisjoner i kafeen. I tillegg ble høye stemmer et praktisk problem for norske deltakere med dårlig hørsel. Jeg kommer videre i rapporten nærmere inn på hvorfor atskilte grupper har vist seg å bli en god løsning for alle senterets brukere uansett kjønn og etnisk bakgrunn.

Den opprinnelige ideen om integrering har altså i liten grad lyktes. Prosjektet kan likevel beskrives som vellykket fordi de pakistanske/indiske kvinnene har fortsatt å komme til eldresenteret i nærmere ti år, og de trives. Grünerløkka eldresenter ble høsten 2008 nominert til Oslo Folkehelsepris på grunn av sitt arbeid for å inkludere eldre med minoritetsbakgrunn i senteret. Selv om det nå er atskilte liv i to segregerte grupper i seniorsenteret, er alle brukere av senteret. De har like rettigheter, men med enkelte ulikheter i utformingen av aktiviteter. Et unntak er matserveringen i kafeteriaen, den er tilrettelagt for norske brukere. Men for eldre med innvandrerbakgrunn som i dag deltar på senteret, synes det ikke aktuelt å spise for eksempel middag på senteret.

3 Sosialt liv på seniorsenteret

I dette kapitlet skal jeg presentere noen av de aktiviteter og tilbud som benyttes av kvinnene med indisk/pakistansk bakgrunn, og som for det meste foregår på torsdager når kvinnene har møtetid på Grünerløkka seniorsenter. Det sosiale livet som kvinnene har på seniorsenteret omfatter personer som styrer, gruppeleder og sosionom, som er viktige bidragsytere i trivsel og trygghet på seniorsenteret.

Torsdagsmøte

Torsdag er møtedag på Grünerløkka seniorsenter for kvinnene med indisk/pakistansk bakgrunn, og da kommer det vanligvis 12–14 kvinner. Flere av kvinnene har vært på eldresenteret siden prosjektets oppstart for 10 år siden, noen har kommet til i senere tid. Vi kan kalle dem veteraner og nykommere. De fleste kvinnene er mellom 40 og 70 år, enkelte er yngre enn 40 år. En av kvinnene har indisk bakgrunn, men kommer fra indisk Punjab. Hun kan derfor kommunisere på sitt morsmål med de andre kvinnene som snakker punjabi/urdu. En kvinne fra Irak kommer av og til innom, og samtalen med henne må foregå på norsk.

Jeg kom på besøk på seniorsenteret høsten 2007 da kvinnene var i ferd med å feire Eid. Dette er et islamsk rituale som markerer at fastemånedens ramadan er over. De som faster under ramadan kan ikke spise eller drikke fra soloppgang til solnedgang. Festen markeres med gaver og god mat. Kvinnene hadde bestilt ris og lammegryte, og dessert. Kjeler med mat ble brakt til dem på eldresenteret fra et catering-selskap som lager pakistansk/indisk mat. Det merkes at fellesskapet blant kvinnene er godt og omsorgsfullt, de er trygge på hverandre og trives sammen og på seniorsenteret. Det er flere faktorer som spiller inn i utviklingen av dette trygge og tillitsfulle miljøet, og jeg skal trekke frem enkelte av dem.

Ressurspersoner på seniorsenteret

Det er særlig tre personer som er viktige for prosjektets fremdrift og hvordan det har lyktes. Det er styrer, prosjektleder og sosionom. De har ulike roller i forhold til kvinnene, men samarbeider gjennom møter og uformelle samtaler. Styreren har det formelle ansvaret for at kvinnene får lik behandling som norske brukere på senteret, og hun har ansvaret for trivsel og trygghet for alle som bruker seniorsenteret. Prosjektlederen har nærmest kontakt med de indisk/pakistanske kvinnene, både fordi hun tilbringer mest tid sammen med dem, men også fordi hun kjenner kvinnenes språk og kulturelle bakgrunn. Sosionomen har en viktig rolle som «hjelper» i vanskelige situasjoner. Hun samarbeider med prosjektlederen for å få informasjon om eventuelle problemer kvinnene har, og hjelper dem som oppsøker henne.

Styreren i samarbeid med prosjektleder har ansvaret for å organisere undervisningen i gruppa. De har faste møter for å diskutere gruppas behov og forslag til aktiviteter. Blant annet har de kontakt med en lege med pakistansk bakgrunn som snakker urdu/punjabi. Han underviser gruppa om ulike helserelaterte temaer. På torsdager, når kvinnene kommer til seniorsenteret, informerer styreren om hva som skjer på senteret den neste uken. Hun forteller om aktiviteter som hun tror har særlig interesse for kvinnene, og hun får oversatt oppslag som henger på tavler og i kafeen. Hun setter seg også ned og prater en stund. Utover dette har hun de vanlige oppgavene som tilfaller en styrer i et seniorsenter.

Prosjektlederen har deltatt på torsdager sammen med kvinnene siden oppstart for rundt 10 år siden. Hun har vært «utlånt» fra sykehjemmet i bydelen for å følge opp kvinnene helsemessig, og bidra med veiledning og råd angående helse og sosiale tjenester. Sammen med den opprinnelige prosjektlederen har hun bidratt til å skape en trygg og sammensveiset gruppe. Hun overtok etter hvert ansvaret for torsdagsmøtene. Det har hun hatt inntil for noen måneder siden, da økonomi og oppgaver på sykehjemmet ikke tillot at hun ble borte derfra en hel dag.

Som leder har hun vært opptatt av at hun ikke skal opptre nedlatende overfor kvinnene. Det må være uformell samhandling, og hun vektlegger en to-veis kommunikasjon. Det må etableres tillit som gjør at kvinnene kan snakke med henne om alt. Hun har tatt opp temaer om den pakistanske

familien, tvangsekteskap og omskjæring, selv om omskjæring av kvinner ikke er vanlig i Pakistan. Dette kan være vanskelige temaer å snakke om. Hun har tatt opp problemer som enkeltpersoner har, og gruppa har snakket om dem dersom det er ønsket av personen det gjelder. Sykdom i familier er et annet tema som hun har tatt opp i gruppa. Noen av kvinnene lider av angst og depresjon. Både prosjektlederen og andre kvinner i gruppa ringer dem for å vise omsorg og empati.

En *sosionom* er tilknyttet seniorsenteret og kommer på torsdager for å være tilgjengelig for indisk/pakistanske kvinner. Den første tiden var det få av kvinnene som kom for å be om hjelp fra sosionomen. Kvinnene som oppsøkte henne ville heller ikke at andre skulle vite at de tok kontakt. Derfor måtte hun lage avtaler med kvinnene som gjorde at de ikke kom rett etter hverandre. Det måtte gå en halvtimes tid fra en gikk ut fra sosionomens kontor til en annen gikk inn. I dag er dette endret. Kvinnene oppsøker sosionomen og ber om hjelp til omtrent alt, fra utfylling av skjemaer til råd om barneoppdragelse. Kvinner som snakker for dårlig norsk til å kunne beskrive hva de har behov for av hjelp, får tolkebistand fra andre kvinner i gruppa. Det vitner om at kvinnene har tillit til hverandre, og også at det er aksept for å kontakte sosionomen for å løse problemer.

Sosionomen gir uttrykk for at det for det meste er kvinner som bor alene som oppsøker henne. Kvinner som bor sammen med ektemenn kommer sjeldnere. Det er mulig at ektemennene tar seg av kontakten med offentlige kontorer, tjenester osv. Skilsmisser og separasjon eller hvordan ektefeller kan leve atskilt, er spørsmål sosionomen har fått fra flere kvinner. Hun fyller ut skjemaer, forklarer innhold av lover og regler, og bidrar med kontakt til rette instanser. Sosionomen kontakter lege når det trengs, ordner med bostøtte, trygder og sosial stønad. Hun vektlegger imidlertid at det er viktig at kvinnene lærer å ordne opp selv. Hun veileder kvinnene, men ber dem for eksempel å ringe til offentlige kontorer selv. Hun overtar telefonen dersom det blir for vanskelig å forklare hva saken gjelder. Hun bidrar til å gjøre kvinnene mer selvstendige når det gjelder å forholde seg til offentlige kontorer, fyller ut skjemaer osv.

I et internt notat beskriver sosionomen sine oppgaver på følgende måte:

I begynnelsen var jeg til stede i gruppa for å bli kjent. Etter dette har tjenesten bestått i «tradisjonell» rådgiving på mitt kontor. Det fungerer som et åpent tilbud, hvor den enkelte tar opp det de ønsker hjelp til når de kommer til kvinnegruppa på torsdager. Flere av kvinnene finner støtte i å ha med en av de andre kvinnene under samtalen, delvis som tolk, delvis som «moralsk støtte». I enkelte saker har prosjektlederen vært til stede. Det har vært forsøkt å innføre timeavtale. Dette har vært gjort med vekslende hell. De fleste ønsker å kunne stikke innom i tiden rett etter at gruppen avslutter, uten avtale på forhånd. Dette viser en endring fra tidligere da det måtte gå halvannen time mellom møtene hos sosionomen. Det er større åpenhet blant kvinnene for å synliggjøre at de har problemer de trenger hjelp for å løse. Også i gruppa har det blitt lettere å snakke om temaer som tidligere var taushetsbelagte. Blant annet er enkelte kvinner skilt, noe de ikke har snakket om i gruppa før i senere år. Dette viser at kvinnene etter hvert har tillit til at de blir akseptert av de andre kvinnene, selv om skilsmisser er forbundet med skam.

Flere av kvinnene som bruker sosionomtjenesten lever alene. De har tidligere hatt en mann som snakker norsk og som har tatt seg av kontakten med offentlige instanser. Sosionomen skriver om dette:

Når kvinner blir alene har de ofte behov for å kunne ta med seg smått og stort av brev og henvendelser de mottar. Samt be om hjelp i spørsmål i forhold til økonomi, helse og familie. Mye av arbeidet består også i å orientere seg i det offentlige apparatet. Hjelp til å kontakte rette instanser, fyller ut søknadsskjemaer, samle dokumentasjon, forklare saksgang og fremgangsmåte, lese og få forklart brev fra andre offentlige instanser. Jeg har fulgt kvinner til bank, advokat og arbeidskontor.

Sosionomen nevner også utfordringer som kvinner møter når de skal oppnå respekt og autoritet i forhold til sine barn som behersker norsk språk og samfunn bedre enn dem. Det er viktig at kvinnene ordner opp på egen hånd fremfor at tenåringsbarn gjør dette. Sosionomen har hjulpet kvinnene med forsørgeransvar i ekteskap, ved separasjon og skilsmisse. Disse kvinnene har hatt behov for oppfølging over tid. Det har vært stigende etterspørsel etter sosionomens tjenester. I 2001 var det ni kvinner med til sammen 37 saker, i 2004 var det ni kvinner med 67 saker. I 2008 har 13 kvinner med til sammen 75 saker fått hjelp fra sosionomen (Notat til innvandrergruppa,

sosionomtjenesten 2008). Tallene viser at kvinnene har fått mange problemer etter hvert, men de kan også tolkes som at kvinnene har fått økt tillit til sosionomen og benytter henne i større grad enn tidligere. Sosionomen forteller at kvinner kan bruke henne hyppig i enkelte perioder når de har mange problemer som må løses. Deretter kan det være stillere i perioder. Mange av oppgavene ligger utenfor sosionomens arbeidsområde, men hun strekker seg langt. En dag ble hun bedt om å bestille bredbånd for ektemannen til en av kvinnene. Dette gjorde hun. Men ellers kan oppgavene dreie seg om å være bindeledd mellom det offentlige og kvinnene/mennene med innvandrerbakgrunn.

Det er i situasjoner der kvinnene føler seg usikre på om de mestrer kommunikasjonen med «det offentlige», at sosionomen kommer inn som en ressursperson. Flere kvinner kommer sannsynligvis til å bo alene fremover. Det kan være at ektemenn dør, eller på grunn av skilsmisser. Kvinnene har hatt et liv knyttet til hjemmet og har i mindre grad enn majoritetsbefolkningen hatt lønnsarbeid. Mange snakker dårlig norsk. Komplementære roller i familien gjør at menns oppgaver er utadrettet mot samfunnet. Mannen tar seg som regel av oppgaver knyttet til offentlige instanser. Mange kvinner kan derfor trenge hjelp for å klare seg alene. Her kommer sosionomen inn som en viktig person. Ovennevnte viser at hun må opptre som en «altnuligperson», for å imøtekomme kvinnenes mange behov. De får hjelp til å delta i samfunnet på et selvstendig grunnlag, noe som krever en god del kunnskaper. Flere kvinner forsøker å lære seg bruk av internett, og det er kvinner i gruppa som kan bidra med bruk av internett. Dette er også en hjelp for å nå frem til offentlige kontorer eller betale regninger i nettbanker.

Nettverksbygging

«Det er en løsere stemning enn før. Pakistanske kvinner kommer ofte med mat til betjeningen eller til de på kjøkkenet. De stanser i gangen eller setter seg ned i gangen og snakker med norske som kommer forbi. De er aldri i kafeteriaen. De er alltid i Arresten. Der feirer de bursdager, og de danser til indisk/pakistansk musikk», forteller styreren. Lederen for senteret har gymnastikk med dem, og prosjektlederen underviser i yoga. Prosjektlederen utarbeider program for aktiviteter i gruppa i samarbeid med kvinnene.

Styreren beskriver henne som en varm person som skaper god stemning i gruppa. Hun gjør det trygt og forutsigbart i gruppa, mener styreren.

Mitt inntrykk av gruppa er at det er fellesskapet som er det sentrale for kvinnene. Jeg opplever et fellesskap som synes uavhengig av om kvinnene har vært på senteret lang eller kort tid. En årsak til dette kan være at kvinnene som har kommet til senteret i senere år, kjenner noen som er på senteret fra før av. De kjenner familiene til dem som er der, eller de er venninner av andre som er på seniorsenteret. Men flere som ikke har hatt kjente på eldresenteret, har også blitt tatt vel imot, selv de som ikke snakker urdu/punjabi. Dette gir også styreren uttrykk for når hun sier at det virker som nye medlemmer blir tatt vel imot av de pakistanske/indiske kvinnene, selv om det er en kjerne av kvinner som har vært der i mange år og kjenner hverandre godt. Flere bor i samme nabolag, de treffer hverandre i moskeen og på kjøpesenteret.

Kvinnene ønsker å være sammen med sine «egne», særlig når de blir eldre. De foretrekker å snakke sammen på sitt eget språk, noe denne kvinnen uttrykker når hun sier:

Nå når jeg er gammel vil jeg være sammen med andre pakistanske kvinner som jeg kan snakke mitt eget språk med. Jeg og min mann har nylig flyttet til Oslo. Jeg savner mine norske venner der vi bodde før, men jeg trives i Oslo sammen med andre pakistanere.

En av de eldre pakistanske kvinnene som har vært på eldresenteret på i ti år, gir uttrykk for hvor viktig dette møtestedet er for henne:

Sist torsdag sa jeg til alle damene: Dere må ikke slutte å komme hit. Jeg kan gjerne ta med mat og frukt på torsdager. Dere må ikke slutte å komme hit. Jeg vil ikke miste denne gruppa. Vi har en plass å møtes, vi sitter sammen og noen ganger lager vi mat. Det er veldig bra. Husene våre er veldig trange. Det er ikke plass til alle i ett hjem. Hit kommer alle, helt fra Etterstad, som er en lang vei. Men de kommer. Vi liker hverandre. Vi er venner her. Vi er en gruppe, og derfor vil jeg ikke at de skal slutte å komme. Og hvis vi trenger mer penger, så skal jeg betale. (Gruppa samler inn et fast beløpt hver måned.) For de må komme. Hele familien min bor i Pakistan. Men vi i gruppa er som en familie. Vi møter hverandre og har det veldig bra sammen. Hvis vi får lyst, så ringer vi hverandre og lager avtaler om å møtes her eller der.

Andre kvinner i gruppa gir også uttrykk for at de er glade for å se hverandre. En av kvinnene forteller at hennes mann sier hun er helt annerledes når hun kommer hjem fra møtet på eldresenteret. Hun er mye gladere, og gleder seg til torsdagen hele uken. En annen kvinne som har kommet til senteret i 8–10 år, sier at hun har annen religion enn de andre. Men det betyr ingenting: «Vi tror på den samme gud. Vi spiser samme mat og snakker samme språk,» sier hun. «Det viktigste er det sosiale. Når man sitter hjemme lærer man ingenting,» sier kvinnen. Hun har lite kontakt med de andre kvinnene utenom møtene på torsdager. Men hun og kvinnene avtaler seg imellom om reise til Sverige og Danmark når de får gratisbilletter, eller de deltar på reiser som seniorsenteret arrangerer.

Kvinnene gir uttrykk for at å møtes rundt bordet og snakke sammen er det viktigste de gjør på seniorsenteret. De har liten kontakt privat, men uttrykker at de har muligheten for å ringe og avtale møter med hverandre. Omtrent alle bor i familier med barn, og flere har barnebarn. De har noen timer til overs på dagtid når familiemedlemmer er på arbeid eller skoler, og barnebarn eller barn er i barnehager og på skoler. En kvinne sier at etter klokken fem har de ikke tid til annet enn å være hjemme med familien. Derfor møtes de for eksempel ikke på Flerkulturell kafé på Grønland i sentrum av Oslo, som også er et tilbud til menn og kvinner med innvandrerbakgrunn. Der kan de komme etter klokken fem, men det blir for sent for kvinnene. Det er mulig å benytte kafeteriaen der om dagen også, men da er det omtrent bare norske eldre der. Om kvelden møtes en del menn med pakistansk bakgrunn i kafeteriaen. Dette er derfor ikke en møteplass tilpasset kvinnenenes behov, selv om det er lettere for flere av kvinnene å komme dit enn til Grünerløkka.

En kvinne benytter seg av et annet tilbud for eldre kvinner med innvandrerbakgrunn. Dette gjør at hun har muligheter for å delta i aktiviteter flere dager i uken, noe som er viktig for henne, for som hun sier: «Jeg får vondt fordi jeg har så mye å tenke på. Det hjelper å gå tur og prate med andre, men ikke lange turer.» Hun har vondt i kroppen og hodet og får ikke sove. Hun har vondt i bena og slitasjegikt, og går til fysioterapeut flere ganger i uken. Hun blir deprimert av å ikke gå ut. Det er godt å komme til seniorsenteret og snakke sitt eget språk. «Alle er venner på senteret,» sier hun.

Da jeg møtte henne for å intervju henne, hadde hun ikke sovet om natten, fordi hun hadde så vondt i kroppen og hodet. Det hjelper ikke å ta tabletter. Hun får vondt fordi hun har så mye å tenke på. Hun forteller at hun er mye alene, og å ha et sted å møte andre hjelper henne til å komme ut av senga og ut av leiligheten.

Forebyggende helsearbeid

Det sosiale fellesskapet som de pakistanske/indiske kvinnene har på Grünerløkka eldresenter kan i seg selv virke forebyggende, som ovennevnte eksempel viser. Et annet tiltak som kvinnene nevner som spesielt viktig er undervisning om helse og forebygging av sykdommer. Flere av kvinnene har kostholdsrelaterte sykdommer, og undervisning i kosthold blir mottatt med stor interesse blant dem. Lederen for torsdagsmøtene har tilrettelagt for undervisning på punjabi/urdu. I løpet av årene har de hatt besøk av leger med pakistansk bakgrunn som har undervist om hjerte/karsykdommer, diabetes og benskjørhet. Denne undervisningen har blitt gjentatt med jevne mellomrom, slik at nyankomne også har fått mulighet for å delta i undervisningen. Kvinnene sier at de har blitt mer oppmerksom på betydningen av mindre fett i kostholdet, og den forebyggende gevinsten ved å spise frukt og grønnsaker og mindre sukker.

En gang jeg kom på besøk hadde kvinnene laget lunsj av nudler fra poser. Nudler fra poser er kanskje ikke det sunneste alternativet, men dette serveres bare en gang i blant. Frukt og grønnsaker er nå vanlig. Dette er en endring fra noen år tilbake, da kvinnene spiste kaker og kjeks de hadde med hjemmefra. Kvinnegruppa har altså endret matvanene i sosiale sammenhenger på seniorsenteret. Kvinnene deler på utgiftene til mat og frukt. Teen lager de selv. Penger til te samler de som nevnt inn en gang i måneden. De kjøper aldri mat fra kafeteriaen på eldresenteret. Dette kan være fordi de synes det koster for mye, men også fordi de er opptatt av at maten de spiser er halal. Det vil si at den ikke inneholder svin eller svinefett, og at kjøtt fra dyrene som de kan spise er slaktet ifølge muslimske regler. Tilberedning av norsk og pakistansk mat er også forskjellig.

Flere av dem jeg har snakket med i den indisk/pakistanske gruppa fremhever også *trening* som viktig. De liker å gå tur. «Men ikke for bratte

bakker», sier en av kvinnene og ler. Flere av kvinnene deltok på en tur med for mange bratte bakker og i dårlig vær. Dette likte de ikke. Prosjektlederen for torsdagsmøtene understreket at været har betydning, og det må være lett å gå. En av kvinnene sier at tidligere gikk de med staver, det likte hun. Men i senere tid har de for det meste sittet inne, pratet og spist. Hun ønsker å gå mer tur. Prosjektlederen har undervist dem i yoga en halv time et par ganger i måneden før de setter seg sammen rundt bordet i Arresten. «Dette hjelper oss til å puste bedre,» sier en av kvinnene.

Det er utplassert enkelte treningsapparater på senteret som også enkelte av kvinnene benytter, før gruppa samler seg til te og samtaler rundt bordet. En kvinne uttaler:

Det beste med senteret er trening. Jeg kommer en halv time før de andre kommer og trener på helseapparater. Leger kommer og underviser om mat, medisiner og grønnsaker, og om hvor viktig det er med mat uten fett. Å sitte og snakke sammen er viktig. Prate sammen på urdu, punjabi og norsk. Noen ganger kommer eldre norske på besøk, og da snakker vi norsk. En irakisk dame kommer av og til og noen fra andre land, og da snakker vi norsk.

«Vi diskuterer helse. Hvis noen har en sykdom, snakker vi om det med hverandre. Vi gir noen ganger råd om at de må gå til lege eller gjøre sånn og sånn. Vi hjelper hverandre,» sier en av kvinnene. En tredje kvinne uttrykker at hun har fått bedre helse av å gå på eldresenteret. «Det er viktig å prate, hilse på hverandre, og høre nytt. Dessuten kommer det leger som underviser. Jeg har lært om fett – det må ikke brukes om igjen. Mye grønnsaker er viktig. Jeg lager norsk mat, koker og steker fisk. Spiser mye fisk. Og salater. Noe kunne jeg fra før, men har lært mer her om sunn mat.» Hun forteller at i gruppa snakker de om helseproblemer. «Vi snakker mye om det. Ikke så mye om familieproblemer. Det snakker man om hjemme i familien,» forteller denne kvinnen. Kvinnene gir uttrykk for at trening er viktig, men også undervisning og diskusjoner om helse og sykdom. En kvinne har imidlertid noen bemerkninger til torsdagsmøtene. Hun mener de fortsatt sitter for mye inne og spiser mat som de legger på seg av, selv om det har skjedd endringer. Om sommeren sitter de inne selv om det er sol ute og de har en fin bakgård.

De vil heller ikke gå tur. Hun forteller at de orker ikke å gå ut. Hun ville foretrukket mer fruktsalater og grønnsaksalater og flere turer utendørs.

Styreren og gruppelederen ber kvinnene å komme en halv time før de begynner å drikke te for å bruke treningsapparater. Enkelte av de yngre kvinnene gjør dette, men de eldre kvinnene følger ikke dette rådet. I senere tid har en sykepleierstudent kommet hver torsdag for å ha fysisk trening med kvinnene. Sykepleierstudenten underviser også kvinnene i kosthold. Dette gjør hun ved å handle inn sunn mat med lavt fettinnhold til lunsj. Hun kjøpte en gang inn ingredienser til kyllingsalat, men flere av kvinnene kunne ikke spise kyllingen hun kjøpte, til tross for at den var kjøpt i butikk som selger «halalkjøtt». De var skeptiske til om kyllingen virkelig var halal, og ville vite hvor i byen den var kjøpt. Mange har sine faste butikker hvor de kjøper halalkjøtt, og som de har tillit til. Kylling ble derfor ikke kjøpt inn etter denne hendelsen.

Styreren og gruppelederen på Grünerløkka seniorsenter tilrettelegger undervisningen i samsvar med kostvaner og tenkning omkring helse som de pakistanske/indiske kvinnene har. Pakistanske leger som har ansvaret for undervisningen, tilrettelegger denne med utgangspunkt i deres kjennskap til pakistansk matkultur. Undervisningen om ernæring og helse synes derfor å nå frem. Den har gitt seg praktiske utslag i hva kvinnene nå ønsker å spise til lunsj på eldresenteret. Fet mat og kaker er som nevnt ikke like vanlig som den første tiden de var på eldresenteret. Dette kan i stor grad tilskrives den undervisningen som kvinnene har fått gjennom mange år på eldresenteret. De tenker annerledes omkring fysisk aktivitet og ernæring, selv om det nok kunne gitt seg enda bedre utslag i praksis som for eksempel å gå turer, som en av kvinnene påpeker. Men to timer en gang i uken er kort tid, særlig når enkelte torsdager også blir brukt til undervisning. Samtaler over en kopp te er svært viktig for gruppa. Men en utvidelse av møtetiden, for eksempel to dager i uken, hvorav den ene dagen kunne bli benyttet til å gå tur eller annen fysisk aktivitet, ville kanskje være en god løsning for i hvert fall enkelte av kvinnene.

Et annet tilbud på Grünerløkka eldresenter er som nevnt sosionom-tjenesten. Men enkelte er usikre på hva sosionomen kan gjøre for dem. Særlig gjelder dette for nyankomne. De pakistanske/indiske kvinnene kunne

derfor ha nytte av informasjon om hva sosionomen på eldresenteret kan bidra med. Noen har fått hjelp fra sosionom fordi prosjektlederen har bidratt med kontakt eller de tar selv kontakt. Men en av kvinnene lurte for eksempel på hva sosionomen gjorde på eldresenteret. Sosionomen kommer til eldresenteret hver torsdag, altså når de pakistanske/indiske kvinnene er der. En årsak til at hun kommer på torsdager er for å kunne være behjelpelig også for de pakistanske/indiske kvinnene. Men det synes som om ikke alle kvinnene er klar over at de kan be om hjelp i noen sammenhenger. Det kom frem et forslag om at styreren blir bedt om å informere om hva sosionomen kan bidra med av hjelp og tjenester til eldre som benytter eldresenteret. Det er nok særlig nyankomne som har behov for å bli informert om hvilke muligheter og rettigheter de har til bruk av senteret.

Trygghet

En av kvinnene nevner norskkunnskaper i sammenheng med å føle seg trygg. Hun setter seg av og til sammen med norske eldre på eldresenteret, og drar på turer som eldresenteret arrangerer for norske eldre (i prinsippet for alle eldre). Hun sier:

Før snakket jeg aldri med norske damer eller menn, og jeg er veldig glad for å noen ganger snakke med de norske. Jeg setter meg sammen med de norske. Jeg snakker med kontordamen og Anje Kari (frivillig medarbeider på kontoret) og noen andre. Det gir oss utlendinger en sjanse til å snakke norsk. Før var jeg veldig sjenert for å snakke norsk, men nå føler jeg meg ikke sjenert lenger. For eksempel når det kommer en politimann, er jeg ikke redd lenger. Jeg vet jeg ikke kan snakke helt riktig norsk, men jeg prøver å snakke.

Denne kvinnen gir uttrykk for at det å kunne norsk gir henne trygghet, og hun ønsker å bruke norskkunnskapene sine. Hun har lært norsk ved å snakke med folk og ved å følge med på sine barns skolearbeid, se barne-TV sammen med dem osv. Nesten alle kvinnene snakker norsk, men noen er bedre enn andre. En av kvinnene som kommer av og til, er fra Bangladesh, og med henne må de snakke norsk. Av og til kommer noen fra personalgruppa og setter seg sammen med dem, og også enkelte norske eldre stikker innom. Kvinnene har mye å snakke om seg imellom, men det kan virke som de også

liker å snakke norsk når det byr seg en sjanse. Enkelte gir også uttrykk for at de savner å ikke være i kafeteriaen, men har akseptert det som en løsning å være i «Arresten».

«De liker oss ikke,» sier en av kvinnene om de norske eldre som sitter i kafeteriaen. I samtale med noen av de norske eldre uttrykker de at det virker som om de indisk/pakistanske kvinnene liker best å være for seg selv. En norsk eldre kvinne sier hun føler at de er så sammensveiset i den indisk/pakistanske gruppa at hun må bli invitert inn i Arresten, dersom hun skulle sette seg sammen med dem. Men det kommer frem i samtaler med norske eldre at det nok ikke ville være særlig populært om grupper med innvandrerbakgrunn satte seg i kafeteriaen. Norske eldre har faste plasser og vil ha kafeteriaen for seg selv. Selv om enkelte av de norske eldre og de pakistanske eldre ønsker mer kontakt med hverandre, er det også enighet om at den beste løsningen etter hvert ble at gruppene holder til i hver sine rom. Det noen savner er enkelte aktiviteter og arrangementer som kunne være felles.

For noen år tilbake ble det forsøkt med norskundervisning til de pakistanske/indiske kvinnene. De som underviste var frivillige eldre norske kvinner, som de pakistanske/indiske kvinnene kjente og følte seg trygge på. De ønsket ikke en fremmed profesjonell lærer, fordi de da ikke ville ha mot til å snakke norsk slik de kan gjøre i mer uformelle sammenhenger. Enkelte har ikke gått på skole, og terskelen for å lære for eksempel å skrive norsk blir høy. Her kan det nok være ulike interesser blant eldre kvinner med innvandrerbakgrunn. En profesjonell norsk språklærer som underviser eldre kvinner med innvandrerbakgrunn, mener det gir kvinner bedre selvtillit og stor glede å lære å lese og skrive norsk. Dette gjelder også de eldre kvinnene. Siden trygghet forbindes med norskkunnskaper, er norskopplæring et tema som kanskje burde få større oppmerksomhet når aktiviteter på eldresentrene skal tilrettelegges. På Furuset seniorsenter har de funnet en løsning på dette, som jeg kommer tilbake til.

Aktiviteter på seniorsenteret

Styreren for Grünerløkka seniorsenteret var tidligere aktivitetsleder for en gruppe norske kvinner på senteret som holdt på med håndarbeid som strikking, søm osv. Dette var en gruppe som hadde samarbeidet over lengre

tid og var blitt godt kjent etter hvert. De holdt til i et eget hus i bakhagen på eldresenteret. En pakistansk kvinne forsøkte å bli del av denne gruppa, men det skapte vanskeligheter. Årsaken, mente aktivitetslederen, var at hun hadde behov for så mye hjelp, at det gikk ut over de andre medlemmene av gruppa. Dessuten ønsket kvinnen med pakistansk bakgrunn gratis materiale til eget bruk. Hensikten med dette arbeidet er imidlertid å lage produkter som kvinnene selger på markeder, og inntekten går til senteret. Kvinnen med pakistansk bakgrunn sluttet etter en tid.

En av de pakistanske kvinnene nevner «juleverkstedet» på eldresenteret som et tiltak denne gruppa også kunne være interessert i. Norske eldre har hvert år før jul et juleverksted, der de lager forskjellige ting til jul. Et slikt verksted kunne for eksempel arrangeres i sammenheng med Eid (etter ramadan) som har noen av de samme tradisjonene som julen har, med kort, gaver, pynt og god mat. Jeg har opplevd at kvinnene strikker mens de sitter og prater sammen, de utveksler strikkeoppskrifter og lærer hverandre å strikke mønstre. Et juleverksted eller Eid-verksted vil sannsynligvis kunne omfatte noen av de samme aktivitetene, som å strikke, sy eller annet håndarbeid som lar seg kombinere med å drikke te og prate sammen.

Foredragene som arrangeres i gruppa, må ikke være for lange. Mellom tre kvarter og en time er det kvinnene ønsker. De vil ha mye tid til å snakke sammen. Trim er en akseptert aktivitet, blant annet fordi de kan snakke sammen underveis. Enkelte kvinner møter ikke når det arrangeres undervisning. Det de har mest behov for, er det sosiale samværet med andre pakistanske kvinner.

Utflukter

En av de frivillige, en norsk eldre kvinne, har vært på senteret hele denne tiden som de pakistanske/indiske kvinnene har vært der. Hun er leder for turene som arrangeres fra eldresenteret. Det er særlig bussturer og båtturer til Sverige og Danmark hun har ansvaret for. Det er handleturer og de er rimelige, eller de er gratis forutsatt at de som deltar på turene kjøper varer på et kjøpesenter for et visst beløp. Dette er populære turer både blant norske og pakistanske/indiske eldre. I begynnelsen reiste alle i samme buss, men også her kom det til uttrykk misnøye fra de norske deltakerne.

Måten å reise på, der kvinnene med pakistansk bakgrunn spiser medbrakt mat i bussen eller i lugaren på båtturer og tar med barnebarn på pensjonistturer, er ikke vel ansett blant norske pensjonister. Dette har bidratt til at de tidligere fellesturene i buss og båt nå foregår atskilt. De norske eldre og de pakistanske/indiske kvinnene har heller ikke kontakt på båten, med unntak av at enkelte av de norske kvinnene fra seniorsenteret blir invitert inn i lugaren til de pakistanske/indiske kvinnene for å smake på maten de har med.

Da Norsk Folkehjelp hadde ansvaret for å sette i gang tiltak for eldre med innvandrerbakgrunn på Grünerløkka eldresenter, ble det satt av prosjektpenger til tiltak og aktiviteter. Prosjektlederen hadde halv stilling på eldresenteret, og hun hadde derfor bedre tid til planlegging av utflukter og aktiviteter enn dagens prosjektleder har. Flere av de pakistanske/indiske kvinnene nevner at det var bedre før. De deltok på flere aktiviteter utenfor senteret. Blant annet husker de maisplukking og jordbærplukking som et spesielt fint tiltak. En av de pakistanske kvinnene sier dette om den tiden:

Vi dro en gang og plukket mais i Asker, og en gang dro vi for å plukke jordbær. Vi tok buss til Asker. Det likte jeg veldig godt. Veldig fint. Men ikke nå. Det ble slutt med turer. Det var bedre før. En gang dro vi til Norsk Folkehjelps konferansested og overnattet. Det var veldig koselig. Det var fint for kvinnene å være på seminar, reise bort uten familie og sånn. Og å lære noe nytt.

Kvinnene var en gang på tur til et hus som Norsk Folkehjelp har på Nesodden utenfor Oslo. Dette var en utflukt kvinnene satte stor pris på. Den gang de pakistanske kvinnene reiste til Østmarkssentra (Norsk Folkehjelps konferansesenter), hadde de aldri vært alene på tur uten familien. Dette var derfor grenseoverskridende for dem. I dag reiser de stadig vekk på overnattingsturer til Danmark og Sverige med båt. Dette viser en bevegelsesfrihet eller andre muligheter for valg av aktiviteter som ikke forelå før kvinnene begynte å komme til eldresenteret. Kvinnene setter pris på denne type aktiviteter som de savner å gjøre mer av. Enkelte uttrykker at de foretrekker kortere turer i løpet av torsdagen, fremfor overnattingsturer. Penger kan være et problem for noen, men forpliktelser i familien er også for noen en barriere for å delta på overnattingsturer. Prosjektlederen for gruppa med

pakistanske/indiske kvinner har heller ikke tid til å arrangere turer spesielt tilrettelagt for dem. Hun har kun hatt noen timer hver torsdag til rådighet på eldresenteret.

Et populært tiltak som nå er i gang, er utflukter til steder i Oslo der kvinnene kan reise uten «reiseleder». Dette er et tiltak kvinnene selv har foreslått for senterlederen, og som hun skal følge opp fremover. Kvinnene ønsker å bli kjent med steder i Oslo de kan reise til, ta med mat og være sammen. Første utflukt i tiltaket «Bli kjent med byen» gikk til Hovedøya en varm sommerdag i juni. Sammen med 13 kvinner og styreren dro jeg fra Vippetangen brygge i Oslo til Hovedøya med lokalbåten. En av kvinnene hadde med sitt to år gamle barnebarn i barnevogn.

Alle kvinnene hadde med mat og drikke. Det var litt uenighet om hvor vi skulle slå oss ned. Noen ville gjerne finne noen benker, fordi de ikke klarte å sitte rett på bakken. Alle var enige om ikke å gå langt. Flere er i fysisk dårlig form. Vi fant til slutt et fint sted ved klosterruinene under noen store skyggefulle trær. Enkelte kvinner fant noen steiner å sitte på. En duk ble brettet ut, og kvinnene plasserte mat de hadde med på duken. De hadde med ris, dessert, og kylling i tomatsaus, «kjøttkaker», jordbær, tchapatti med fyll, med mer, som de delte med hverandre. Det var tydelig at kvinnene likte seg godt i gresset under skyggefulle trær, stemningen var veldig god. De ønsket å bli så lenge som mulig og ville ikke «hjem for å jobbe», som en av kvinnene uttrykte det. Ved tre-tiden dro vi tilbake til byen.

Kvinnene ville gjerne ha flere utflukter som denne. En av kvinnene hadde vært en søndag på tur til et sted utenfor Oslo med familien og grillet. Det likte hun veldig godt, og særlig likte hun å sitte ved fossen på dette stedet. Hun foreslo at gruppa tok en tur dit. Styreren foreslo Blaafarveverket, også for å få litt «norsk kultur» med på kjøpet. Styreren og kvinnene fortsatte å diskutere neste sted, det må ikke være for langt å reise. Sognsvann og Bygdøy ble også foreslått som gode alternativer. Styreren informerte om tur til Frederikshavn i midten av juni. Det endelige programmet for utflukter ble ikke avgjort, men diskusjonen viser at utflukter er et innslag som kvinnene verdsetter.

Kvinnene ble enige om å grille i hagen på eldresenteret den neste torsdagen de møttes. Eldresenteret kjøpte inn griller, og alle tok med mat de

kunne grille. Igjen viser dette at torsdagsmøtene er viktig samlingspunkt for kvinnene. De har ikke lenger en leder som arrangerer aktiviteter for dem, men tar nå selv initiativ til å velge ut aktiviteter som de har glede av. Både utflukter for å bli kjent med byen og grillfesten er kvinnenes forslag. To av kvinnene har fått ansvaret for å lede gruppa, og de har nå arrangert turer og aktiviteter etter at prosjektlederen ikke lenger kunne avses fra sykehjemmet.

Kvinnene arrangerer også turer til Danmark og Sverige. De ordner med billetter og ringer rundt til de andre kvinnene i gruppa for å høre om de vil være med på tur. Dette er en endring fra tidligere år. For rundt ti år siden arrangerte prosjektlederen den første turen for kvinnene til Norsk Folkehjelps konferansesenter på Østmarka utenfor Oslo. De eldre pakistanske kvinnene hadde som nevnt aldri reist eller overnattet uten familien. Dette var en ny erfaring. I dag er de samme kvinnene stadig på turer uten familien, og de arrangerer dem på egenhånd.

Hvem kan bruke seniorsenteret?

I startfasen av Grünerløkkaprojektet ble det diskutert om hvem som hadde rett til å bruke et eldersenter. Et eldersenter er et senter for eldre, det vil si folk over 67 år, og de må vanligvis bo i nærmiljøet der eldersenteret er lokalisert. For å få tilstrekkelig med brukere fra minoritetsetniske grupper, ble det nødvendig å tenke annerledes. Prosjektlederen og styreren ble enige om å være fleksible når det gjaldt både alder og bosted for å få flest mulig kvinner til å komme. Enkelte av de eldre tok med seg barnebarn på eldersenteret, noe som ikke er vanlig. Det bidro til irritasjon fra flere av de norske brukerne at regler som gjelder for bruk av eldersenteret, ikke ble fulgt. Løsningen ble som nevnt et eget rom.

Flere av kvinnene har lang vei til eldersenteret. En pakistansk kvinne bodde tidligere utenfor byen og passet på å legge besøkene sine til sin sønn og hans familie som bor i sentrum av Oslo til torsdager. Da kunne hun komme sammen med andre pakistanske kvinner og snakke urdu. På hjemstedet hadde hun bare norske venner og naboer som hun har snakket norsk med i 35 år. Veien til eldersenteret ble kortere etter at hun flyttet til Oslo, men hun har fortsatt lang vei til senteret. Det tar henne en time å komme til senteret. Flere av de andre kvinnene har også en times vei til eldersenteret.

To av kvinnene kommer fra en av drabantbyene til Oslo. De forteller at det ikke er noe sted der de kan møtes. Det finnes ikke et eldre senter de kan benytte i nærheten. På spørsmål om de savner et senter der de bor, svarer begge bekreftende. De synes det er lang vei til Grünerløkka eldre senter, men kommer likevel.

I dag består den pakistanske/indiske gruppa av kvinner helt ned i trevdeårsalderen, de kommer fra hele byen og noen tar med seg barnebarn. Ingen av kvinnene uttrykker misnøye med aldersforskjeller eller at barnevognen står parkert rundt i rommet.

Tidspunkt og antall møter

Flere av kvinnene mener det er nok med to timer en gang i uken. De har mye å gjøre i familiene sine, og det er ikke lett å slippe fra. Tidspunktet er også bra. Midt på dagen er det lettere å ta seg noen fritimer, når resten av familien er ute av huset. Flere har lang vei til eldre senteret, og kvinnene gir uttrykk for at klokken tolv er et passende tidspunkt å komme. Enkelte av kvinnene som ikke er opptatt i sin familie, benytter seg av et tilbud (FORAS) på tirsdager og onsdager på dagtid som Norsk Folkehjelp har satt i gang. Flere uttrykker ønske om et møtested i nærmiljøet der de bor, men tidspunktet for møtene må ikke legges til torsdager. Da vil de komme til Grünerløkka eldre senter.

Oppsummering

«Jeg gleder meg til torsdag.» Denne uttalelsen kommer fra en av de pakistanske/indiske kvinnene og oppsummerer hvordan de pakistanske/indiske kvinnene opplever møtene på seniorsenteret. De gir uttrykk for at dette er et viktig møtested, og de vil ikke unnvære torsdagene. Som det fremkommer av ovennevnte er de villige til å strekke seg langt for at gruppa skal fortsette å holde sammen. De har også deltatt i kampen for at seniorsenteret ikke skal bli lagt ned. Det har i årenes løp vært flere trusler om nedleggelse på grunn av salg av bygningene eller fordi brukergrunnlaget var for lavt. Dette har også bidratt til at de nå opplever seniorsenteret som sitt senter.

Det er flere ting som motiverer kvinnene til å komme. Sosialt samvær, det å sitte sammen og prate rundt bordet, er nok det viktigste, men også yoga og bruk av treningsapparater og felles turer er viktige aktiviteter for kvinnene. Undervisning i helse og ernæring blir fremhevet som særlig viktig. Dette har bidratt til å endre kvinnes kunnskaper om ernæring og matvaner. Undervisning som de pakistanske/indiske kvinnene får er på urdu/punjabi. Den er derfor ikke tilgjengelige for norske eldre på senteret. Dette har bidratt til misnøye blant norske eldre, fordi det er undervisning som også de kunne ha nytte av. Det kunne for eksempel legges til rette for felles seminarer der undervisningen oversettes til norsk, eller at foredragsholderen snakker både norsk og urdu. Eventuelle norske foredragsholdere kunne oversettes til urdu/punjabi. Dette ville også kunne være et bidrag til et utvidet fellesskap, der kvinner med innvandrerbakgrunn og norske eldre kan være sammen om noe. Begge gruppene uttrykker at de ønsker mer kontakt med hverandre enn de har i dag.

Den lange tiden kvinnene har kjent hverandre kan nok delvis forklare at de nå fungerer som en sammensveiset gruppe. Men også engasjerte prosjektledere og andre i eldresenterets personalgruppe har bidratt til å gjøre senteret attraktivt for kvinnene. Det er få av deltakerne som møtes utenom torsdagene, men de ringer hverandre og har mulighet for å mobilisere nettverket, dersom de har behov for det. Det noen savner er mer fysisk aktiviteter som å gå turer og flere kortere utflukter på dagtid (ikke overnattingsturer som er vanskelig for noen).

Aktiviteter på Grünerløkka seniorsenter har bidratt til at kvinnene i dag beveger seg med større trygghet utenfor familien. De savner den tidligere gruppelederen og hennes tilrettelegging for gruppa. Men fraværet av gruppelederen har ført til at kvinnene selv tar ansvar for aktiviteter. Nå arrangerer de mange av turene i gruppa selv.

4 Etablering av flere grupper

Grünerløkka seniorsenter har satt igang flere grupper for eldre med innvandrerbakgrunn. En gruppe for kvinner og menn med flerkulturell bakgrunn ble etablert for noen år siden, men eksisterer ikke lenger. Det er etablert en gruppe for kvinner med tyrkisk bakgrunn og en gruppe for menn med pakistansk bakgrunn. Den tyrkiske gruppa har opphørt, men menn med pakistansk bakgrunn forsetter å komme til senteret.

Gruppe for menn med pakistansk bakgrunn

«Man blir syk av å sitte hjemme,» sier en av deltakerne i gruppe for menn på seniorsenteret.

Hjertet hans fungerer bedre når han har vært på seniorsenteret. Han fikk hjerteproblemer da han fikk økonomiske problemer. Han får bedre helse av å gå på seniorsenteret. «Det er ikke bra å sitte hjemme og se på TV, TV, TV hele tiden,» sier han. Han har behov for å snakke med andre, komme seg ut. Fordøyelse og helse blir bedre når han kommer seg ut av huset. Dette svarer den eldre mannen på spørsmål om nytten av å komme til Grünerløkka seniorsenter.

En gruppe for menn med pakistansk bakgrunn ble etablert høsten 2002 på forespørsel fra en pakistansk mann som hadde sin kone i den pakistansk/indiske kvinnegruppa på seniorsenteret. Han så behovet for en gruppe også for menn, og styreren for senteret, i samarbeid med en frivillig medarbeider med pakistansk bakgrunn, ledet gruppa. Det ble satt av to dager i uken i Arresten for mennene. De ønsket etter hvert å møtes om kvelden, fordi de hadde en del de måtte gjøre på dagtid. I dag møtes de fire ganger i uka på kveldstid. En av mennene fungerer som frivillig og låser opp Arresten ved fem-tiden. Styreren forteller at enkelte av mennene kommer på dagtid, og stikker innom de ansatte for å slå av en prat. Dersom styreren skulle ha mer kontakt med mennene, måtte hun være til stede om kvelden, og det har hun ikke anledning til.

En rapport fra 2005 (Magnussen og Johannesson) beskriver noen erfaringer fra da gruppen for menn var i startfasen. Menn med pakistansk bakgrunn ønsket seg tilsvarende tilbud som de indisk/pakistanske kvinnene. De ville gjerne delta på turer til Sverige og få informasjon om kosthold og helse. De ønsket seg turer i skog og mark for å fiske og få mosjon. Helsesjekk sto også på ønskelisten. De følte seg glemt, fordi kvinnene fikk en del tilbud på seniorsenteret som de ikke hadde tilgang til.

Målet for gruppen var sosialt samvær, nettverksbygging, praktisering av norskkunnskaper og diskusjoner om aktuelle samfunnstemaer. Trimapparater ble kjøpt inn, og gruppelederne arrangerte foredrag om helseforebyggende temaer. Turer var inkludert i gruppas program på seniorsenteret, og de fikk undervisning i kosthold. En fysioterapeut ledet et treningsopplegg (Helse- og verferdsetaten, Rapport 2006). Da fysioterapeuten sluttet med treningsopplegg på senteret, uteble flere av deltakerne. Det viser igjen hvor viktig det er å ha en leder som inspirerer og motiverer folk til å delta.

Da gruppen for menn opphørte som prosjekt og økonomisk tilskudd til gruppa uteble, tok enkelte menn initiativ til å etablere en forening. For å ha mulighet for å kunne søke tilskudd til tiltak fra Oslo kommune, har de etablert seg som en frivillig organisasjon som de kaller «Oslo flerkulturelle forening». Lederen for foreningen har pakistansk bakgrunn, og det er for det meste menn med pakistansk bakgrunn som møtes på senteret. Til sammen har foreningen rundt 100 medlemmer, og er tilknyttet et internasjonalt nettverk av foreninger.

Styreren for seniorsenteret forteller at hun ser dem sjelden og har lite med dem å gjøre. Åpningstiden for senteret er på dagtid, og personalet har ikke ansvar for arrangementer på kveldstid. Da leier de kun ut lokaler. Styreren forteller at senteret var i ferd med å bli lagt ned for noen år siden, men denne gruppen for menn bidro til å redde senteret. Ved å ta dem inn som brukere av senteret, fikk senteret ytterligere nytteverdi for bydelens eldre befolkning.

Senteret måtte foreta store nedskjæringer, og tilbud som tidligere var gratis ble borte. Eldre menn med innvandrerbakgrunn måtte deretter betale for mat og drikke på lik linje med alle brukere av seniorsenteret. Enkelte av mennene mener de burde få noen økonomiske fordeler fra seniorsenteret og

bruker som argument at senteret var i ferd med å bli lagt ned, dersom tilbudet til eldre menn med innvandrerbakgrunn ikke var kommet i stand. Denne gruppen med norsk-pakistanske menn bidro til å seniorsenteret fikk en ny funksjon og derved ikke ble lagt ned. Noen har foreslått tilskudd til aktiviteter og til matlaging, slik at de slipper å legge ut penger til blant annet feiring av Eid. Seniorsenteret har imidlertid ikke muligheter for å imøtekomme mennenes ønsker om økonomisk støtte. Det er i dag rundt 100 medlemmer som betaler medlemsavgift til foreningen. Dette går til te og kaffe. Dersom de arrangerer noe som krever penger utover dette, samles det inn penger fra mennene.

Et fast møtested

Målet for denne foreningen er å ha et fast sted å møtes i et trygt miljø med muligheter for sosiale og helseforebyggende aktiviteter. Mennene kommer fra hele byen til møtene på seniorsenteret. Enkelte har opptil en times reisetid. Med så lang reisetid kan de ikke bare stikke innom en stund. De blir der noen timer når de først kommer. Enkelte bor i nabolaget. Ijaz fikk for eksempel høre om senteret da han satt i parken på Grünerløkka en dag. Han kom i snakk med en annen mann med pakistansk bakgrunn som fortalte om seniorsenteret. Etter dette møtet for fire år siden har Ijaz kommet til senteret flere ganger i uken. Ijaz fikk hjerteproblemer for noen år siden. Han har tidligere hatt tungt arbeid, og dette er årsaken til at han fikk helseproblemer. Ijaz sier han får bedre helse av å komme til seniorsenteret. «Vi har et sted å sitte og prate sammen i 3–4 timer. Jeg får bedre helse av det. Jeg må ut av huset,» sier Ijaz.

Han og en annen mann hjelper andre menn i gruppa med data. De hjelper andre i gruppa med å betale regninger i nettbanken, og det sparer mennene mange penger på. Pakistanske aviser leser de også på nettet. Ijaz savner et fast møtested hvor de kan lage litt mat. De trenger et sted der de kan oppbevare mat som ingen forsyner seg av og et eget kjøleskap. Vanligvis spiser de hjemme om kvelden, men nå når de møtes i Arresten om kvelden har Ijaz og andre et ønske om å spise sammen der.

Ijaz ønsker seg også et sted på dagtid, der han kan stikke innom. Arresten er opptatt på dagtid. Da er det «norske» som er der. De bruker

datamaskinene og treningsapparatene. Han har vært i kafeteriaen enkelte ganger, men han kan ikke spise maten der. Men egentlig spiller det ingen rolle. Han spiser hjemme og har ikke behov for å kjøpe noe i kafeteriaen. Ijaz savner et sted å be. Dersom de hadde et eget rom på seniorsenteret, kunne de be der. De kunne sette av halve rommet til bønnested og legge bønneteppe der. Rituell vask er det mulig å gjøre på senteret. De kunne ta av seg på bena, som er nødvendig når en ber. På Grünerløkka eldresenter går alle med sko, og det er vanskelig å be der. Det er for trangt i gangen, og i Arresten er det også vanskelig. Det må avsettes et område av rommet til bønn, og det lar seg ikke gjøre i Arresten. Enkelte av mennene har også behov for å legge seg litt ned. De får vondt i ryggen av å sitte på harde stoler over lengre tid. Dersom Arresten hadde vært teppebelagt, kunne de legge seg ned og slappe av på gulvet. Lederen for foreningen derimot ser ikke dette som et problem. Han sier at mennene kommer rett fra moskeen til seniorsenteret, og de går igjen før neste bønn. Mange ber i moskeer i sentrum av Oslo, og da har de kort vei til Grünerløkka. Styreeren har også gitt tilgang til at de kan benytte trimmatta for å slappe av på gulvet dersom de ønsker det.

Et viktig fellesskap

Jeg sitter og snakker med Ijaz i en sofakrok i gangen inntil Arresten, og gjennom den åpne døren hører jeg hvor livlig praten går der inne. Rundt bordet sitter 15 menn og snakker sammen. Ijaz forteller at de diskuterer pakistansk politikk. De snakker om helse og sykdommer og om trening. De snakker om familiene sine og hvordan det går med dem, og om hvor viktig det er at barna deres tar utdanning.

En av de andre mennene, Naeem, mener også at det er godt å ha et sted å møte andre. Han blir syk av å sitte hjemme. Han må ut og prate med noen. Alle i gruppa har problemer og trenger å komme ut for å snakke sammen om problemene. Mange av mennene har helseproblemer, forteller Naeem.

Shabas gir også uttrykk for at mange av mennene har sykdom og problemer de gjerne vil diskutere med de andre mennene på seniorsenteret. Mennene hjelper hverandre. Mennene er arbeidsledige, uføretrygdet eller de er pensjonister. Mange av dem har plikter i familien på dagtid, derfor er det best å møtes om kvelden. De kan ha syke koner som trenger hjelp og

barnebarn som de passer. En mann forteller at han behøves hjemme på dagtid, fordi han har en funksjonshemmet voksen datter som bor hjemme og trenger mye hjelp for å klare seg. Det hender at mennene stikker innom kafeteriaen i seniorsenteret på dagtid og tar en kopp te eller kaffe. Men alle mennene ønsker å komme seg ut om kvelden, og det viktigste er å sitte sammen og prate. For de fleste er dette tilstrekkelig.

Lederen for foreningen understreker betydningen av å komme sammen for å snakke sammen. Men i samarbeid med mennene i foreningen arrangerer han også aktiviteter. Hver onsdag kommer en som underviser dem i fysisk trening. De lærer øvelser og de bruker treningsapparatene som står i Arresten. Dette er et populært tiltak, og da møter mange menn. De har arrangert turer til Sverige og Danmark, og dagsturer til Holmenkollen og Frognerseteren og båttur til Nesodden. De har vært i Drammen og tatt stolheisen, Spiralen, og en tur til Sarpsborg har de også tatt i fellesskap.

Alle er med på å bestemme hvor de skal reise og hva de skal gjøre. De har ikke fastlagt program på forhånd. Da kan det tenkes at folk ikke kommer, dersom de ikke liker aktivitetene. De avtaler fra gang til gang. Dersom mange melder seg til turer, bestiller de billetter på forhånd. Melder det seg over 30 deltakere, kan de leie buss. Lederen for foreningen skal arrangere to seminarer i januar. Han har bedt en lege som snakker urdu å komme for å snakke om diabetes og kreft. Mennene vil gjerne vite mer om kosthold og hva de bør spise når de har ulike sykdommer. Jeg inviterte med en lege som er utdannet i Pakistan til å snakke om enkelte sykdommer som mennene er opptatt av. Det møtte opp 12 menn som viste stor interesse og var åpne om sine egne problemer. De satte stor pris på at noen tok seg tid til å høre på dem og bry seg om deres problemer. Mennene etterspør informasjon om helse relaterte temaer som de mener vil bidra til at de tar bedre vare på helsen. På spørsmål om mennene benytter tilbud som seniorsenteret har på dagtid, nevner lederen at noen har hatt kontakt med sosionomen for å få hjelp med enkelte problemer.

Den tiden mennene møtte på dagtid i seniorsenteret ønsket de mer kontakt med norske eldre. Styreren opprettet da kontakt mellom Gubbelaget på senteret og mennene med pakistansk bakgrunn. Gubbelaget består av norske eldre menn som møtes en gang i uken på senteret. Styreren mente

dette kunne være noen felles interesser blant mennene, og kontakten ble også opprettholdt inntil mennene med pakistansk bakgrunn valgte å møtes om kveldene.

Rekrutteringen til denne gruppen for menn har foregått gjennom folks nettverk. Lederen forteller at han kjente omtrent 15 menn på Grünerløkka og 30 menn i Gamle Oslo som han kontaktet. De har så tatt med seg venner. Han har laget et informasjonsskriv som han har delt ut, og han har også brukt e-mail for å be folk komme til senteret. Når han treffer eldre, informerer han dem om senteret. Det er ikke bare menn med pakistansk bakgrunn som møter. Det pleier å komme en mann fra Kina, en fra Marokko, en fra Thailand og en fra Bangladesh. Da må mennene snakke norsk. Lederen understreker at foreningen er flerkulturell. Men for det meste er det menn med pakistansk bakgrunn som møter og prater sammen.

Gruppe for kvinner med tyrkisk bakgrunn

For en tid tilbake ble det forsøkt å etablere en tyrkisk gruppe. Det ble bevilget penger til fem møter for å etablere en gruppe. En kvinne med tyrkisk bakgrunn ble engasjert som leder for dette prosjektet. Bortsett fra enkelte eldre kvinner var deltakerne yngre kvinner. Eldre og yngre kvinner hadde imidlertid ulike interesser for å komme til senteret. Eldre ønsket et sted de kunne komme for å snakke sammen, mens de yngre kvinnene ønsket informasjon og undervisning om ulike temaer, først og fremst om helse.

Det viste seg vanskelig å rekruttere kvinner med tyrkisk bakgrunn. Prosjektlederen brukte nettverk i tyrkiske miljøer og ringte rundt. Det ble trykket opp informasjon på tyrkisk som ble hengt opp i «innvandrerbutikker» på Grønland og Grünerløkka. Da styreseniorer for seniorsenteret ba om å få henge opp informasjon i butikkene i nærmiljøet, fikk hun god tilbakemelding fra yngre butikkeiere som sa: «Dette trenger de.» Enkelte eldre butikkeiere ønsket ikke denne type informasjon hengende i butikkene sine. Informasjon ble imidlertid hengt opp i moskeer og tyrkiske organisasjoner. Informasjonen som ble gitt gjennom brosjyrer og lagt ut på legekontorer på Tøyen og Grünerløkka, syntes å være den beste måten å nå fram på. Folk tok med seg brosjyren hjem. Etter hvert kom det kvinner som også tok med seg mødre, søstre og venninner.

Det ble utarbeidet et program for aktiviteter i gruppa, og de fem første gangene møttes omtrent 15 kvinner på seniorsenteret. De fleste var under 40 år, enkelte var over 60 år. Det ble servert suppe i starten av prosjektet, men dette syntes de ikke var nødvendig. De var ikke interessert i matservering. Først og fremst var det informasjon om helse som de yngre kom for, og særlig kvinnehelse. Barneoppdragelse var også et tema de ønsket kunnskaper om. En pensjonert barnelege med tyrkisk bakgrunn holdt foredrag om ulike temaer som kvinnene fant interessante. Etter de fem første gangene sluttet kvinnene å komme til seniorsenteret. Styresen for senteret tror frafallet kom av at enkelte etter hvert fikk deltidsjobber. Dessuten var det ikke plass for å be i senteret. Kvinnene med tyrkisk bakgrunn er muslimer. En stund hadde senteret bederom i et lagerlokale. Dette rommet ble trengt som matlager, og kan derfor ikke benyttes som bederom lenger. Det er en tyrkisk moské på Grünerløkka, men kvinnene ønsket ikke be der. Prosjektlederen hadde planlagt et program med undervisning for fem ganger, men målet var å få kvinnene til å fortsette å komme etter denne introduksjonen. Seniorsenteret hadde penger til å engasjere den tyrkiske prosjektlederen for videre arbeid, men kvinnene sluttet altså å komme.

Kvinnene ga uttrykk for ulike ønsker for å komme til senteret. De yngre ønsket som nevnt informasjon om temaer de var opptatt av, mens eldre kvinner kom for å møte andre eldre kvinner med tyrkisk bakgrunn. De kunne da snakke om Tyrkia og livet i landet de kommer fra, og dette var ikke de yngre kvinnene interessert i. Eldre kvinner har også behov for informasjon, men når tiden er begrenset synes det viktig å prioritere at de får snakke sammen. Yngre kvinner har bedre muligheter for å få dekket sitt sosiale behov gjennom møter med andre i skoler og barnehager, arbeid og utdanning. Det er eldre mennesker som står i fare for å bli isolert i hjemmet, eller de passer barnebarn og får liten anledning til å snakke med voksne. Å møte andre med lik erfaringsbakgrunn synes viktig. Den tyrkiske gruppa ble oppløst, men eldre kvinner ga likevel uttrykk for at de hadde behov for å møte andre kvinner med tyrkisk bakgrunn.

Kvinnene med tyrkisk bakgrunn kom fra ulike steder i byen, og mange hadde lang vei til senteret. De hadde ikke månedskort og brukte klippekort, dette syntes de ble dyrt. Lang vei og dyr reise kan være en forklaring på at

kvinnene etter kort stund sluttet å komme til Grünerløkka seniorsenter. De eldre kvinnene kom sammen med sine døtre og svigerdøtre, og da disse sluttet å komme til seniorsenteret, kom heller ikke de eldre kvinnene. Dette kan tyde på at dersom møteplassene skal være tilpasset eldre kvinner, må de være lett tilgjengelige. De eldre tyrkiske kvinnene ville hatt bedre muligheter for å komme alene, dersom møteplassen hadde vært lokalisert i nærmiljøet.

Flerkulturell gruppe

Et forsøk ble gjort for å etablere en gruppe for både kvinner og menn med bakgrunn fra mange land. Denne gruppa ble også oppløst etter kort stund. Flere snakket dårlig norsk, og med ulike morsmål ble det vanskelig å snakke sammen. Det oppsto også gnisninger mellom enkelte av deltakeren med samme bakgrunn; to ble uvenner og ville ikke komme når den andre var der. Møtene ble holdt i «frisørrommet» som ikke er spesielt hyggelig som møtested. Dette forsøket var altså mislykket. Personlige konflikter i gruppa i tillegg til språkvansker var årsak til at den opphørte.

Møteplasser på Furuset og Stovner

Helse- og velferdsetaten i Oslo kommune har satt i gang tiltak på enkelte seniorsentre på østkanten av Oslo, der det bor mange eldre med innvandrerbakgrunn. I en statusrapport «Lokale møtesteder for eldre fra etniske minoriteter» (Oslo kommune 2007) blir etableringen av møtesteder på Furuset og Stovner beskrevet. Oslo kommune ønsker flere lokale møtesteder på blant annet seniorsentrene i bydelene. Møtestedene skal legge til rette for at eldre med innvandrerbakgrunn får kontakt med andre i nærmiljøet. Seniorsentrene vil kunne gi informasjon om helse og bidra til kontakt mellom norske eldre og eldre med innvandrerbakgrunn. Grünerløkka seniorsenter har blitt benyttet som modell for hvordan etablering av grupper kan tilrettelegges. De første møtestedene ble etablert på Stovner og Furuset.

Furuset seniorsenter

I 2006 etablerte Furuset seniorsenter et tilbud til eldre kvinner med innvandrerbakgrunn. I samtale med styrer og prosjektleder får jeg beskrevet hvordan

de har tilrettelagt for brukere med innvandrerbakgrunn på senteret. Tilbudet var tenkt å omfatte alle kvinner i bydelen over 50 år med ulik landbakgrunn. Oslo kommune bevilget prosjektmidler til en prosjektleder for 18 timer per uke. En kvinne med pakistansk bakgrunn ble ansatt som prosjektleder. Aktiviteter som er igangsatt er blant annet håndarbeid, sying, strikking og norskundervisning gjennom muntlig praktisering. To ganger i uken arrangeres det trim og stavgang.

Flertallet av kvinner som deltok i oppstart av prosjektet hadde pakistansk bakgrunn. Blant folk med innvandrerbakgrunn som bor på Furuset, har flertallet pakistansk bakgrunn. Når både prosjektleder og flertallet av kvinnene har pakistansk bakgrunn og snakker urdu/punjabi, kan dette være årsaken til at kvinner med annen bakgrunn etter hvert falt fra. I dag består gruppa av kun kvinner med pakistansk bakgrunn.

Seniorsenteret sørget for et eget rom til kvinnene. Prosjektleder og styrer samarbeidet med kvinnene for å finne frem til hvilke tilbud de hadde behov for. Kvinnene ønsket å sy, og det ble kjøpt inn et par symaskiner slik at de kan sy sine egne klær. Av andre ønsker er fysisk aktivitet og å lære norsk. Dette har senteret forsøkt å imøtekomme. Det er tilbud om stavgang en gang i uken på formiddagen, og flere av kvinnene med innvandrerbakgrunn deltar i dette. Ønske om å styrke sine norskkunnskaper har blitt løst ved at kvinnene med pakistansk bakgrunn sitter sammen med norske eldre i kafeteriaen en halv time hver torsdag og snakker med dem. Møtedagen for kvinnene er torsdag fra klokken 12.00 til 14.00.

I begynnelsen gikk kvinnene med innvandrerbakgrunn direkte til rommet som er forbeholdt denne gruppa. De var aldri i kafeteriaen. Men norske eldre stilte spørsmål om hvordan kvinner med innvandrerbakgrunn kunne bli integrert i seniorsenteret når de alltid satt for seg selv. Norske eldre lurte på hvordan de kunne bli kjent med dem. Derfor foreslo prosjektlederen at de satt en stund sammen med norske eldre, praktiserte norsk og ble bedre kjent med hverandre. Etter hvert har kvinnene med pakistansk bakgrunn blitt trygge i kafeteriaen, og kommer og setter seg sammen med norske eldre hver torsdag før de går for seg selv. Det er vanskelig for kvinnene å praktisere norsk, for «Hvor skal de praktisere det?» spør prosjektlederen. Hjemme snakker de bare punjabi/urdu, og de glemmer det de har lært på eventuelle kurs dersom

de ikke får praktisert det. Kvinnene med pakistansk bakgrunn ønsker også å lære å strikke på norsk måte. De vil gjerne strikke sokker. Dette skulle norske eldre kvinner lære dem. Men tiden på torsdager er for knapp til å rekke alt. To timer er altfor kort tid til å kunne gjennomføre ulike tiltak. Kvinnene har også behov for å sitte sammen og prate over en kopp kaffe eller te.

Hver torsdag får alle på seniorsenteret gratis frukt som betales av prosjektpengene. I startfasen av prosjektet fikk kun kvinnene med innvandrerbakgrunn frukt. Norske eldre reagerte negativt på dette, og senteret serverer nå frukt til alle brukere av senteret. Enkelte andre forskjeller er at kvinnene med pakistansk bakgrunn får gratis kaffe og te. De slipper også å betale 100 kroner i året til brukerkort. Dette er et kort som gir eldre rett til å bruke senteret og de tilbudene som senteret har. Norske eldre har ikke reagert negativt på dette, men styreren har likevel besluttet at fra 2009 må også eldre med innvandrerbakgrunn betale årsavgift for brukerkort.

Senteret har trim hver mandag til musikk, og her deltar enkelte kvinner med pakistansk bakgrunn. Andre tiltak der alle deltar sammen er på bydelsdagen. Senteret har denne dagen en «minoritetsprofil» med musikk, mat og opplesning av litteratur og lyrikk fra mange land. Kvinner med innvandrerbakgrunn har med seg matretter til seniorsenteret, og norske eldre får smake blant annet pakistansk mat. Prosjektlederen arrangerer turer for kvinnene, og en av turene ble lagt til Grønland i sentrum av Oslo. Her bor det mange med innvandrerbakgrunn, og dette preger matbutikker og andre butikker i dette området. Prosjektlederen arrangerte tur hit for både norske eldre og kvinnene med pakistansk bakgrunn. Her fikk norske eldre innføring i bruk av krydder som brukes i pakistansk/indisk matlaging, og alle kjøpte med seg krydder hjem.

Kvinnene med pakistansk bakgrunn er opptatt av helse og forebygging av sykdommer. De forsøker å redusere fett og sukker i kostholdet. Prosjektlederen har sørget for at en lege har kommet til senteret og undervist dem i kosthold. Styreren har fått penger fra bydelen til å arrangere et matlagingskurs. Alle på senteret får tilbud om å lære mer om belgfrukter og hvordan de kan brukes i matlaging.

Det tar tid å etablere grupper, og foreløpig er det en liten kjerne på 4–5 kvinner som kommer fast til senteret hver torsdag. Andre kommer til og fra.

Mange eldre med pakistansk bakgrunn tilbringer måneder eller lengre perioder i Pakistan på vinterstid. Gruppen er derfor ustabil, og det er usikkert hvor mange som til sammen bruker senteret. Senteret har bestemt at kvinnene skal komme uten barnebarn. Senteret skal være en møteplass der kvinnene har en stund for seg selv uten forpliktelser. Enkelte kvinner bor alene, mens andre bor i familier med barn og barnebarn. Uansett kan det bli lange dager alene hjemme. De har behov for å komme ut for å snakke med andre. Kvinnene gleder seg til torsdager. Enkelte har ytret ønske om å møtes to dager i uken. Men prosjektlederen har deltidsstilling og kan kun delta på seniorsenteret på torsdager.

Både styreren og prosjektlederen gir uttrykk for at de må gjøre mer for at flere i bydelen skal få kjennskap til tilbudet. Til høsten skal de derfor markedsføre seniorsenteret rundt omkring i bydelen. De har fått adresser fra Folkeregisteret til personer med innvandrerbakgrunn over 50 år i bydelen, og kommer til å sende invitasjon til «Åpen dag» i oktober.

Eldregruppe på Stovner

På Stovner på østsiden av Oslo er en også i gang med å etablere en gruppe for eldre kvinner med minoritetsbakgrunn. Her er kvinner med pakistansk bakgrunn målgruppen. På Stovner eldresenter er det ikke plass for grupper som har behov for tilbud tilrettelagt for eldre med innvandrerbakgrunn, ifølge koordinator for prosjektet. Men kvinnene kan benytte tjenester på eldresenteret som fotterapi og frisør og andre aktiviteter som eldresenteret arrangerer. Verken eldresenteret på Furuset eller Stovner har sosionom.

Koordinatoren har funnet et lokale i nærmiljøet som hun mener egner seg som møteplass for kvinnene. I begynnelsen hadde prosjektet ikke fast tilholdssted til rådighet, men før sommeren 2008 fant koordinatoren et egnet lokale. Foreløpig er det få kvinner som jevnlig møter opp, men når det arrangeres fest med matservering kommer det flere. På sommerfesten i år møtte 10–12 kvinner med pakistansk bakgrunn. Koordinatoren arrangerte matkurs, men ingen kvinner møtte opp. Det er 200 kvinner med pakistansk bakgrunn over 50 år som bor på Stovner, og omkring 40 kvinner har vært innom møteplassen siden den ble etablert. 50+ er grensen for deltakelse.

Koordinatoren har benyttet ulike fremgangsmåter for å nå frem til potensielle brukere og få dem til å komme til møteplassen. Hun har sendt ut invitasjon på urdu og norsk, annonsert i Utrop, en nettavis som omhandler innvandreremaer og som når mange. Hun har kontaktet prosjekter for familiegrupper i bydelen og helsestasjon for unge mødre. Koordinatoren velger å gå via yngre mennesker for å nå de eldre. Mange eldre med minoritetsbakgrunn snakker dårlig norsk, og en måte å nå frem med informasjon på er å gå via de yngre. Koordinatoren har ikke mulighet for å ringe rundt til eldre kvinner. Hun har norsk bakgrunn. Hun vil forsøke å finne en frivillig hjelper med pakistansk bakgrunn som kan bistå fremover.

Dette prosjektet er altså i startfasen, og få kvinner møter opp. Det vi kan lære av Grünerløkka-prosjektet er at kvinnene ikke nødvendigvis uteblir fordi de ikke har behov for å komme. Men det tar tid å få etablert en møteplass som synes så viktig for kvinnene at de føler de kan prioritere noen timer til seg selv. Det fordrer tålmodighet og ulike kilder for informasjon for å nå kvinner i nærmiljøet før møteplassen får et rykte som en viktig møteplass. Oppsøkende virksomhet eller annen måte å komme i kontakt med kvinnene direkte, er kanskje den beste måten å nå dem på. Grünerløkka-prosjektet viser at prosjektlederens oppsøkende virksomhet og telefonkontakt hver uke var nødvendig i oppstarten før kvinnene ble trygge nok til å komme uten å bli «invitert» hver uke.

Oppsummering

Mennene med pakistansk bakgrunn understreker betydningen av å kunne møtes for å prate. De har nå en møteplass som gir dem muligheter for å komme seg ut av hjemmet, møte likesinnede og diskutere alt fra helse til pakistansk politikk. De gir uttrykk for at de føler seg bedre både psykisk og fysisk etter å ha vært på seniorsenteret. Enkelte savner en møteplass på dagtid som er tilrettelagt for dem, der de kan be og hvile seg om nødvendig. Men flertallet ønsker å møtes på kveldene. Å spise sammen er viktig både for menn og kvinner, og muligheter for å lage mat er noe mennene ønsker seg. De har tilgang til komfyr og kjøleskap, men kunne ønske seg et eget sted for oppbevaring av mat. Seniorsenteret definerer foreningen som leietakere, og mennene kan ikke komme med ønsker om endringer i lokalet som koster penger for seniorsenteret.

Mennene gir også uttrykk for at de har behov for informasjon og veiledning om helserelaterte problemer. Mange i gruppa har diabetes og hjertesykdommer, og vil gjerne at en lege underviser dem om hvordan de skal forholde seg til sine sykdommer. Seniorsenteret arrangerer undervisning for kvinnene på torsdagsmøter. Dersom mennene benyttet senteret på dagtid ville de få rettigheter som andre eldre brukere på senteret. Styreren har forsøkt å opprette kontakt mellom norske eldre menn og menn med pakistansk bakgrunn. Men mennene valgte altså å møtes på kveldstid. Enkelte aktiviteter arrangerer de nå selv og synes å være fornøyd med dette.

Ønske om mer kontakt mellom norske eldre og eldre med innvandrerbakgrunn kommer til uttrykk blant brukere. Dette har Furuset eldresenter forsøkt å imøtekomme ved at eldre norske møter eldre med innvandrerbakgrunn en halv times tid i kafeteriaen slik at de får anledning til å praktisere norsk. Dette fungerer som et godt tiltak, også fordi norske eldre på dette senteret gjerne vil ha kontakt med kvinnene med innvandrebakgrunn.

Dette viser at inkludering eller integrering må organiseres fra senterets side. Det er ikke nødvendigvis slik at folk ikke vil ha kontakt med hverandre, men det må legges til rette for at de kan delta sammen i hvert fall i enkelte aktiviteter. Dette kan være foredrag, håndarbeid, turer, praktisering av norsk eller fysisk trening. «Å gjøre noe sammen» kan være et godt utgangspunkt for å etablere et fellesskap, der begge grupper *interesser* og *nytte* blir lagt til grunn for å skape motivasjon for deltakelse. Dette gir også muligheter for samtaler uten at det oppleves som et press å skulle snakke norsk, som ikke alle behersker like godt. Først og fremst foretrekker eldre å samtale med sine «likesinnede» i atskilte grupper eller fellesskap. Dette kommer til uttrykk både blant etnisk norske eldre og eldre med innvandrerbakgrunn.

5 Innvandreroorganisasjoner som møteplass

Eldresentrene har mulighet for å kunne bli viktige møteplasser for både eldre menn og kvinner med innvandrerbakgrunn, noe ovennevnte beskrivelse av eldresentre er eksempel på. Men også innvandreroorganisasjoner er møteplasser. Noen er flerkulturelle og landsomfattende, noen er lokale og forbeholdt folk med samme etniske og språklige bakgrunn, og mange er kjønnssegrerte. Mange er politiske, og andre er etablert med den hensikt å opprettholde tradisjoner og ritualer i ulike etniske grupper. Enkelte av kvinneorganisasjonene er først og fremst møtesteder for sosialt samvær, og i tillegg kommer at de har undervisning og diskusjoner om ulike temaer.

Kvinneforening i Asker

Som et eksempel på et slikt tilbud skal vi se nærmere på en kulturell forening for kvinner med pakistansk bakgrunn i et lokalsamfunn utenfor Oslo. Jeg har tidligere snakket med deltakere i foreningen og deltatt på Eid-feiring. I senere tid har jeg intervjuet lederen for foreningen om utviklingen i foreningen og hva hun mener er viktig for å motivere kvinnene til å møtes.

Foreningen bidrar til å få kvinner og barn ut av hjemmet, både gamle og unge kvinner møter. Familiene kjenner hverandre fra nærmiljøet. Det er rundt 75–80 personer som betaler medlemsavgift. Organisasjonen ble startet opp på slutten av 1980-tallet. Det var i noen år liten aktivitet, men etter at kvinneorganisasjonen fikk ny leder for seks år siden, har det vært godt oppmøte. Organisasjonene er definert som en kulturorganisasjon for kvinner, og en målsetting er å opprettholde et fellesskap der folks pakistanske bakgrunn får komme til uttrykk. Særlig skal barn lære pakistansk kultur av den eldre generasjonen. De feirer 14. august (pakistansk nasjonaldag), og barna lærer å synge pakistanske sanger. Barna blir også inkludert gjennom å spille teater, og de får gaver ved høytider.

Kvinneforeningen har programmer og faste møtetider, og bidrar med kunnskaper og informasjon som medlemmene mener er relevante. Det arrangeres møter der fagfolk holder foredrag om blant annet helse- og sosialrelaterte temaer. De arrangerer fester for å feire Eid og 17. mai, pakistansk nasjonaldag og 8. mars. I tillegg til det sosiale samværet, bidrar kvinneforeningen med nyttig informasjon på mange ulike felt. På møtene tar de opp samfunnstemaer som barneoppdragelse, skole, eldreomsorg, spørsmål omkring inkludering i det norske samfunnet, helsetemaer, matlaging og ernæring, og norskundervisning. Dette er altså grupper som gir gode muligheter for informasjon og diskusjoner om blant annet helsespørsmål og helse- og sosialtjenester, og kan være nyttig for forebyggende helsearbeid blant kvinner. På festene tar kvinner med seg barn og barnebarn. Eldre kvinner vil helst ikke ha småbarn tilstede, men det er bestemt at alle skal kunne komme på festene.

Kvinnene kommer sammen noen ganger i året for feiringer og foredrag. Lederen for kvinneforeningen sier at det som er viktig for kvinnene er det sosiale samværet, spise god mat og kose seg. For at kvinnene skal komme sammen, må det arrangeres fest med mat i tillegg til eventuelle foredrag om helse- og samfunnstemaer. Kvinnene ønsker et sosialt liv i tillegg til familien, noe mange av dem mangler. De har store familier og liten plass. De kan ikke invitere for mange hjem til seg, derfor ønsker de et sted å møtes. «Eldre mennesker vil først og fremst møtes til fest og sosiale sammenkomster. De vil ikke snakke om problemer, det har de nok av hjemme. De vil ut av hjemmet for å glemme problemer for en stund,» sier lederen.

Ifølge lederen for foreningen gir ikke kommunen penger til fester og feiringer med matservering. Det kommunen gir penger til er møter der en tar opp problemorienterte temaer som kommunen mener kvinnene kan lære noe av eller bidra til holdningsendringer blant kvinnene. Organisasjonen har søkt penger til seminarer om blant annet tvangsekteskap og søppelsortering, og dette har kommunen bevilget penger til. Et problem for styret for kvinneforeningen er at kvinnene ikke møter opp når temaet er tvangsekteskap. Dette er et dilemma for lederen. Kvinnene har behov for et sosialt møtested uten å måtte konfronteres med vanskelige problemstillinger.

Et seminar om angst og depresjon ble imidlertid godt mottatt. Da kom det rundt 45 kvinner. Diabetes var også et tema som tiltrakk ganske mange kvinner. Foreningen har arrangert undervisning i hudpleie og seminar om barns skolegang, med etterfølgende fest. Lederen sier: «Mat er viktig i alle sammenhenger, det er koselig med mat. Det binder folk sammen. Det kan ikke arrangeres sosiale sammenkomster uten mat, og kvinnene kommer ikke uten at det blir servert mat.» Hun forteller at det er en forpliktelse i pakistanske familier å servere mat når de får besøk. «Ingenting går uten mat,» sier lederen. Kommunen bidrar som nevnt ikke med penger til mat. Dette til tross for at kvinnene får et «pusterom» sammen, noe som kan ha betydning for kvinnenes helse. Løsningen har blitt at kvinnene tar med mat til møtene, og arrangerer feiringer av høytider som de selv betaler.

Livet til norsk-pakistanske kvinner dreier seg mye om ansvaret for jobb, mat og familie. Det kan være vanskelig å få de eldre kvinnene ut av huset. Lederen mener de eldre burde hatt en egen gruppe, og et sted å møtes hvor de ikke betaler for mye. Hun uttrykker også at det ville vært fint å ha et lokale der kvinneforeningen kunne ha fast møtetid en gang i måneden. I dag leier de et lokale i nærmiljøet for arrangementene sine. Kvinneforeningen vil kunne være et møtested for unge kvinner som i dag kommer til Norge fra Pakistan for å gifte seg med norsk-pakistanske menn. De vil da få hjelp til å etablere egne nettverk, og bli mindre avhengige av svigerfamilien og ektemannen for å bo i Norge.

Kvinneforeningen har møte 4–5 ganger i året. Det kommer omkring 20 kvinner på møtene. Familiene som kommer kjenner hverandre fra nærmiljøet. Det er det sosiale livet i foreningen som er viktig for kvinnene. En utfordring lederen nevner er hvordan en kan nå de som aldri kommer seg ut. Eldre som deltar i organisasjonen har ofte mye å foreta seg i dagliglivet. Ofte kommer de fra hjemmemiljøer som er åpne og moderne, og kvinnene har større frihet. Det er vanskeligere å nå frem til dem som trenger det mest.

Kvinneforening i Oslo

Overseas Pakistani Women Network er en organisasjon med medlemmer mellom 16 og 60 år. Målet for denne organisasjonen er å sette i gang prosjekter som de finner nyttige for kvinner. I et intervju med lederen for

organisasjonen gir hun uttrykk for at det er svært viktig å få kvinner til å møtes utenfor hjemmet. Særlig vektlegges fysisk aktivitet. Organisasjonen har nå fått penger til å svømmeundervisning. Lederen mener eldre må lære seg data slik at de ikke blir avhengige av sine barn for å bruke data, og dette har organisasjonen også nå fått penger til. Tidligere har organisasjonen gjennomført prosjekter for ungdom, et danseprosjekt og et prosjekt for yoga. Mange av kvinnene har diabetes, og fysisk aktivitet er helsefremmende for kvinnene. Lederen for organisasjonen er selv en eldre kvinne. «Hvis jeg skulle sitte i hjemme i huset, ville jeg blitt gal,» sier hun. Hun forteller at mange eldre sitter hjemme og er mye alene, selv om de bor i storfamilier. «Barna har ikke tid til foreldrene. De trener, jobber, tar utdanning og treffer venner. De gamle beveger seg lite. Det er få som går tur. Det ville også være fint om flere fikk anledning til å reise slik de gjør på Grünerløkka, med båt, buss. Grünerløkka seniorsenter er bra,» sier lederen. Hun nevner også et tiltak som en kvinneorganisasjon på Furuset arrangerte. Kvinner og barn i alderen 2 til 60 år dro på tre dagers hyttetur til Valdres. Dette var et svært vellykket tiltak.

Lederen har et ønske om å arrangere et verksted der eldre kan lære bort håndverkstradisjoner til yngre. Inntil nylig har organisasjonen ikke hatt faste lokaler, men nå har de fått lokaler på Grønland i sentrum av Oslo. Dette gjør at de nå kan gjøre organisasjonen til et fast møtested, og ikke kun sette i gang kortsiktige prosjekter. Styret for organisasjonen vil forsøke å engasjere frivillige som kan bidra til etablering av møtested for eldre i lokalene på Grønland. Lederen gir uttrykk for at eldre mennesker ikke orker å invitere familier eller mange mennesker hjem til seg. De må alltid servere mat til dem som kommer på besøk, og dette tar tid og krefter. Derfor er det enklere å møtes utenfor hjemmet. Lederen fremhever derfor at det særlig er behov for møtesteder i eldres nærmiljøer. De ønsker ikke å reise så langt. En av de eldre kvinnene i nabolaget reiser omkring en time med buss og trikk til Grünerløkka seniorsenter for å møte andre kvinner hun kan snakke med. Et møtested nær der hun bor ville nok vært et bedre alternativ til en times reise for å delta to timer sammen med andre. Dette viser igjen hvor viktig møtesteder er for kvinner med innvandrerbakgrunn.

Jeg har også erfart at kvinneforeninger kan være en nyttig plattform for videre deltakelse i majoritetssamfunnet. Blant yngre kvinner jeg har

intervjuet har jeg eksempler på at lederstillinger i kvinneorganisasjoner, demokratiske valg av styrer, å tilrettelegge programmer og arrangere fester, gir kunnskaper og erfaringer som er nyttige både for kvinners muligheter for å velge utdanning og deltakelse i arbeidslivet. Det er overførbare kunnskaper som kvinner kan dra nytte av.

Oppsummering

For eldre som har dårlige norskkunnskaper og tilbringer mest tid i hjemmet og familien, representerer kvinneforeninger kanskje først og fremst et sosialt møtested. De har samme nytte som en «syklubb», som en av de unge kvinnene i en kvinneforening uttrykker det. Kvinneforeningene jeg har hatt kontakt med, har deltakere med samme kulturelle og språklige bakgrunn. Dette skaper tilhørighet i pakistansk felleskap og bekrefter kvinners identitet som pakistanske. Gruppesamværet er gjenkjennelig og trygt for eldre kvinner med pakistansk bakgrunn. Det synes å være å viktig å kunne spise sammen. I alle sammenhenger der jeg har vært sammen med kvinner og menn med pakistansk bakgrunn, er det matserving. Når kvinnene samles i moskeen for å be, tar de også med seg mat som de sitter sammen og spiser mellom bønnetidene.

Eldresentre har andre tilbud som er viktige for eldre kvinner med innvandrerbakgrunn enn de kulturelle foreningene, og eldresentrene er i prinsippet åpne for alle. Åpningstidene og faste lokaliteter gir derfor en annen tilgjengelighet enn kulturelle foreninger, selv når «møteplassene» har faste møtetider for kvinner og menn med innvandrerbakgrunn. Eldresentrene representerer også et skritt videre i integreringsprosessen ved at kvinner og menn med innvandrerbakgrunn deltar i et offentlig tilbud. Gruppene er etnisk segregerte, men personalet på eldresentrene forsøker å imøtekomme behov som ulike grupper av brukere av sentrene har, når de tilrettelegger for aktiviteter og tjenester. De kulturelle foreningene har ikke tilsvarende tilbud og tjenester som eldresentrene har. Derfor kan de fungere som et komplementært tilbud og ikke som en erstatning for møteplasser på eldresentrene. Møtene finner sted sjelden, de kulturelle foreningen er ikke et sted folk kan stikke innom etter behov.

Forebyggende helsearbeid er ikke et eksplisitt mål i seg selv for organisasjonene slik det er for eldresentrene, men sosialt samvær og informasjon vil kunne virke inn på folks helse. Det er vanskelig å påvise klare sammenhenger mellom sosial kontakt, samfunnskunnskap og religiøse og kulturelle feiringer og hvordan dette bidrar til bedre helse. Men vi må kunne anta at også disse møtestedene har innvirkning på folks trivsel og trygghet, og dermed også kan virke forebyggende ikke minst når det gjelder å motvirke isolasjon og passivitet. Dette kommer også til uttrykk blant kvinner og menn som deltar i organisasjoner. De mindre og lokale organisasjonene vil kunne være et godt tilbud til eldre kvinner og menn, forutsatt at tilbudet legges til rette for ulike gruppers behov og forventninger til deltakelse.

6 Etablering av møteplasser

I dette kapitlet sammenfattes noen av de erfaringene som er gjort i etablering av gode møteplasser for eldre kvinner og menn med innvandrerbakgrunn. Spørsmål er hvordan møteplasser kan organiseres for å skape fellesskap og tilhørighet for kvinner og menn med innvandrerbakgrunn. Kan innvandrerorganisasjoner og eldresentre være gode møteplasser for eldre? Hvilke tilpasninger må til for at eldresentrene skal være nyttige for alle brukere uansett bakgrunn? Hvordan kan eldresentrene tilrettelegge for felles aktiviteter for de ulike grupper av brukere?

Inkluderings- og mangfoldsdepartementet har utarbeidet «En guide om etablering og utvikling av lokale møteplasser mellom innvandrerbefolkningen og myndigheter», der målet er «et inkluderende samfunn som sikrer alle like muligheter til deltakelse. Dialog og samhandling mellom myndigheter og innbyggere er en forutsetning for å utvikle et godt og inkluderende lokalsamfunn, og et tjenesteapparat som møter befolkningens behov.» Jeg har tatt for meg to ulike utforminger for møteplasser – *eldresentre* og *kulturelle foreninger*. De oppfyller nok ikke målet som Inkluderings- og mangfoldsdepartementet her skisserer, men representerer gode tilbud i lokalsamfunn. Gjennom eldresentrene kommer eldre med innvandrerbakgrunn i kontakt med offentlige tjenester. I kulturelle foreninger opplever eldre kontinuitet og tilhørighet gjennom felles språk, religion og kulturell bakgrunn. Dette skaper gjenkjennelighet som igjen gir trygghet.

For eldre kvinner synes det ikke først og fremst å være deltakelse og engasjement i samfunnet som er motivasjonen for å delta i grupper på eldresenteret og i innvandrerorganisasjoner. Det er fellesskapet mellom kvinner som er vesentlig. Det motvirker passivitet og isolering, og bidrar til opplevelse av bedre trivsel. Særlig gjelder dette for kvinner som har hatt sitt arbeid i hjemmet og familien. Men, som denne undersøkelsen viser, er det like viktig for menn å komme ut av hjemmet for å treffe likesinnede, det vil si andre menn med pakistansk bakgrunn på deres egen alder. Dette synes å være utgangspunkt for fellesskap og tilhørighet i grupper både for menn og kvinner.

Styrer og gruppeleder arrangerer som nevnt aktiviteter og informasjon med utgangspunkt i hva kvinnene selv ønsker, og hva de kan ha nytte av som kunnskaper om sykdommer og helseproblemer de måtte ha. Blant annet har flere av kvinnene diabetes, og informasjon om kosthold og ernæring tilpasset kvinnenes matvaner blir derfor vektlagt. Erfaringer fra Sverige understreker også nødvendigheten av å ta utgangspunkt i kvinnenes kulturelle bakgrunn når aktiviteter og sosialt samvær skal tilrettelegges. En svensk forsker, Azita Emami (2000), har gjort en undersøkelse på et eldre senter for iranske innvandrere i Sverige. Hun har studert eldre iraneres erfaringer med å delta i eldresenterets aktiviteter, som svenskundervisning, persiske måltider, bingo, fysisk trening, spaserturer, høytlesing av lyrikk, brodering for Røde Kors, musikk og dans og kulturelle aktiviteter som eldre selv arrangerer. Forfatterne (Emami, Torres, Lipson og Ekman 2000) av artikkelen om dette iranske eldresenteret skriver at selv om det ikke var spesielt tilrettelagt for å bedre helsetilstanden for eldre iranere, var bedre helse en målsetting med mange av aktivitetene. Undersøkelsen ved eldresenteret viser at eldre iraneres deltakelse på senteret har positiv påvirkning både for velvære og helse. Opplevelse av stress og ensomhet ble redusert. Forfatterne understreker at helseprogrammer må være i samsvar med eldre innvandreres virkelighetsoppfatning og mønstre for sosial interaksjon (ibid.).

Prosjektlederen ved Grunerløkka seniorsenter har vært en viktig person for å gjøre kvinnene mer selvstendige og trygge på at de nå kan overta mye av ansvaret for aktiviteter og arrangementer på egen hånd. Prosjektlederen og også senterlederen og sosionomen er viktige kontaktpersoner for kvinnene. De har på ulike måter bidratt til at kvinnene tar initiativ og har større bevegelsesfrihet, noe turene til Sverige og Danmark er eksempler på.

Både seniorsentrene og innvandrersorganisasjoner blir oppfattet som viktige for sosialt samvær av brukere/medlemmer og andre som er involvert i drift og organisering av disse møteplassene. Men de har noe forskjellig utgangspunkt og dekker ulike behov. Eldresentrene er del av majoritets-samfunnet og et offentlig tilbud. Innvandrersorganisasjoner er ofte etnisk segregerte, og den omsorg som utøves blant medlemmene er uformell. Fellesskapene og organiseringen av møteplassene er utformet på ulike måter på disse møteplassene, men med noen likheter. I eldresentrene er gruppene

av menn og kvinner med innvandrerbakgrunn også etnisk segregerte i den forstand at de har etablert egne grupper med utgangspunkt i kulturell og språklig bakgrunn. Men de er likevel inkludert i eldresentrene gjennom tilgang til tilbud og tjenester som eldresentrene har. Innvandrerorganisasjoner eller kulturelle foreninger, som jeg har omtalt dem her, har ofte økonomisk støtte fra det offentlige. Det gis penger til prosjekter og noe til driftsutgifter. Gjennom bruk av penger til seminarer og regnskap til kommunene er de del av offentlige tilbud, men understøtter likevel i større grad etnisk segregering enn det tilbud i seniorsenteret gjør.

Begge former for møteplasser – eldresentre og kulturelle foreninger – er viktige på hver sine måter. Kulturelle foreninger bekrefter kvinner og menns tilhørighet i et etnisk fellesskap, der felles bakgrunn er viktig referanse. På eldresentrene får også kvinner og menn bekreftet sin tilhørighet i egne etniske grupper, men samtidig inngår de i majoritetssamfunnet ved at de kan benytte tilbud som sentrene har. Begge møteplassene kan motvirke isolasjon og bidra med sosialt fellesskap, som i seg selv har viktige effekter for trivsel, sosial kontakt og helse. Eldresentrene har tilbud og tjenester som ytterligere kan hjelpe eldre kvinner og menn med å forebygge helseproblemer, blant annet gjennom personalets kompetanse. På Grünerløkka seniorsenter er gruppelederen, som er sykepleier, og sosionomen, gode bidragsyttere i det helsefremmende arbeidet på senteret. I tillegg får kvinnene hjelp til selv å finne frem i byråkratiet og kontakte offentlige kontorer.

Sammen eller hver for seg...

Det har gått ti år siden oppstart av prosjektet for pakistanske/indiske kvinner på Grünerløkka eldresenter. Misnøyen med at kafeteriaen fikk «nye brukere» ble etter hvert borte. Problemet ble løst ved at de pakistanske/indiske kvinnene flyttet inn i et annet rom. Det er nå flere år siden de flyttet inn i det rommet som kalles Arresten, og de norske eldre fikk kafeteriaen for seg selv. Det har altså endt med at norske eldre og pakistanske/indiske kvinner har atskilte liv på eldresenteret, noe som synes å være den beste løsningen for begge parter. Intensjonen i oppstarten av prosjektet var å utvikle et fellesskap mellom norske eldre og pakistanske/indiske eldre, men det har endt med segregering. Både eldre norske og pakistanske/indiske kvinner sier de trives

hver for seg, men gir også uttrykk for at «de andre» ikke vil være sammen med dem. Flere fra begge gruppene eldre uttaler imidlertid at de ønsker å se mer til hverandre.

Et spørsmål er hvordan eldrecentre som disponerer kun ett fellesrom kan organiseres for å inkludere eldre med innvandrerbakgrunn. Dette er noe eldrecentrene rundt om i landet må finne en løsning på og som må tilpasses lokale miljøer og behov. På Grünerløkka og Furuset har kvinner med innvandrerbakgrunn blitt brukere av sentrene ved at et lokale blir reservert noen timer i uka. På Stovner har de valgt et lokale utenfor seniorsenteret for en gruppe med kvinner med pakistansk bakgrunn. Dette utelukker muligheten for å inkludere eldre med innvandrerbakgrunn i seniorsenteret med de fordeler det innebærer av tilbud og tjenester. Riktignok har de tilgang til enkelte tilbud, men terskelen kan oppleves høyere når de ikke får sin «jevnlige gang» i eldrecenteret.

Hilde Lidén (2001) skriver om integrering og marginalisering i en artikkel: «Innvandrerorganisasjoner – integrering eller marginalisering?» Hun stiller spørsmål om lag og foreninger blir møtesteder og sosiale nettverk som begrenser minoritetenes deltakelse på andre samfunnsarenaer, eller innebærer de en strategi *mot* isolering ved at de danner offentlige fellesskap som øker deltakelse og engasjement i samfunnet. Hennes konklusjon er at et spørsmål om integrering må omfatte «*hvem* integrering vurderes ut fra og med referanse til *hva*» (ibid.:169). For eldre med innvandrerbakgrunn kan innvandrerorganisasjoner representere et skritt ut i samfunnet, selv om de kun møter andre med lik kulturell, språklig og religiøs bakgrunn som dem selv. «Opplysningsvirksomhet» om majoritetssamfunnet og feiring av både norske og utenlandske merkedager, bidrar til en form for integrering. Innvandrerorganisasjoner kan omfatte både integrering og segregering, og det motvirker marginalisering ved at kvinner og menn deltar på arenaer utenfor familien. De fleste eldre som benytter slike «møteplasser» er utenfor arbeidslivet. Mange av kvinnene har aldri arbeidet utenfor hjemmet. Målet for mange eldre er derfor ikke å bli integrert og delta på majoritetens mange arenaer. Det er viktig, som Lidén påpeker, at utgangspunktet for integrering må være hvem som skal integreres til hva, og i dette tilfelle er det eldre med innvandrerbakgrunn som har behov for et fellesskap utenfor hjemmet og familien.

De mange innvandrersorganisasjoner i Norge har et potensial for å kunne rette blikket mot eldre med innvandrerbakgrunn og etablere møtesteder for dem. Selv om det i mange etniske grupper er tradisjon for at alle generasjoner deltar sammen på «møteplasser», har jeg hørt eldre si at de har erfaringer som de gjerne vil dele med jevnaldrende. Mange av de eldre med pakistansk bakgrunn i Norge kommer fra samme steder i Pakistan og har erfart lik oppvekst. Yngre mennesker har sterkere tilknytning til det norske samfunn. Interessegellesskapet mellom unge og eldre kan være ulikt; de tilhører ulike kulturelle fellesskap og sosialiseringshistoriene er forskjellige (Rudie 2001). Dette er også et argument for at eldre med innvandrerbakgrunn har behov for egne møteplasser, men med muligheter for fleksible løsninger som Grünerløkka eldresenter er et eksempel på.

Eldresentrene representerer i større grad enn innvandrersorganisasjoner et tiltak i retning av å inkludere eldre med innvandrerbakgrunn i majoritets-samfunnet. Dette forutsetter, som beskrevet i denne rapporten, enkelte særtiltak.

Like behov for samvær

Er det slik at forskjeller må underkommuniseres og likhet understrekes for at folk skal kunne delta sammen, slik Marianne Gullestad (1992) skriver om? Hun ser dette som et trekk ved samhandlingen blant nordmenn. Dette utelukker andre fra fellesskap som ikke passer inn. På eldresentrene har vi sett at både eldre norske og eldre med innvandrerbakgrunn ønsker å komme sammen med sine likesinnede, i denne sammenhengen de med lik kulturell og språklig bakgrunn som dem selv. Dette er derfor ikke et særegent norsk kulturelt trekk ved samhandlingen på seniorsenteret.

På Grünerløkka seniorsenter tilbringer folk med innvandrerbakgrunn og norsk bakgrunn tiden hver for seg. De har egne rom og ingen felles aktiviteter. Utviklingen på Grünerløkka eldresenter har gått fra noen felles aktiviteter, bruk av samme rom (kafeteriaen) og enkelte felles turer, til ingen felles aktiviteter og turer og opphold i atskilte rom.

Styreren ønsker seg et lokale hvor alle rommene er samlet. De spontane møtene i gangen og inngangsdøra betyr ofte en liten prat som bidrar til kontakt mellom alle brukere av senteret. I startfasen var dette mulig, fordi

alle gikk inn samme inngang til kafeteriaen og hang fra seg klærne sine i samme garderobe. I dag, når kvinnene med pakistansk/indisk bakgrunn går inn en annen inngang, er denne muligheten borte (Arresten har en annen inngang enn kafeteriaen), men til gjengjeld har de mulighet for å slå av en prat med personalet. De må passere kontorene til de ansatte, og setter seg ofte ned for å prate litt med dem.

Alle de «små» møtene bidrar til tilhørighet, og viser at kvinnene etter hvert føler seg så trygge i senteret at de tar kontakt. Styreren for senteret opplever at dette er en utvikling som har skjedd over tid. Dette viser hvordan rommenes beliggenhet i forhold til hverandre og husets konstruksjon bidrar til å skape kontakt med noen og utelukke andre. De pakistanske/indiske kvinnene har fått bedre kontakt med personalet, men mindre kontakt med de norske eldre brukerne av senteret. Men tildeling av eget lokale er nok også en konsekvens av at kvinnene ble for dominerende i kafeteriaen. Etnisk norske eldre ønsket at regler og normer for atferd i kafeteriaen ble overholdt. Da de indisk/pakistanske kvinnene gjorde sitt inntog, ble det en del endringer i kafeteriaen som mer lyd, omorganisering av møbler, fremmed språk og egen mat. Dette skapte uro og kanskje også utrygghet i et tradisjonelt eldresenter med en etablert brukergruppe bestående av kun etnisk norske eldre.

Mennene har blitt usynlige gjennom å ikke delta på dagtid i seniorsenteret. Dette er ifølge dem selv en praktisk løsning. Det passer bedre å møtes om kvelden. Men enkelte ønsker å komme også på dagtid. En kunne tenke seg at mennene får et lignende tilbud tilsvarende det indisk/pakistanske kvinner har i Arresten. Det ville også gi dem bedre mulighet for å holde kontakt med personalet og bli informert om tilbud og aktiviteter som de kan benytte. Som nevnt møttes mennene på dagtid tidligere, og enkelte av mennene gir uttrykk for at dette er et ønsket tilbud i tillegg til møtene på kvelden.

Ønske om atskilte rom for ulike grupper kan vanskeliggjøre tilgang til bruk av eldresentrene rundt om i landet. Ikke alle eldresentre har flere oppholdsrom. På Furuset seniorsenter kommer kvinner med innvandrerbakgrunn hver torsdag, og foreløpig har kvinnene et eget rom. Det er ikke plass til mange kvinner i dette rommet, og dersom mange ønsker å komme,

blir det plassmangel. På Stovner har en som nevnt funnet frem til et lokale utenfor seniorsenteret. Foreløpig møter det få kvinner. Ved å etablere en møteplass utenfor seniorsenteret, går kvinnene glipp av tilhørighet til et sosialt tilbud i nærmiljøet, de benytter i mindre grad offentlige tilbud som eldresentret har, og de blir også usynliggjort i forhold til etnisk norske brukere av sentrene. En måte å løse dette på er at eldresentrene rundt om i landet avsetter faste tider i sentrene til brukere med innvandrerbakgrunn, og organiserer møter mellom etnisk norske brukere og eldre med innvandrerbakgrunn. Etnisk norske brukere må da akseptere å gi fra seg tid i eldresentrene til andre grupper, dersom det ikke er mulig å skape et samordnet fellesskap for alle i eldresentrene.

Ulike møteplasser – ulike behov

Både eldresentrene og innvandrersorganisasjonene representerer viktige arenaer for sosialt samvær og informasjon. Kvinneforeninger kan være et godt møtested for eldre med innvandrerbakgrunn, men de er mindre åpne i den forstand at de ikke har en møteplass der eldre kan komme og gå når de måtte ønske det. Begge kvinneforeningene jeg har beskrevet har et ønske om faste lokaler. Lederne for foreningene nevner spesielt at det betyr mye for eldre å kunne møtes utenfor hjemmet i nærmiljøet.

På den annen side fungerer heller ikke Grünerløkka seniorsenter som et møtested der kvinner med innvandrerbakgrunn kan stikke innom. I prinsippet vil det være mulig for de pakistanske/indiske kvinnene å benytte Grünerløkka seniorsenter når de ønsker, men i praksis fungerer ikke eldresentret som en «åpen» møteplass for dem. Uttalelser fra norske eldre tilsier at det heller ikke vil bli særlig godt mottatt om kafeteriaen ble et vanlig møtested for eldre med innvandrerbakgrunn. Dette tyder på at den holdningsendringen som prosjektleder og styrer var opptatt av i begynnelsen av Grünerløkka-prosjektet, ikke har hatt særlig innvirkning for gjensidighet og fellesskap i eldresentret. Det er hver torsdag fra klokken 12.00 til 14.00 som er «møteplassen».

Flere av de pakistanske/indiske kvinnene sier imidlertid at dette er tilstrekkelig. De har for mye å gjøre i familiene sine til å kunne sette av mer tid. Men enkelte av kvinnene gir uttrykk for at de ønsker mer kontakt

utenfor hjemmet. De har mye tid til rådighet i løpet av dagen og går ikke på besøk til hverandres hjem. Enkelte bor uten familie, de er skilt og har voksne barn. Tidligere har jeg erfart at kvinner møtes og spiser hos hverandre om formiddagen. Det kan virke som om dette er mindre vanlig enn før. Kvinnene tar også i mindre grad med seg mat til seniorsenteret. Siste gang de feiret Eid bestilte de som nevnt mat fra catering. Tid og penger blir brukt på andre måter enn tidligere.

Mennene med pakistansk bakgrunn har funnet frem til tilsvarende løsning på bruk av seniorsenteret som kvinner med pakistansk/indisk bakgrunn. De oppholder seg, som nevnt, atskilt både fra kvinner med samme bakgrunn som dem selv og fra etnisk norske eldre.

En konklusjon som kan trekkes er at også menn har behov for møteplasser, og de oppgir tilsvarende begrunnelser for behovet for møteplasser som kvinner gjør. Å gå på kafeer er ikke et alternativ, og moskeen går de helst til på fredager. Dette er derfor ikke alternativer til uformelle møter på en fast møteplass i nærmiljøene. Flere uttrykker at de føler seg bedre helsemessig når de kan bevege seg ut av huset og treffe andre. Dette kan derfor betraktes som et helseforebyggende tiltak; sosialt samvær og utveksling av erfaring, fysisk trening og helseinformasjon fra leger bidrar til dette.

Vi ser kjønnsforskjeller i bruk av seniorsenteret på Grünerløkka. En viktig forskjell er at kvinnene ønsker å møtes om dagen, mens mennene har lagt møtetiden til kveldene. Kvinnene har noe ulike behov når det gjelder hvor mye tid de kan eller ønsker å tilbringe på senteret. Menn og kvinner har arbeidsoppgaver i hjemmet og familien, men kvinnene går sjelden ut om kvelden. Dette har menn bedre muligheter for. Det synes å være aksept for at de tilbringer flere kvelder i uken på seniorsenteret.

Tradisjonell kjønnssegregering kan være en årsak til at kvinner og menn med pakistansk bakgrunn ikke deltar i samme grupper, og dette er også et fenomen blant eldre med etnisk norsk bakgrunn. Fortsatt er det kvinner som dominerer seniorsentrene, og for å motivere menn til å bruke eldresentrene har det blitt forsøkt å etablere egne grupper for menn i tillegg til felles-tilbudene. Det har vært diskusjoner om dette er en ytterligere segregering i et segregert tilbud som eldresentrene er (Slagsvold, Sommerfeldt, Moen & Helset 2000). Både etnisk norske menn og menn med pakistansk bakgrunn

har altså etablert segregerte grupper kun for menn. En forskjell mellom dem er at etnisk norske menn også deltar i kafeteriaen og på utflukter og aktiviteter sammen med etnisk norske kvinner. Kjønnsegregering har ulikt utgangspunkt for etnisk norske menn og menn med pakistansk bakgrunn, der religiøs tilknytning spiller inn.

Tre eldresentre i Oslo sentrum ønsket å stimulere menn til å bruke eldresentrene. Et prosjekt ble satt i gang i 1994 for å vurdere menns behov og hvorfor de ikke brukte eldresentrene i samme grad som kvinner. Et av sentrene hadde eget tilbud for menn – mannsmøtet, og mange menn benyttet bare dette tilbudet. Enkelte benyttet andre tilbud på eldresenteret, blant annet sosionomtjenesten. På alle tre eldresentrene var kvinneandelen rundt 75 prosent (ibid.). Dette tilsier at segregering i eldresentrene kan gjelde både kjønn og etnisitet, selv om vi også ser at menn og kvinner sitter sammen i kafeen og deltar sammen på en del aktiviteter. Men det viser også at eldresentrene gir muligheter for at ulike grupperinger kan bruke eldresentrene på sine måter, og dette synes å fungere. Brukerne av senteret har utviklet sine foretrukne fellesskap, der de opplever samhold og tilhørighet og som gjør at de trives og kommer til senteret.

Segregering i eldresentrene kan tenkes å være et tidsbegrenset fenomen. Vi kan tenke oss at neste generasjoner vil være mer sosialisert og motivert til å etablere etniske fellesskap, der forskjellene i større grad aksepteres eller at forskjellene er mindre. Det vil bli enklere å organisere fellesskapene i eldresentrene når tid og rom ikke må reserveres for å imøtekomme etnisk segregering og kjønnsegregering, slik mange ønsker det i dag.

Organisering av fellesskap

Jeg har presentert noen erfaringer fra ulike typer møteplasser og hva de bidrar med for eldre med innvandrerbakgrunn. En konklusjon som kan trekkes er at menn og kvinner trives sammen med sine likesinnede, men noen sier de gjerne vil ha kontakt med etnisk norske eldre. Dette er et gjensidig ønske, men betingelsene for kontakt blir avgjørende. Innvandrerorganisasjoner er utformet som segregerte møteplasser og kan være et komplementært tilbud i tillegg til eldresentrene. De to møteplassene erstatter ikke hverandre.

Eldresentrene har en forebyggende målsetting og funksjon, der sosiale møter skal forhindre at folk opplever isolasjon og ensomhet. Ovennevnte eldrecentre og innvandrersorganisasjoner fungerer godt som møteplasser mellom folk med samme etniske bakgrunn. Men det er altså liten kontakt mellom den eldre majoritetsbefolkningen og eldre fra etniske minoriteter, bortsett fra enkelte «flerkulturelle fester» der mat og underholdning er bindeleddet mellom folk med ulike kulturelle bakgrunner.

Thomas Hylland Eriksen (2007) skiller mellom begrepene *mangfold* og *forskjellighet*. Han skriver at mangfold ofte blir bejublet som noe positivt, mens kulturelle forskjeller er vanskeligere å akseptere. Forskjeller sitter dypere, mens mangfold er mer overfladisk. I eldrecentre og i andre sammenhenger i samfunnet ser vi at for eksempel flerkulturelle fester med mat og musikk er populære innslag. Disse omfatter «lavmelte» forskjeller som er lette å akseptere, de representerer det Hylland Eriksen beskriver som kulturelt mangfold. Et eksempel på forskjellighet som er vanskelig å akseptere, var de indisk/pakistanske kvinnenenes bruk av kafeteriaen på Grünerløkka seniorsenter. Høye stemmer og samling rundt langbord, egen mat og barnebarn på senteret var noe av det som ikke ble tolerert av etnisk norske eldre, «fremmed» atferd ble for påtrengende. Fester med eksotisk mat laget av de indisk/pakistanske kvinnene ble derimot vel mottatt av norske eldre på senteret.

I arbeidet mot å gjøre kulturelle forskjeller mer akseptert kan en tenke seg løsninger der grupper med ulike språklig og kulturell bakgrunn deltar sammen i noen aktiviteter, mens gruppene er hver for seg i andre sammenhenger. I en tidligere rapport (Moen 2002) har jeg vektlagt betydningen av å samhandle som utgangspunkt for fellesskap mellom norske eldre og eldre med innvandrerbakgrunn heller enn å samtale. Det er også lettere å komme i snakk når en gjør noe sammen. Foredrag, seminarer, utflukter, norsksamtaler (jf. Furuset seniorsenter) og feiringer av høytider er eksempler på aktiviteter som kan arrangeres som felles aktiviteter for alle brukere av sentrene. Når språkkunnskapene halter og referanserammene er forskjellige er det både krevende og slitsomt å sitte sammen rundt bord i kafeteriaer og snakke sammen.

I en rapport «Lokale møteplasser. Ulike modeller for ulike behov» (Humanistisk prosjektmester 2007) om kartlegging av ulike møteplasser, konkluderes det med at hvordan møteplassene er organisert ikke er avgjørende for om de fungerer godt.

Det som kan avgjøre om møteplassene er velfungerende har en sammenheng med de fellestrekkene som informantene påpeker, om hvordan de oppfatter at sin egen møteplass fungerer, og hva som er årsaken til dette. De ulike måtene å organisere møteplasser på, kan forstås som et lokalt tilpasset virkemiddel for å kunne møte bestemte behov i et bestemt område. Om møteplassen fungerer eller ei er dermed ikke nødvendigvis avhengig av hvilken organisatorisk modell man har valgt (Humanistisk prosjektmester 2007:6).

Denne undersøkelsen viser at eldresentrene og innvandrersorganisasjoner gir muligheter for å være gode møteplasser for eldre, forutsatt at eldre blir inkludert i planlegging av aktiviteter. Ulike aktiviteter må imidlertid ikke fortrenge mulighetene for sosialt samvær, praten over en kopp te eller kaffe, som utgjør det viktigste fellesskapet. Fellesskapet må organiseres og styres til en viss grad. Ovennevnte utsagn om møteplasser er i samsvar med erfaringer fra dette prosjektet: organisering av møteplasser må tilpasses lokale forhold for å møte bestemte behov. De erfaringer vi kan hente fra ovennevnte eldresentre og innvandrersorganisasjoner, tilsier at det er nødvendig med en gruppeleder som organiserer møter. Innholdet i møtene bør være i overensstemmelse med hva som motiverer kvinner og menn med innvandrerbakgrunn til å komme; hva som gir trivsel og hva som oppleves som nyttig. Like viktig som organiseringen er hvem som blir satt til å lede gruppene. På Grünerløkka seniorsenter har gruppelederne vært dyktige til å oppnå tillit i gruppa og til å etablere dialog med kvinnene. Dette har tatt tid. Oppsøkende virksomhet var viktig i begynnelsen. Folk må bli fortalt hva et eldresenter er, og det må ikke forveksles med sykehjem. Misforståelser kan bedre oppklares gjennom direkte kontakt.

Til tross for atskilte gruppeliv, kan det diskuteres om ikke Grünerløkka seniorsenter har oppnådd en form for integrering. Hilde Lidèn (2001) diskuterer begrepet integrering og skriver:

I de nordiske landene er det uttalte målet for innvandringspolitikken integrering, forstått som deltakelse i samfunnets felles institusjoner, kombinert med opprettholdelse av gruppeidentitet og kulturelt særpreg. Integrering i denne sammenhengen innebærer samordning mellom forskjellige grupper og individer, der det forutsettes en gjensidig tilpasning til hverandre (ibid.:160).

Tilpasningen til hverandre foregår ikke gjennom direkte kontakt, men mer indirekte gjennom lik rett til bruk av tjenester på eldresentrene og informasjon om samfunnsrelaterte temaer. Deltakelse i samfunnet kommer til uttrykk gjennom diskusjoner mellom personer med innvandrerbakgrunn i foreninger og på sentrene, der kvinner og menn utveksler erfaringer om helse og behovet for helsetjenester, oppdragelse av barn, nyheter og hendelser i det norske samfunn.

Når prosjektet på Grünerløkka seniorsenter kan defineres som et vellykket prosjekt, er dette ikke grunnlagt på at samhandling og dialog mellom brukere med minoritetsbakgrunn og majoritetsbakgrunn har utviklet seg gjennom årene. Prosjektet har lyktes fordi kvinnene fortsetter å komme til senteret, og de benytter de mulighetene dette gir for blant annet undervisning og informasjon. Sosionomen og lederen for senteret bidrar med hjelp og veiledning når kvinnene har behov for dette. Kvinnene gleder seg til å komme til seniorsenteret, og er engstelige for at muligheten til å møtes en gang i uken opphører. De ønsker å være sammen med andre med lik bakgrunn som dem selv, og de kan snakke sitt eget språk. Denne kontakten kan være viktig også fordi det i familier med pakistansk og også annen kulturell bakgrunn, er generasjoner som kan ha ulike tilknytning til det norske samfunn.

Menn og kvinner som her er omtalt, er førstegenerasjons innvandrere fra Pakistan (og enkelte andre steder i verden). Selv om mange har hatt kontakt med arbeidslivet har de hatt sitt daglige liv i pakistanske familier og nettverk. Hjemreiser til Pakistan har opprettholdt transnasjonale tilpasninger, og kontakten til hjemlandet er vesentlig. Dette blir tydelig når menn og kvinner med pakistansk bakgrunn forteller hva de snakker om i gruppene. Det er for det meste om sine pakistanske familier og reiser til Pakistan. Noe

som igjen viser hvor viktig det er for eldre kvinner og menn å ha tilhørighet i et fellesskap med utgangspunkt i Pakistan.

Furuset seniorsenter har som nevnt forsøkt å imøtekomme ønsket om mer kontakt mellom alle brukerne, og har organisert en aktivitet som gir mening for både etnisk norske eldre og eldre med innvandrerbakgrunn. En halvtimes samtale på norsk gir eldre med innvandrerbakgrunn mulighet for å praktisere norsk, og i tillegg er det et påskudd for begge grupper eldre til å bli bedre kjent med hverandre. Igjen viser dette at «integrering» må organiseres med utgangspunkt i aktiviteter som skaper et fellesskap der begge parter opplever dette som nyttig og meningsfylt.

I Stortingsmelding 25 (2005–2006) «Mestring, muligheter og mening» anbefaler regjeringen at kommunene samarbeider med brukerorganisasjoner og frivillige organisasjoner for å etablere frivillighetsentraler, eldresentre og forebyggende tiltak. Meldingen beskriver kulturtiltak og tilgjengelighet til kulturtilbud som et svært viktig element i en helhetlig omsorgstjeneste.

Eldresenteret representerer et skritt videre inn i det norske samfunn, i og med at det er et offentlig senter som alle har rett til å bruke uansett språklig og kulturell bakgrunn. Kvinner og menn blir mindre marginalisert i forhold til det norske samfunn sammenlignet med deltakelse i innvandrerorganisasjoner. Innvandreorganisasjoner er eksempler på ofte etnisk segregerte tiltak. Men kunnskapen som menn og kvinner her får gjennom seminarer og informasjon, vil kunne bidra til en følelse av tilhørighet og deltakelse i majoritetssamfunnet. Mange, særlig kvinner, har hatt liten kontakt med majoritetssamfunnet utover offentlige tjenester, og det kan derfor oppleves tryggere å være sammen med «sine egne». Begge møteplassene – eldresentrene og innvandrerorganisasjoner – er hver på sin måte viktige for å skape fellesskap og motvirke sosial isolasjon, som igjen kan være et bidrag i det forebyggende helsearbeidet. De er begge viktige elementer i et variert tilbud som gir tilhørighet, både formell og uformell.

Summary

The senior centers are important for the preventive health work for elders. They are localized in local communities and this makes them open (accessible) to many elderly people. Still there are few elders with migrant background who visit the centers. This in spite of endeavors to include them in centers. There seems to be a barrier for many elders with migrant background to feel at home in the centers. There are however some senior centers who have succeeded to include elderly people with migrant background. The report describe how these centers have organized their activities and services to reach out to also this category elders. The focus will primarily be on Grünerløkka seniorsenter which represents a good example of how to make a senior center an attractive place for elders with migrant background. « I look forward to Thursday» is an expression from the women with Pakistani background at Grünerløkka seniorsenter, and is indicative of the feeling of the center.

The report will also describe other types of meeting places for elders as migrants' organizations and cultural associations, and particularly associations for women with Pakistani background. They represent ethnic segregated associations, where women meet each other primarily for social gathering. The associations arrange however also seminars to inform and teach the women of themes concerning health, social services, nutrition and diet and socializing children. Celebrations of Islamic holy days and Norwegian memorable days are important social gatherings for the women. The associations give women an opportunity to have a social life outside family and home. Especially elderly people have here the opportunity to meet people with the same background as themselves. The women can talk about memories and experiences from Pakistan in urdu/punjabi. Most of the women have not had paid work, they are mostly together with people with Pakistani background and have scarce or no knowledge of the Norwegian language. The report is about people with Pakistani background, but one would find parallel experiences in other ethnic groups.

Men with migrant background have got less attention than women concerning the need for meeting places. They have better knowledge about the majority society than most women, and better possibilities to move around outside their home. Mosques are more open to men than women. When interviewed the men however express the need for meeting places outside home and mosque. A group of men also meet at the Grünerløkka seniorsenter, and they experience this as important for both mental and psysical health. The men appreciate to sit and talk together and discuss Pakistani and Norwegian policy as well as problems in families and health.

The report is meant as a summary of experiences and knowledge which Grünerløkka seniorcenter can contribute with after ten years of experience of including people with migrant backgrounds in the center. An important starting point is a group leader who knows the language and the cultural background of the elders. Another important person on Grünerløkka seniorsenter is the social worker. She comes once a week to assist women and men to solve all kinds of problems as for example contact the right public services, rights concerning divorce, selling and buying apartments etc. None of the centers is able to employ a social worker alone, but to employ one social worker who ambulates between several centers could be a solution.

Referanser:

Dawes, Twinkle (2002): Aldring og etnisitet. Et prosjekt for eldre innvandrere på Grünerløkka eldresenter. Norsk Folkehjelp

Daatland, Svein Olav., Guntvedt, Odd H. & Slagsvold, Britt (red.): *Eldresenteret – mål og midler*. I Daatland, S.O., Guntvedt, O.H. & Slagsvold, B. (red.): Eldresenteret nå og framover. NOVA-rapport 17/00.

Emami, Azita, Torres, Sandra, Lipson Juliene G. og Ekman, Sirkka-Liisa (2000): *An Ethnographic Study of a Day Care Center for Iranian Immigrant Seniors*. Western Journal of Nursing Research, 2000, 22 (2), Sage Publication

Eriksen, Thomas Hylland (2007): *Mangfold versus forskjellighet*. I Fuglerud, Ø. & Eriksen, T.H. (red.): Grenser for kultur. Perspektiver fra norsk minoritetsforskning. Pax Forlag A/S, Oslo.

Gullestad, Marianne (1992): *Equality and Marital Love. I: The Art of Social Relations. Essays on Culture, Social Action and Everyday Life in Modern Norway*. Scandinavian University Press. Oslo.

Helse- og velferdsetaten, Oslo Kommune (2006): *Lokale møtesteder for eldre fra etniske minoriteter*. Oslo Kommune

Humanistisk Prosjektleder (Fauli, Andreas, Johannessen, Hans Joar, Jonassen, Mette Brest, Morsund, Karianne & Salberg, Mari) (2007): *Lokale møteplasser. Ulike modeller for ulike behov*. Integrerings- og mangfoldsdirektoratet.

Ingebretsen, Reidun og Romøren, Tor Inge (2005): *Omsorgstjenester med mangfold? Kartlegging av kommunenes ressurser og behov når det gjelder tilrettelegging av pleie- og omsorgstjenester til eldre med minoritetsetnisk bakgrunn*. NOVA-rapport 9/05

Ingebretsen, Reidun og Nergård, Trude Brita (1007): *Eldre med innvandrerbakgrunn. Tilpasning av pleie- og omsorgstilbudet*. NOVA rapport 13/07

Kirkens Bymisjon i Oslo og Norsk Folkehjelp (2005): *Flerkulturell eldreomsorg. Kartleggingsprosjekt av eldre innvandreres ønsker og behov for en alderdom i Norge*.

Lidèn, Hilde (2001): *Innvandrerorganisasjoner – integrering eller marginalisering? I: Henriksen, Lars Skov & Ibsen, Bjarne (red.): Frivillighedens udfordringer – nordisk forskning om frivillig arbejde og frivillige organisationer*. Center for frivillig socialt arbejde. Odense Universitetsforlag.

- Moen, Bjørg (2002a): Når hjemme er et annet sted. Omsorg for eldre med minoritetsetnisk bakgrunn. NOVA-rapport 8/02.
- Moen, Bjørg (2002b): Eldresenter på ukjent vei. Flerkulturelle møter mellom eldre mennesker. NOVA-rapport 16/02.
- Predelli, Nyhagen Line (2003): *Uformelle veier til makt: Om minoritetskvinnens politiske innflytelse*. Makt- og demokratiutredningen 1998–2003. Rapportserie Nr. 60, april 2003.
- Rudie, Ingrid (2001): Om kohorter og kulturelle generasjoner: noen refleksjoner om livsløpsanalyse som heuristisk redskap. *Norsk Antropologisk Tidsskrift* nr. 1–2.
- Slagsvold, Britt, Sommerfeldt, Elisabeth, Moen, Bjørg & Helset, Anne (2000): Eldresenteret og spesielle grupper. I Daatland, Svein Olav, Guntvedt, Odd.H. & Slagsvold, Britt (red.): *Eldresenteret nå og framover*. NOVA-rapport 17/00.
- St.meld. nr. 25 (2005–2006): *Mestring, muligheter og mening*. Framtidas omsorgsutfordringer. Helse- og omsorgsdepartementet.
- St. meld. nr. 49 (2003–2004): *Mangfold gjennom inkludering og deltakelse. Ansvar og frihet*. Kommunal- og regionaldepartementet.