

SENIOR

Bladet

2021

TEMA:

ÄLDREOMSORG



SENIOR Bladet

Frågor om äldreomsorg kommer upp titt som tätt i samtal med och mellan äldre hbtqi-personer: "Hur kommer jag att bli bemött?", "Kommer jag att våga vara öppen med vem jag är?", "Hur kommer det kännas att släppa in personal från hemtjänst i mitt hem?", "Hur kommer de andra på äldreboendet att se på mig?", "Kommer personalen att ha hbtqi-kompetens?" Frågorna är många och oron som finns behöver tas på allvar. Därför har vi valt att ägna det här numret åt några av dem.

Vi har bland annat intervjuat två forskare som har tagit reda på hur äldre hbtqi-personer tänker och känner kring äldreomsorg. Carlos Diaz, RFSL:s mest erfarna utbildare, reflekterar över vikten av att omsorgspersonal får tid till samtal och diskussioner kring bemötande.

Den tidigare Golden Ladies-medlemmen, Hedvig Roos, har så vänligt låtit oss publicera ett utdrag ur en av hennes dikter, "Men det går ju inte för sig", med reflektioner kring hur det kan kännas när det inte går att vara öppen som hbtqi-person på ett äldreboende.

Som grädde på moset innehåller numret bilder från Bitte Anderssons seriebok "I slutet av Regnbågen", som utspelar sig på ett fiktivt äldreboende med hbtqi-profil. Detta och mycket mer ryms i 2021 års nummer av Seniorbladet.

Trevlig läsning och ett gott slut på 2021 önskar vi er alla!

*Varma hälsningar
från redaktionen*

**VAD TYCKER DU OM ÄLDRE-
BOENDEN MED HBTQI-PROFIL?
LÄS MER PÅ SID 9 OCH TYCK TILL
PÅ RFSL.SE/SENIOR!**

OM SENIORBLADET

Seniorbladet är en medlemstidning från RFSL som skickas ut till alla som är eller har varit medlem det senaste året, och som har hunnit fylla 60 år. Seniorbladet är en del av Seniorprojektet som drivs av RFSL med stöd från Socialstyrelsen sedan 2019.

I sin pappersform har Seniorbladet kommit ut en gång tidigare, för ungefär ett år sen. Innan dess fanns den i digital form som skickades ut via epost. I år har vi valt att göra en blogg istället för den digitala tidningen. Seniorbloggen hittar du på rfsl.se/senior.

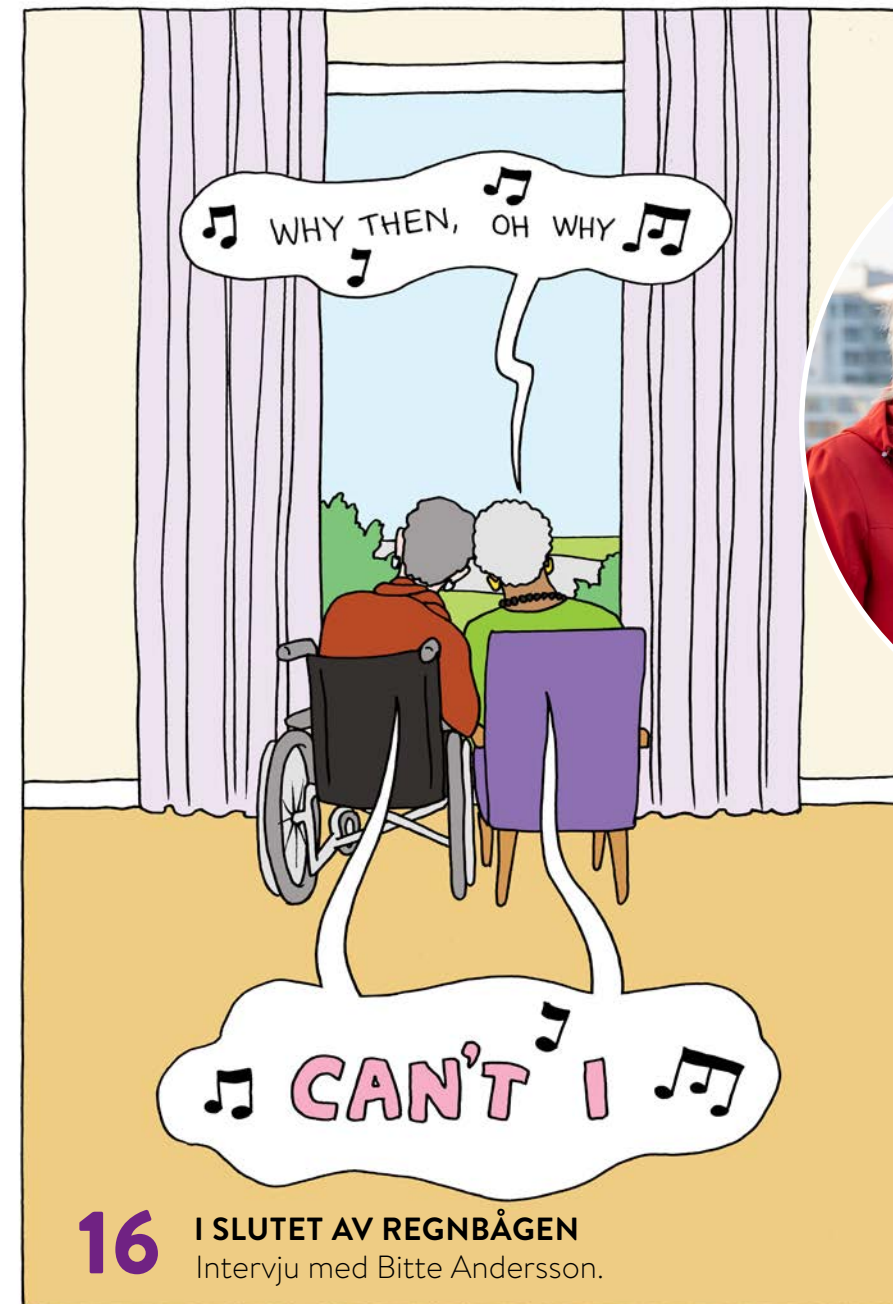
Vill du få utskick från RFSL via epost? Då kan du maila till medlem@rfsl.se och be att få din epostadress registrerad.

KONTAKTA RFSL SENIOR

Du är alltid välkommen att kontakta oss med frågor eller synpunkter, eller egna bidrag till Seniorbladet eller Seniorbloggen. Du kan maila till senior@rfsl.se eller posta brev till:

RFSL Förbund
Seniorprojektet
Box 350
101 26 Stockholm

Det går också bra att ringa 0722 05 83 19



16 I SLUTET AV REGNBÅGEN
Intervju med Bitte Andersson.



7 FORSKNINGRESULTAT: MÅNGA ÄLDRE
HBTQI-PERSONER VÅGAR INTE VARA ÖPPNA
MED SIN LÄGGNING



10 VÄRLDENS BÄSTA
ÄLDREOMSORG

Journalisten Gunilla Fritze vill visa på alternativ till den äldreomsorg som erbjuds idag.



4 EN ÅLDERDOM FYLLED
AV REGNBÅGAR

Läs debattartikeln om äldre hbtqi-personers erfarenheter av äldreomsorgen.

... OCH MYCKET MER

SENIORBLADET

Seniorbladet är ett medlems-
utskick från RFSL.

Redaktörer Claes Gylling,
Pell Uno Larsson, Preethi
Huczowski och Vanja Braathen
Grafisk form Graphera
Omslagsbild Bitte Andersson
Tryck TMG Stockholm

rfsl.se



EN ÅLDERDOM FYLLD AV REGNBÅGAR



Ann-Katrin Berg



Pell Uno Larsson

I somras publicerade RFSL Senior en debattartikel i tidningen QX under rubriken "Vi är värda en ålderdom fylld av regnbågar". Här kan du läsa en nedkortad version av artikeln.

TEXT RFSL • FOTO RFSL/PRIVAT/ISTOCK

Det har länge varit ganska tyst i Sverige kring äldre hbtqi-personers erfarenheter. RFSL har under de senaste åren jobbat mer aktivt för att organisera de röster som finns och lyfta fram de perspektiv som är särskilt viktiga för den åldrande generationen inom hbtqi-communityt.

I en enkätundersökning 2019 fann RFSL att det finns en

utsatthet för ofrivillig ensamhet bland hbtqi-personer över 60 år. Det hänger ihop med att inte kunna vara öppen med sin sexuella läggning eller könsidentitet och att inte ha kontakt med andra hbtqi-personer. Undersökningen visade också att det finns ett stort intresse för särskilda gemensamhetsboenden bland seniora hbtqi-personer, såsom seniorboendet *Regnbågen*

på Gärdet i Stockholm. RFSL vill att det ska satsas mer på trygga mötesplatser och boendeformer för äldre hbtqi-personer, för att skapa förutsättningar för en meningsfull tillvaro och motverka ofrivillig ensamhet.

En annan prioriterad fråga för RFSL är ett hbtqi-kompetent bemötande inom äldreomsorg och socialtjänst. Många äldre hbtqi-personer oroar sig för vilket bemötande man kommer att få och om man vågar och kan vara öppen. Denna oro beror både på tidigare negativa upplevelser från mötet med vården, men även på att hbtqi-personer i denna generation har levt i en tid då förtrycket mot hbtqi-personer var djupt förankrat i samhället och där homosexualitet klassades som en sjukdom.

Ett ökat omsorgsbehov innebär en situation där man behöver släppa in främmande människor innanför ens privata

sfär. Många hbtqi-personer som idag är äldre har under livet varit väldigt restriktiva med vilka de är öppna för och släpper in i det privata på grund av en reell rädsla för att stöta på fördomar, hot, våld och negativa attityder. Därför är det extra viktigt för äldre hbtqi-personer att kunna känna förtroende för de som ska komma in i ens liv genom äldreomsorgen eller socialtjänsten. Det krävs att personalen kan ha ett öppet samtal utan att känna sig obekväma och osäkra på hur de ska uttrycka sig korrekt, vilket riskerar att leda till tystnad.

Äldre hbtqi-personers erfarenheter får inte glömmas bort och vår oro behöver tas på allvar. RFSL har gjort en resa för att synliggöra oss seniorer och lyfta de här frågorna. Nu vill vi se att det här också prioriteras politiskt, inte minst i landets kommuner, för att säkerställa att vi inte hamnar mellan stolarna.

"Många hbtqi-personer som idag är äldre har under livet varit väldigt restriktiva med vilka de är öppna för och släpper in i det privata på grund av en reell rädsla för att stöta på fördomar, hot, våld och negativa attityder."

Även om håret har grånat är vi värda en färgglad ålderdom fylld av regnbågar.

RFSL:s seniornätverk genom:
Ann-Katrin Berg, Göteborg
Pell Uno Larsson, Örebro



KRÖNIKA

“De flesta har aldrig fått möjlighet att prata om hbtqi-frågor på ett ordnat sätt.”

TEXT CARLOS DIAZ · FOTO RFSL

När jag utbildar personer som arbetar inom äldreomsorgen säger de ofta saker som ”jag vill lära mig begreppen”, ”jag vill kunna säga rätt”, ”hur ska vi bemöta hbtqi-personer?” Det finns också de som är skeptiska i början men efter en stund blir de flesta intresserade och vill lära sig.

I alla grupper jag träffar finns viss kunskap, mest om homo- och bisexualitet. En del är hbtqi-personer själva, andra har vänner eller en närstående som är det. Andra har ingen kontakt alls med hbtqi-samhället, men drivs av en stark känsla för rättvisa.

Jag minns ett samtal jag hade med en person som arbetade på ett äldreboende. I pausen berättade hon att hon ville jobba med frågorna men var rädd att tolkas som homofob på grund av att hon bar huvudduk.

I våra utbildningar undviker vi att tala om hur hbtqi-personer är eller hur man ska göra, för kunskap är inte bara att förmedla fakta. Det handlar också om att lära sig sådant man redan vet men saknar ord för att prata om.

Frågor om bemötande är alltid aktuella och kanske de svåraste också, eftersom det inte finns något absolut rätt eller fel, inte heller någon manual eller standardbeteenden som fungerar i alla lägen. Istället handlar det om att göra avvägningar, läsa av situationer, fånga upp öppningar och anpassa sig.

Att kunna göra detta kräver kunskap om hbtqi och normer, men också att ha tid för reflektion. Att kunna tänka högt bland kollegor och höra hur andra resonerar leder till givande diskussioner. Det är så ny kunskap kommer fram. Det är viktigt med resurser och bra arbetsvillkor så att personalen får möjlighet att prata tillsammans om äldre hbtqi-personer och professionen.

Att utbilda om hbtqi är bland det roligaste jag vet. Vi utbildare på RFSL träffar grupper med olika behov och specifika förutsättningar, men många grupper har en sak gemensamt: de flesta har aldrig fått möjlighet att prata om hbtqi-frågor på ett ordnat sätt. ■

Carlos Diaz har jobbat som utbildare för RFSL sedan 2006.



Forskning

MÅNGA VÅGAR INTE VARA ÖPPNA

Vad har forskningen kommit fram till när det handlar om äldreomsorg och hbtqi? Seniorbladet har pratat med två forskare som har specialiserat sig på äldre hbtqi-personers levnadsvillkor och erfarenheter.

TEXT VANJA BRAATHEN · FOTO PRIVAT & ISTOCK

I sin forskning har Anna Siverskog intervjuat både personer som har äldreomsorg och personer som har kommit till en punkt i livet där de har börjat fundera över hur det kommer att bli om de en dag behöver hjälp. Sofia Smolle fokuserar i sin avhandling på bemötandet av transpersoner bland biståndshandläggare och har intervjuat

både biståndshandläggare och äldre transpersoner.

ORO HOS MÅNGA ÄLDRE

Vilka svårigheter stöter äldre hbtqi-personer på i mötet med äldreomsorgen?

ANNA: De som ännu inte har äldreomsorg bär ofta på en oro för hur det ska bli. Det finns en rädsla för att bli dåligt bemött eller inte bli sedd eller respekterad

av personalen, att ens behov inte ska tas på allvar. Hos de som har äldreomsorg handlar det inte främst om upplevelser av homo- eller transfobi, men däremot är det många som inte vågar vara öppna.

SOFIA: Många av de jag pratat med har kommit ut som trans sent i livet. Flera är inte öppna mer än för sina absolut närmaste och vet inte hur de ska förhålla



Anna Siverskog



Sofia Smolle

sig till att börja ta emot hjälp. Utåt kanske de hänvisar till sin partner som "min vän", så jag tror att många inte berättar.

ANNA: Många har ständigt en beredskap för hur de ska hantera en situation där någon säger något kränkande. En kvinna jag intervjuade hade bott fyra år på ett boende och inte vågat berätta att hon var lesbisk.

PÅVERKAR KONTAKTEN MED COMMUNITYT

ANNA: En sak som har visat sig hos de som har äldreomsorg är att det medför begränsningar i ens sociala liv och personliga integritet. Hos de som har hemtjänst handlar det om att det är svårt att planera sin tid eftersom hemtjänsten ofta kommer på olika tider. För de som har en plats på ett äldreboende kan det handla om att personalen inte knackar innan de kommer in.

Det här speglar de tuffa villkor som råder inom äldreomsorgen, där personalen ofta är jäktad. Det är inte säkert att det ens kan bli fråga om särskilt mycket bemötande, eftersom det knappt finns tid till några samtal.

RÄDSLÅ ATT GÖRA FEL

SOFIA: Biståndshandläggare kan ha en rädsla för att ställa frågor kring könsidentitet och könsuttryck till äldre. Äldre transpersoner är en blandad grupp med väldigt skilda behov och därför finns det inte en lösning som passar alla. En del vill berätta direkt att de är trans och andra vill inte alls prata om det. Den här komplexiteten speglas i socialarbetarnas oro då de är rädda för att kränka någon eller tvinga någon att komma ut. En konsekvens blir att könsidentitet och könsuttryck ofta inte uppmärksammas och att det kan finnas vissa behov som inte blir mötta.

– I förlängningen blir det så att personalen i den äldreomsorg som ska möta personen inte heller vet om att personen är trans och inte har fått kunskap för att kunna bemöta på ett bra sätt. Det finns många berättelser om hur det har uppdagats efter personens död att den var trans, till exempel genom att man har hittat en garderob med kvinno-

kläder eller fotografier. Om man vet om att personen har behov som är relaterade till att vara trans, är det möjligt att sätta in resurser för att utbilda personal för att det ska bli bra.

"VI VET INTE ALLT, MEN VI VILL GÄRNA LÄRA OSS"

Hur ska äldreomsorgen och biståndshandlagarna jobba för att skapa trygghet och bra bemötande?

SOFIA: Mycket handlar om förhållningssätt och kunskaps- och insatser. Ta vara på individens erfarenheter genom livet så att vi kan förstå behoven. Vi måste lyssna, men kan inte tvinga någon att berätta. Om vi flaggar för att vi är utbildade inom hbtqi är det väldigt viktigt att vi också lever upp till det. Kanske är det bättre att signalera: "Vi kan inte allt, men vi vill gärna lära oss." Vi måste visa att vi kan förvalta berättelser på ett bra sätt för att förtjäna att få höra fler.

ANNA: Det är viktigt att lära sig hur historien har sett ut och ha en normkritisk ingång: Vad tar jag för givet? När blir jag överraskad? När bli det svårt? Vi bär alla på föreställningar och normer som påverkar hur vi bemöter människor. Det viktiga är att vara medveten om det och öppen för att lära sig nya saker och perspektiv. ■

ANNA SIVERSKOG är forskare vid Jönköpings Universitet och skrev 2016 avhandlingen "Queera Livslopp – Att leva och åldras i en heteronormativ värld". Nu arbetar Anna med en postdocstudie där hon intervjuar hbtq-personer som har äldreomsorgsinsatser.

SOFIA SMOLLE är doktorand vid Mittuniversitetet och skriver sin avhandling om transkompetensen inom socialtjänsten och andra välfärdsinstitutioner som äldre möter.



NYTT ÄLDREBOENDE MED REGNBÅGSAVDELNING I STOCKHOLM

Om du eller en anhörig blir sjuk och behöver en plats på ett äldreboende, skulle du då välja en avdelning med hbtqi-profil om det fanns?

TEXT VANJA BRAATHEN · FOTO FRÖSUNDA OMSORG & SHUTTERSTOCK

Stockholm har Frösunda omsorg tagit initiativet att öppna en avdelning med hbtqi-profil på ett äldreboende. Avdelningen heter Lyckeby och har inretts med fotokonst som speglar queera personligheter – nutida och historiska. RFSL har varit med i referensgruppen för projektet.

RFSL har även stått för hbtqi-certifieringen av personalen som ska jobba på avdelningen. Personalen har tagit

till sig initiativet med glädje. I september hade man en invigning i regnbågens alla färger.

Nu återstår bara att fylla avdelningen. När så sker kommer RFSL att jobba med att hitta volontärer som vill besöka de boende. Det kommer också att hållas temakvällar med inbjudna gäster – allt i regnbågens tecken.

Lyckeby finns i första hand för den som själv är hbtqi-person, men är öppet för alla



så länge man har ett biståndsbeslut om en plats på ett äldreboende och bor i Storstockholm.

Vad tycker ni om initiativet? Tyck till på vår barometer! Du hittar den på rfs1.se/senior. ■

VÄRLDENS BÄSTA ÄLDREOMSORG

Gunilla Fritze
och fotograf
Krister Hansson.

Gunilla Fritze har arbetet inom dags- och kvällspressen, radio och TV som reporter, programledare och redaktör. Nu vill hon visa på alternativ till den äldreomsorg som erbjuds idag.

TEXT CLAES GYLLING · FOTO KRISTER HANSSON

Jag ser att det finns ett behov av nytänkande inom äldreomsorgen i Sverige. Inte minst mot bakgrund av de brister som kommit i dagen under pandemin. Mina idéer har dock vuxit fram under en längre tid. Jag har i flera år funderat på hur jag vill bo och ha det när jag blir äldre. Jag vill känna att jag kan längta till ett ställe som jag ser som mitt sista hotell.

Den som har dessa kloka funderingar är Gunilla Fritze, 59, som för närvarande är tjänstledig i tre månader från tjänsten som reporter på SVT Nyheter i Skåne. Gunilla har nämligen fått ett stipendium från Sten K Johnsons stiftelse, som har som ledord "Våga tänka annorlunda". Stiftelsen har som ambition att "hjälpa de som vågar ta nya vägar framåt".

– Syftet med mitt arbete är

att visa på alternativ till den äldreomsorg som erbjuds idag, fortsätter Gunilla. Ledorden ska vara mångfald och valfrihet. Det ska gälla för de som invandrat till vårt land, de som röstar rött och blått, de som har svårt att tala och gå – de med mycket pengar och de med lite pengar. Det ska inte vara en plats för rika. Jag vill gärna att äldreboenden drivs i kommunal regi eller i privat med cirkulär ekonomi så att pengarna används i verksamheten.

– Jag har både privat och i mitt arbete som journalist besökt flera boenden och vårdinrättningar och jag har pratat med många som arbetar med äldre. Deras idéer och forskarnas evidensbaserade slutsatser om vad som kan vara bra för äldre vill jag koka ner och presentera på ett journalistiskt sätt.

Gunilla Fritze och fotografen Krister Hansson har varit ute på besök hos en rad verksamheter, och publicerar sitt material på YouTube-kanalen "Världens bästa äldreomsorg". Där kan man bland annat se hur 80-åringar tränar boxning, besöka Sveriges första demensby, höra hur man resonerar kring äldres sexuella hälsa på Malmös första hbtq-certifierade äldreboende, kolla in ett äldreboende med guldkant i Upplands Väsby, och ta del av kloka funderingar från en fantastisk fotvårdsspecialist med rötter i Guinea.

– Det ska finnas ett brukarinflytande som känns äkta för både personal och boende. Det ska finnas arbetsglädje på jobbet och levnadsglädje ända in i kaklet. Det kommer alla att tjäna på. ■

Rapport från

WORLD PRIDE I MALMÖ

World Pride anordnades i augusti i år gemensamt i Köpenhamn och Malmö. RFSL Malmös Seniorgrupp deltog med liv och lust!

TEXT CLAES GYLLING · FOTO RFSL MALMÖ

Alltsammans inleddes med en äkta parad – eller i alla fall nästan äkta. Fortfarande tillät restriktionerna inte en vanlig parad på stadens gator, så vi fick tåga inne på Malmö Stadion med ett begränsat antal åskådare. Vi seniorer vandrade in som grupp nummer 6.

På läktarna satt en jublande publik, och operasångaren

Rickard Söderberg fungerade som paradutropare. Loreen och Marika Karlsson framträdde, och en rad fina tal hölls av politiker och artister.

Seniorgruppen deltog även i en rad andra arrangemang i Pride House, Radio RFSL och biografen Panorama. ■





Seniorträff i Malmö.
Foto: Ingo Andersson

ENGAGERA DIG!

I några städer finns lokala seniorgrupper som träffas regelbundet. Här kommer lite information om vad som händer framöver. Från Malmö och Örebro får vi ta del av berättelser som kan inspirera!

Kort och gott om hbtqi-seniorerna i Örebro län

TEXT PELL UNO LARSSON · FOTO TINDRA SVANBERG

Årets aktiviteter startade med påsklunch på Karlslunds herrgård. Andra aktiviteter under året var en konstresa till Karlstad, konstpromenad, biobesök, teaterbesök, fika hos Vanja och Ingerd som bor på "landet", bilbingo och kaffe med smörgåstårter på RFSL Örebros cafékväll.

Den 15 maj var det 50-årsjubileum för Europas första Pride, som ägde rum i Örebro! Åtta seniorer gick i demonstrationen med samma slagord på plakaten som 1971. Ett manifest överlämnades till Örebros kommunstyrelse. Vi avslutade med jubileumslunch.

Nu planerar vi för ett seminarium för Örebro kommuns chefer och politiker inom äldreomsorgen. Vi har haft trevliga fysiska sammankomster och ingen har blivit sjuk. ■



Malmö seniorer håller igång

TEXT CLAES GYLLING
FOTO RFSL MALMÖ

Seniorprojektet har pågått sedan hösten 2019, med arrangemang varje söndag.

Under pandemisommaren har vi gått otaliga promenader runt om i Malmö, oftast kombinerat med någon aktivitet. Till exempel har vi varit på fågelskådning, trädskoll och konstgalleri. Alltid följt av fika på någon coronasäker utomhusservering.

Sedan restriktionerna lättats har vi besökt museer, åkt på bussutflykt till Wanås konstpark, gått på opera och deltagit i årets World Pride.

Vi har också fikar i vår lokal, med gäster som gett oss värdefull information. Vi har till exempel lärt oss om viktiga dokument som testamente, framtidsfullmakt och Livsarkivet (hur jag vill att saker ska hanteras när jag dör).

Stödet från Socialstyrelsen har varit oerhört viktigt, men det upphör tyvärr vid årsskiftet. Detta ska dock inte hindra oss från att fortsätta seniorverksamheten. Vi får hitta nya kreativa sätt att organisera och finansiera vår verksamhet! ■



Hitta din seniorgrupp

GÖTEBORG

Hbt-seniorerna träffas regelbundet och gör olika utflykter. Anmäl dig till nyhetsbrevet och få inbjudan.

MAIL: seniorerna@goteborg.rfsl.se

TELEFON: (0)31 788 25 10

I Göteborg finns även gruppen *Regnbågsgenerationer* som träffas över generationsgränserna ungefär var tredje helg.

MER INFO: Gruppen *Regnbågsgenerationer* på Facebook.
MAIL: regnbagsgenerationer@goteborg.rfsl.se

MALMÖ

Malmö hbtqi-seniorer träffas i lokalen på tisdagar och torsdagar kl 13-16. Utöver det har de också en massa andra aktiviteter.

MER INFO: www.malmo.rfsl.se/verksamhet/senior

MAIL: senior@malmo.rfsl.se

TELEFON: 076 021 49 90

STOCKHOLM

Gayseniorerna (endast män) träffas bland annat varje onsdag kl 14.30

MER INFO: www.rfsl-stockholm.se/gayseniorerna

MAIL: gaysenior@stockholm.rfsl.se

Golden ladies (endast kvinnor och ickebinära) har kaféverksamhet på tisdagar kl 17.00 och zoomträffar varannan torsdag.
MER INFO: goldenladies.nu
MAIL: info@goldenladies.nu

ÖREBRO

RFSL Örebro:s seniorgrupp anordnar en rad aktiviteter.

MAIL: orebro@rfsl.se

TELEFON: 070 247 37 80

Saknas det en seniorgrupp på din ort? Hör av dig så kan vi hjälpa till att starta upp seniorverksamhet nära dig! Du hittar kontaktuppgifter till RFSL Senior på första sidan i tidningen.

BERÄTTA DIN HISTORIA

TEXT VANJA BRAATHEN · FOTO KATARINA NIMMERVOLL (SHM) & MATS RÅSMARK

RFSL Seniors sista nationella träff för året äger rum digitalt den 8 december kl 17-19. Vi kommer att gästas av Pia Laskar och Olov Kriström från Qrab i Göteborg.

Qrab är Queerrörelsens arkiv och bibliotek, som är inhysta i Riksarkivets lokaler i Göteborg.

– Vi samlar in material och berättelser som har med hbtq att göra, så att det ska gå att skriva historia i framtiden, berättar Pia Laskar som är sekreterare och ideellt engagerad i Qrab. Det är jätteviktigt att inte slänga gamla papper och biljetter, affischer, pamfletter, märken etc. Skicka det till oss!

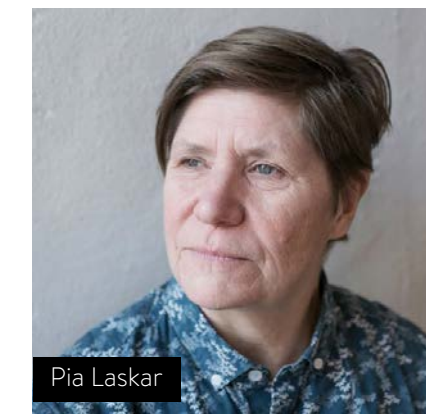
– Det är också värdefullt att folk skriver ner berättelser om

vad de har varit med om. Det kan vara både positiva och negativa saker. Och så vill vi inspirera folk till att berätta för varandra.

På decemberträffen med RFSL Senior får alla som vill dela med sig av ett minne, och gärna ta med ett föremål som är knutet till det minnet.

– Det kan vara en bild från ett fotoalbum, gänget jag firade midsommar med, första bögläggret, en demonstration, första kärleken. Allt är viktigt!

Mer information om träffen och hur du anmäler dig hittar du på rfsl.se/senior. Du kan också anmäla dig genom att maila eller ringa RFSL Senior. Våra kontaktuppgifter hittar du på första sidan i tidningen. Välkommen! ■



Pia Laskar



Olov Kriström

Kongress 2021

"Jag vill inte släppa seniorfrågorna"

TEXT & FOTO VANJA BRAATHEN

Under två helger i oktober höll RFSL digital kongress. Seniorbladet har intervjuat Pell Uno Larsson, omvald ledamot i RFSL:s förbundsstyrelse och talesperson i äldrefrågor.

Du har ju fått förnyat förtroende av kongressen. Hur känns det?

Det känns bra för jag vill inte släppa seniorfrågorna. Min förhoppning är att vi ska kunna få fler avdelningar att starta verksamhet bland seniorerna, på ett sätt som seniorerna skulle uppskatta.

På kongressen 2018 beslutades att äldrefrågor ska vara ett prioriterat område för RFSL. Hur har samtalen gått kring detta på årets kongress?

Den här kongressen var unik i det att den

var på distans, så vi har inte haft möjlighet att diskutera nya prioriterade områden. Det tolkar jag som att de områden vi har sedan tidigare är kvar. Vi i förbundsstyrelsen får diskutera hur vi ska fortsätta jobba med seniorfrågorna.

Hur vill du jobba med äldrefrågor under den kommande mandatperioden?

Vi äldre har så mycket erfarenhet som borde tas tillvara. Det är svårt att hitta seniora hbtqi-personer som vill delge sina tankar. Jag får ganska mycket förfrågningar och jag säger ja till allt jag kan. Om vi inte kommer ut med frågorna kommer ingenting att förändras. ■



Pell Uno Larsson

RFSL Malmö och RFSL Jämtland Härjedalen fick pris

RFSL Malmö vann **Robert Karlsson Svärds minnespris 2021** för bästa verksamhet, medan priset för **årets aktivist** gick till William Stenvall Zetterström, sekreterare i RFSL Jämtland Härjedalen.

Claes Gylling är drivande i RFSL Malmös seniorverksamhet:

– Vår seniorverksamhet, tillsammans med

Newcomers, vår föreningsradio, den öppna caféverksamheten, den nya SpAce-aktiviteten med mera, gjorde att RFSL Malmö belönades med Robert Karlssons Svärds Minnespris av årets kongress. Motiveringen löd: **"För förmågan att skapa möten över gränser utan att tappa individen och bredden i communityt".**

Dikt

...

Att jämföra sig med de unga hbt-flickorna och -pojkar; tro sig ha något gemensamt med dem.... Nej, det är ju otänkbart. Men så klara ögon, så slät hy och välgymnastiserad kropp som de har hade även jag en gång.

Tänk om jag finge visa någon de gamla foto-na. Berätta om hur det var. Få dem att förstå att mitt liv inte alls var fult och äckligt. Att jag fortfarande kan känna hur det pirrar till i kroppen när X jobbar och jag finns med på hennes dagsschema.

Men det går ju inte för sig.

UTDRAG UR DIKTEN "MEN DET GÅR JU INTE FÖR SIG" AV HEDVIG ROOS.

SENIORBLADET TIPSAR

FILMRECENSION

Att verkligen älska en människa

James Åke Englund, kulturskribent och författare, reflekterar kring filmen *Supernova* av Harry Macqueen.

Paret Sam och Tusker semestrar i husbil på engelska landsbygden där de besöker familj, vänner och platser från förr. I tjugo år har de hållit ihop, men sedan Tusker drabbats av tidig demens är hela tillvaron förändrad. Tusker pendlar mellan slagfärdigt skarpsinne och stunder av total glömska. Han skräms av tanken på att inte bli ihågkommen för den han varit, utan för den han är på väg att bli.

Det viktigaste för dem nu är de stunder de har tillsammans innan Tusker försvinner in i en värld där Sam inte längre kan nå honom. Under resan kommer hemliga planer upp till ytan. Sam och Tusker inser att de båda söker ett sätt att skona den andre. Frågan de till slut ställs inför är vad det betyder att verkligen älska en annan

människa.

"Supernova" är en finstämd, återhållsam och vacker film om kärlek, livet och en förödande sjukdom. Parets homosexualitet ges ingen större roll utan blir en naturlig del av filmen. Sams och Tuskers relation skildras med värme och självklarhet.

Ofta när vi ser kärleksrelationer skildras är det unga par som nyligen träffats och upplever himlastormande kärlek med intensiva känslor. I "Supernova" skildras ett par som varit ihop länge och nu närmar sig livets höst.

Att få se ett äldre homosexuellt par som levt ihop länge och träffats när det fortfarande fanns lagar mot homosexuella som påverkade identitet och förhållanden, känns givande och betryggande.

Se filmen tillsammans med någon och diskutera den efteråt, för den väcker tankar om livet, kärleken och döden. ■



Från filmen Supernova. Foto: Studiocanal

BOKRECENSION

Tankar om "Ett Lyckligare År"

TEXT PELL UNO LARSSON · FOTO NORSTEDTS

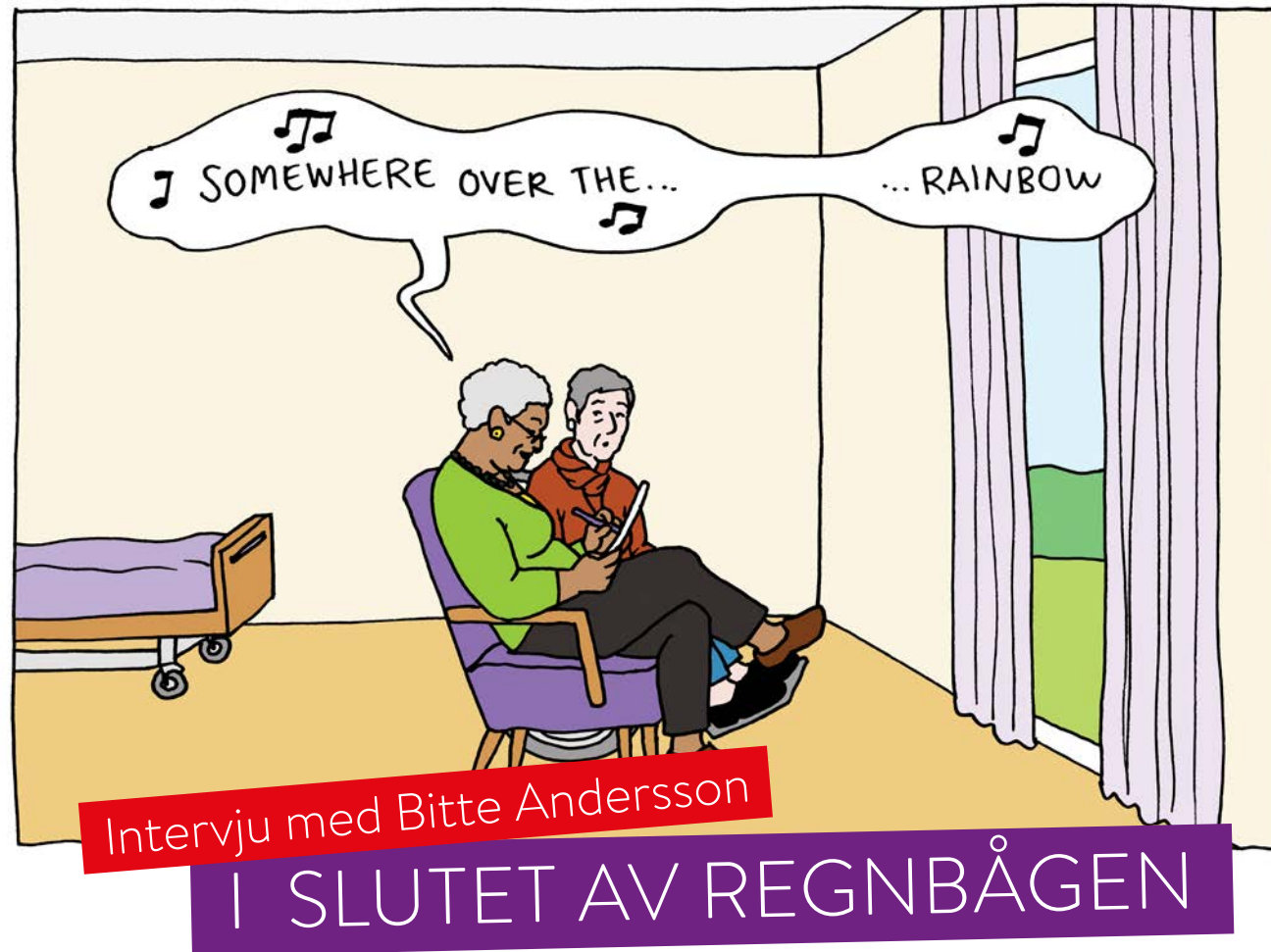
Boken innehåller två delar. Den första handlar om Pontus Wikander under åren 1856 – till hans död år 1888. Pontus kom från en fattig familj. Hans begåvning upptäcktes och han fick stöd för att studera. Pontus disputerade på Uppsala universitet med avhandlingen "Undersökningar om enhet och mångfald", 1863. Pontus kände tidigt dragning till män, vilket det var otänkbart att vara öppen med. Han gifte sig med Ida efter en hel del vändor.

Många av oss idag äldre seniorer kan känna igen oss i berättelsen som Pontus hade nedtecknat och i sitt testamente föranstaltat att den inte fick offentliggöras förrän tidigast 50 år efter hans död.

Den andra delen handlar om Ronny, Vanja och Kerstin, under åren 1970 – 1971, medlemmar i Gay Power Club 1. Gardell beskriver händelser och miljöer mycket noggrant. Bland annat genomförandet av Europas första Pridetåg.

Åter känner vi seniorer igen oss i en lysande berättelse, som både unga och äldre bör ta del av. ■





Ur boken *I slutet av Regnbågen*. Varje dag besöker Rita sin fru Yvonne, som lider av Alzheimer, och använder bland annat sång för att få kontakt.



Bitte Andersson är illustratör och serietecknare.

Hej Bitte! Du är bland annat illustratör och serietecknare. 2017 gav du ut serieboken "*I slutet av regnbågen*". Berätta, vad handlar den om?

TEXT VANJA BRAATHEN · FOTO JOHANNA ARNSTRÖM · ILLUSTRATION BITTE ANDERSSON

I slutet av regnbågen handlar om 76-åriga Marja som blir övertalad av sin brorsdotter att tillfälligt flytta in på ett hbtq-seniorboende efter ett långt liv i garderoben. Marja har varit deprimerad och isolerad sedan hon

förlorade sin "vän" (egentligen livskamrat) Anne för åtta år sedan. Boken skildrar hur hon, med hjälp av sina nya påflugna grannar, långsamt vågar återvända till livet efter sin stora sorg. För första gången hittar hon sitt sammanhang, lyckas

släppa in nya människor, och ta kontroll över sitt eget liv.

Minns du hur tankarna gick när du bestämde dig för att göra boken? Vad var det som inspirerade dig?

Åren 2006-2010 drev jag hbtq-bokhandeln *Hallongrottan* i Stockholm, där det fanns en soffa och gratis fika. Många seniorer dröjde sig kvar där och berättade om sina liv. Det var fantastiska historier och det kändes hemskt att tänka på att de kanske aldrig skulle förevigas. Inspirationen kom från alla de generösa seniorer som ställde upp och delade med sig av sina berättelser till projektet.

Vad var det viktigaste du lärde dig under arbetets gång?

Innan projektet såg jag nog

seniorer som lite främmande, stoiskt visa och asexuella var-elser som självklart var tillfreds med sitt eget åldrande. Genom projektet har jag fått en större äldre bekantskapskrets och ser inte längre någon skillnad mellan seniorer och min egen åldersgrupp, förutom den unika möjlighet att förstå konsekvenserna av sitt eget och andras handlande som ett långt liv kan ge.

Jag tycker verkligen att det är en stor förlust för Sverige att seniorer inte har en mer självklar plats i samhället i jämförelse med de flesta länder i världen, där äldre värderas och respekteras mer. Jag hoppas influenser från andra länder via invandring ska bidra till att detta förändras. ■

"Genom projektet har jag fått en större äldre bekantskapskrets och ser inte längre någon skillnad mellan seniorer och min egen åldersgrupp, förutom den unika möjlighet att förstå konsekvenserna av sitt eget och andras handlande som ett långt liv kan ge."

MATINSPIRATION MED
PREETHI HUCZKOWSKI

FOTO PRIVAT
& PREETHI HUCZKOWSKI



Mitt jobb som matinspiratör är min främsta uppgift att öka yrkes stoltheten, attraktiviteten och matglädjen i de offentliga köken.

En del av det arbetet består i att åka ut till äldreboenden och kök som gör hemtjänstmat för att laga tillsammans med personalen. Bland annat brukar vi ha olika temadagar. Ett tema som var väldigt uppskattat var "Minnenas meny". Vi serverade en tre-rättersmeny från ett år som vi tänkte skulle väcka minnen samtidigt som de äldre fick använda sina sinnen. Vi valde mat från 60-talet och gjorde denna meny.

Prova gärna själva där hemma!

Hälsningar Preethi



FÖRRÄTT Klassisk minilandgång

INGREDIENSER

- Formfranska
- Smörgåsmargarin
- Majonnäs
- Ägg
- Tomater
- Gurka
- Fikon eller vindruvor
- Brieost
- Rökt skinka
- Rostbiff
- Räkor
- Dill
- Persilja



TILLAGNING

Koka och skiva äggen, skär grönsakerna och lägg upp din landgång som du önskar.

VARMRÄTT Söndagsstek

INGREDIENSER

- 1 kg Nötsstek/Älgstek
- 2 dl Buljong
- 0,5 dl kaffe
- 3 st Morötter
- 2 dl Majs
- 1 dl Gröna ärtor
- 50 gr Smör
- 3 dl Grädde
- 3 msk Svartvinbärsgeleé
- 1 Gul lök
- Salt och peppar
- 8 st Potatis
- 2 dl Rårörda lingon



Varmrätten kan även göras i geléform för den som har svårt att tugga.

TILLAGNING

- Salta och peppra steken, bryn runt om så att du "stänger" köttet.
- Häll buljongen över köttet och lägg i morötter och lök. Sänk värmen och koka sakta under lock. Efter halva tiden (beräkna 1 timme per kg kött) häller du i kaffet.
- Sätt i en termometer och välj koktid efter hur väl genomstekt köttet ska vara.
- Sila buljongen och ta vara på morötter och lök. Red buljongen till sås och krydda med salt och peppar. Smaka av med lite svartvinbärsgeleé.
- Servera med kokt potatis, rårörda lingon, morötter/lök från koket, majs och gröna ärtor.



DESSERT Hjortronmousse med havreflarn och daimgrädde

Hjortronmousse

INGREDIENSER

- 2 dl Hjortron
- 1 tsk Citron (pressad saft)
- 2 dl Florsocker
- 2 dl Vispgrädde till moussen
- 1 dl Vispgrädde för att vispa till daimgrädden
- Daim efter tycke och smak

TILLAGNING

- Kör hjortronen i mixer och sila ner saften i en bunke. Pressa bärresterna noga så att all saft tas till vara.
- Tillsätt citron, florsocker och grädde.
- Vispa det hela tills blandningen tjocknar. Var försiktig, om man vispar för länge blir konsistensen smöraktig.
- Vispa grädde och krossa daim. Blanda ihop för att toppa moussen.



Havreflarn

INGREDIENSER

- 75g smör
- 2 msk vispgrädde
- 2 msk ljus sirap
- 1 dl havregryn
- 1 dl vetemjöl
- ½ tsk bakpulver
- 1 dl strösocker

TILLAGNING

- Sätt ugnen på 175 grader.
- Smält smöret i en kastrull. Rör ner övriga ingredienser och blanda till en smet.
- Klicka ut smeten på plåtar med bakplåtspapper. Grädda i mitten av ugnen ca 5 min.



Korsord

		SKÄNKTE	TASKIGT BEHANDLAD	VAR DE SMÅ GRISARNA	FISK	FÖRTÄRA	SÄLSORT
		EJ PÅ	EJ VÄRA				
KÄKA	MAKRE TILL	RÄDSLA				FÄRLUD	
PRA SOM SLANG			ONGÄN	PENG FÖRR	TRO	FÖRLEK	
	EJ DÅ		DE STYR RIKTNING		UPPLEVA	ÄR VISSA KNEP MER ÄN ANDRA	
KAN MAN GÅ PÅ		PÅBÖRJA	NIX	BLODBRIST	ORKAT		
ETT LAG OM HÄSTÄND?	SLÄPPA LUFT				FRAMGÅNG	GAMLA T EX	
SKATT		TORRAS	TYRESÖGÅRD		SKYND	KAN VÄRA NYA	
DINGBÄR		ÄR ORÖDDA		EJ GAMMAL			
FLIRTA			TIL STICKORNA				

Har någon gått över din gräns?

RFSL Stödmottagning finns till för hbtqi-personer som har blivit utsatta för trakasserier, hot eller våld. Hos oss kan du känna dig trygg i att det finns stöd att få, på dina villkor.

RFSL stödmottagning erbjuder:

- Kostnadsfria samtal på plats, telefonsamtal, videosamtal eller mail.
- Information om rättigheter.
- Medföljning och kontakt med vård och myndigheter.
- Stöd vid polisanmälan och rättsprocess.
- Skyddat boende i Stockholmsområdet.
- Samtalsstöd på svenska, engelska, arabiska och spanska eller med tolk.

Personalen har adekvat utbildning, erfarenhet och självklart tystnadsplikt. Du kan vara anonym.

Du kan ringa och lämna ett meddelande, maila oss eller ringa på vår telefontid som är torsdagar kl 9-12.

Telefon: **020-34 13 16** (kostnadsfritt)

E-post: **stod@rfsl.se**

Läs mer på **rfsl.se/verksamhet/stod**



*För hbtqi-personer utsatta för
trakasserier, hot och våld.*