

”Det känns bra att veta att jag behövs”

För några år sedan insåg Maria Grahn hur ensamma människor med funktionsnedsättning kan känna sig. Sedan dess är hon stödperson och ger av sin tid ett par gånger per månad.

De har som vanligt sämt träff vid Tre Smeder i Helsingfors. Yvonne Heinz kommer raskt gående i vit mössa och vita vantar.

– Hej! Bussen var lite försenad, säger hon glatt och tar Maria Grahn i handen.

De har känt varandra länge. Maria har varit stödperson åt Yvonne, som har en lindrig utvecklingsförning, i fem år.

Efter att ha titrat lite på julkommersen beslutar de sig för att gå på kafé i Kampen.

– Det är så roligt att ha något att se fram emot och att få träffa Maria. Vi brukar promenera, eller shoppa eller dricka kaffe. Man behöver omväxling, säger Yvonne Heinz, som bor på ett boende för personer med utvecklingsförning.

För Maria Grahn var sieget att bli stödperson inte stort. Hon har bilder hemifrån. Hennes föräldrar var stödpersoner åt en pojke med cp-skada när hon var barn och de har kontakt med honom fortfarande.

– Jag var på praktik på ett boende och lärde känna många med utvecklingsförning, när jag studerade till socionom på Arcada. Sonja Karnehl kopplade ihop mig med Yvonne. Hon samordnar stödpersonverksamheten på Samarbetsförbundet kring funktionshinder, Sams.

De brukar träffas ett par gånger per månad inom ramen för 4BT. Det står för Fyra Betydelsefulla Timmar. Stödpersoner brukar ställa upp mellan fyra och tio timmar per månad. Det är vad kontraktet med Sams förutsätter.

– Kontraktet gäller tillsvidare, men båda parter kan säga upp det vid behov. Ens livssituation kan ju förändras.

Stor ensamhet

När Maria Grahn jobbade på boendet förstod hon hur viktigt det var för personer med funktionsnedsättning att få komma ut och träffa andra emellanåt.

– Många är väldigt ensamma och isolerade och kommer nästan aldrig ut bland folk. Att avlägga några timmar per månad för det här går bra. Man slösar med sin tid på allt möjligt, utan att tänka på vad man gör och det här är meningsfullt. Så jag tror inte på ursäkten ”jag har inte tid”, säger Maria, som dagtid jobbar som barnträdgårdslärare.

För henne börjar Yvonne Heinz kännas som en familjemedlem, en moster eller faster.

– Vi har stor ålderskillnad. Hon är 50 och jag 27. Ibland undrar jag om Yvonne hellre skulle ha någon jämnårig kvinna att umgås med, men nog går det här bra också. Maria Grahn är lite ovanlig i det här sammanhanget just för att hon är så ung. De flesta stödpersonerna är i pensionsåldern.

– På 4BT på Sams försöker de få med unga, för många av de stödbehövande är yngre personer, som kanske skulle vilja göra något rivigare.

För Maria känns det bra att veta att hon gör nytta.

– Yvonne är så glad och tacksam. Vi brukar göra saker på hennes villkor. Någon gång går vi på bio, men Yvonne måste förberedas på det, för mökret i salongen kan vara lite skrämmande, liksom också att hon inte vet vad hon kommer att se. De går på långa promenader, gör utflykter till Sveaborg på sommarennen, pysslar hemma på boendet eller shoppar på stan.

– Visst är jag trött ibland efter en hel dag på dagis. Ofta föreslår jag att vi träffas under veckoslutet när jag har mer energi.

Maria Grahn rekommenderar varmt stödpersonverksamheten, i synnerhet för människor som jobbar på kontor och aldrig kommer i kontakt med den här världen.

– Jag förstår att man kan vara ängslig om man inte har träffat personer med funktionshinder förut, men man behöver inte vara rädd för att man inte skall klara av det. Dels försöker man inom 4BT matcha ihop personer som man tror att kan passa tillsammans, dels får man också stöd därifrån.

Hon tycker att det är roligt och utvecklande att umgås med människor som man inte vanligen träffar i sin vardag.

– De är ofta väldigt spontana och trevliga. Jag gör inte det här för att få en stjärna i kanten, utan för att det känns meningsfullt och jag behövs, säger hon.

Hand i hand försvinner Yvonne och Maria i vintermörkret.

– Det är roligare med en kompis, ropar Yvonne över axeln.

Tua Ranninen

029 080 1359, tua.ranninen@hufi.fi



GAMLA BEKANTA

Yvonne Heinz har haft Maria Grahn som sin stödperson i många år. Det viktigaste för henne är att ha någon som hon kan umgås med ibland, ute på stan eller hemma på boendet. TOR WENNSTROM

Vill du bli stödperson?

- Ta kontakt med 4BT på Sams. Samarbetsförbundet kring funktionshinder.
- www.4bt.fi