Tilhaldið í Tórsgøtu:

Her livir hvør tægr

- Eitt tað besta, vit kunnu gera fyri okkara gomlu, er at spyrja, hvussu vit sjálvi fegin vildu havt tað, tá vit einaferð gerast gomul. Mundu vit øll ikki fyrst valt ein innihaldsríkan gerandisdag, áðrenn vit komu í tankar um eitt pláss á ellisheiminum, spyr Wanja Petersen, dagligur leiðari á Tilhaldinum í Tórsgøtu í Havn

TEY ELDRU
Anna V. Ellingsgaard
anna@sosialurin.fo

- Okkara heilakapasitetur er ríkiliga stórur, til at vit kunnu læra alt lívið - eisini á ellisárunum. So tað er bara at bróta upp um armar og koma í gongd, sigur Wanja Petersen, leiðari á Tilhaldinum í Tórsgøtu

Øll vilja vit liva leingi, men ongin vil vera gamal. Og tað vilja vit ikki, tí vit hava gjørt okkum eina mynd í huganum, har tað at vera gamal merkir tað sama sum at vera sjúkur og óhjálpin og bert til stríð fyri onnur. At myndin ikki er í tráð við veruleikan fáa vit eitt gott prógv um við at støkka inn á gólvið í Tilhaldinum í Tórsgøtu í Havn - har hava tey gomlu nevniliga hvørki tíð til at liggja á tí latu síðuni ella øðrum til byrðu. Her í hjartanum á høvuðsstaðnum er ein sjóðan av práti og virksemi av alskyns slagi - ikki tí, tað hendir nakað serligt júst hendan dagin, men tí soleiðis er dámurin í húsinum hvønn dag.

Ein bóltur á rull

Wanja Petersen hevur verið dagligur leiðari her í Tilhaldinum í Tórsgøtu síðani húsið varð tikið í nýtslu sum tilhald fyri tey eldru í 1997. Um orsøkina til at hon søkti starvið, sigur Wanja, at hon í sínum arbeiði sum sjúkraróktarfrøðingur hevði sæð alt ov nógvar syrgiligar lagnur, har eldri fólk mest sum bara fánaðu burtur, tí gerandisdagurin ikki longur hevði nakað innihald.

- Alt gott um ellis- og røktarheim, tí tá tann tíðin kemur, skulu tey gomlu sjálvandi fáa alla ta hjálp, tey hava brúk fyri. Men veruleikin er, at meir enn 80 % av teimum eldru eru frísk og klára seg sjálvi. Tað, at fólk fylla 67 og gerast pensjónistar, merkir also ikki tað sama sum, at tað tey eru til reiðar at fara heima at seta seg at trilla tummilfingrar. Tey eldru hava minst líka nógv brúk fyri nýggjum avbjóðingum og at vera virkin, sum vit onnur, og tí er tað ein stór misskiljing at halda, at tað besta vit kunnu gera fyri tey, er at útvega so nógv ellis- og røktarheimspláss, sum til ber, sigur Wanja og leggur afturat, at vit mugu ansa eftir, at vit ikki gera tey eldru til ein trupulleika, sum bara skal avgreiðast.

- Vit, sum eru saman við teimum hvønn dag, síggja jú, hvussu nógv tey hava at bjóða. Tey hava eina rúgvu av lívsroyndum og vitan at oysa av, men tey eru ikki so von við at halda seg framat og vilja helst ikki gera nakað hóvasták burturúr sær sjálvum, men verða tey biðin og lokkaði eitt sindur, er tað sum, tá ein bóltur fer á rull og næstan ikki er at steðga aftur, sigur Wanja.

Lívsgóðskan

Nógva prátið um heilsu er ikki farið framvið teimum eldru her í húsinum. Í Tilhaldinum hava tey sett "Ábyrgd fyri egnari heilsu" á breddan í ár, og tey eldru hava havt høvi at lurta eftir eini langari røð av áhugaverdum fyrilestrum um alt frá mati og rørslu til sosiala samveru og lívsgóðsku.

- Vit hava øll ábyrgd fyri at røkja okkara heilsu, at tað gerst ikki minni átroðkandi, tá tú gerst eldri. Men ein góð heilsa snýr seg ikki bara um at røkja seg sjálvan likamliga. Um vit ikki syrgja fyri at koma út millum onnur og geva lívinum eitt innihald fána vit jú burtur og tá nyttar ein góð likamlig heilsa lítið sigur Wanja og vísir á, at evnið í heilsufyrilestrunum altíð hevur seg snúð seg um, hvat tey eldri sjálvi kunnu gera fyri at hava eitt so gott lív, sum til ber. Í heila tiki sær Wanja tað sum sína fremstu uppgávu at hjálpa teimum eldru á ein hátt, so tey sjálvi kunnu vera við til at skipa sín dag, so lívsgóðskan allatíðina er í hásæti.

Wanja minnir á, at okkara eldru hava jú øll verið von við at hava ein arbeiðsdag, har ymsar uppgávur skuldu loysast. Og uttan mun til, um tey hava verið úti á arbeiðsmarknaðinum ella hava arbeitt heima, so hevur teirra arbeiði verið ein týðandi partur av teirra samleika og kensluni av at gera nakað til nyttu.

- Fyrr í tíðini vórðu fólk ikki fataði sum gomul, fyri enn tey ikki orkaðu at gera nakað til nyttu longur. Men nú hava vit sett eitt tætt skott ímillum tann arbeiðsføra partin av lívinum og aldurdómin, sum kann tykjast heilt burturvið, um tú hugsar um, hvussu væl nógv av teimum eru fyri langt upp í 80 ára aldurin, um tað skal vera.

Seta krøv

Besti mátin at vísa virðing fyri menniskjum er at seta teimum krøv, sigur Wanja avgjørd, tí um tú ongi krøv setur, er tað næstan tað sama sum at siga, at tú onki væntar av teimum. Vit vænta nakað av teimum, sum koma her, tí vit vita, at tey hava eina rúgvu av royndum og hugskotum um alt møguligt. Tí eru tað eisini tey, sum gera av, hvørji tiltøk skulu við á skránna, og hvat virksemi vit annars skulu hava í húsinum, sigur Wanja. Og skráin í Tilhaldinum er nokk besta prógvið um, at her koma tey ikki fyri at seta seg afturá og verða undirhildin. Fimleikur, matgerð, telduprát og frálæra í enskum er bert eitt sindur av tí, sum stendur á skránni hvørja viku, umframt at tey javnan gera útferðir ymsastaðni í Føroyum. Og tað er ongantíð ov seint at læra okkurt nýtt, sum til dømis at spæla Boccia, sum fleiri eru vorðin so kná í, at tey eru farin at ferðast runt til kappingar við onnur eldri í Føroyum. Seinast vann liðið úr Havn gull móti sandoyingum, og síðani tað hevur Bocciafepurin av álvara herjað í kjallaranum í Tilhaldinum.

Virðið økist við aldrinum

Í Tilhaldinum verða tey eldru ikki kallaði brúkarar ella limir, men húsfólk, tí hetta er teirra hús. Og tað bæði sæst og merkis.

Tað var í hesum stóra og vakra bygninginum, gamli Føroya Banki helt til í síni tíð, og allastaðni standa lutir og innbúgv, sum eru fingin til vega ymsastaðni frá, og sum húsfólkini sjálvi hava sett í stand. Uppi undir loftinum í stóra felagsrúminum hongur ein sermerkt ljósakrúna, sum stavar frá Sanatorinum, og á gólvinum stendur eitt stórt og vakurt flygil, sum einkjan eftir Andrias Restorff hevur latið teimum. Niðri í kjallaranum stendur ein gamal snikkarabonkur, sum tað eydnaðist onkrum av húsfólkunum at fáa hendur á úr Mykinesi, og soleiðis fært tú í hvørjum rúmi eyga á okkurt, sum hevur sína egnu livandi søgu - tað er, sum livir hvør tægr í húsinum.

– Tey eldru eru jú ikki von við at fáa alt borið upp í hendurnar, so tað er ongin grund til at byrja nú. Tey vilja fegin gera sítt til at skaffa ymiskt til húsið, og tað ger onki, um tingini krevja ábøtur, tí tað er altíð onkur, sum dugir at seta tað í stand, sigur Wanja og greiðir frá, hvussu vakra, gamla klokkan á vegginum kom í húsið. Ein av monnunum við serliga fittum hondum fekk eyga á klokkuna, og tað tók ikki langa tíð, fyrr enn hon aftur kom til heiður og æru á vegginum, har hon nú gongur, sum var hon spildurnýggj.

- Gomlu lutirnir eru ikki bara vakrir at hyggja at. Tað ger jú eisini húsið nógv meir heimligt, tá tú hevur verið við til at skapa tað sjálvur. Og so kunnu lutirnir eisini minna okkum á, at gomul fólk eru, sum gamlir lutir - tey fáa bara størri virði við aldrinum, flennir Wanja og ger seg klára at taka ímóti teimum fyrstu húsfólkunum. Í dag verður byrjað við felagssangi, so nú ræður um at finna hvønn tøkan stól í húsinum fram ...

Tvær ferðir um vikuna byrja tey eldru í Tilhaldinum dagin við fimleiki, tí vøddarnir eru jú ikki heilt ungir longur
Mynd: Jens Kristian Vang

- Eg stúri ikki fyri at gerast eldri, men endi eg púra hjálparleys í eini song, hopi eg, tað verður skjótt yvirstaðið, sigur 78 ára gamla Sheila Arnskov

78 ára gomul:

Framvegis smágenta – innaní

- Hvussu tað er at verða gomul? Tú, tað hugsi eg ongantíð um, men nú, tú nevnir tað, má eg siga, at tað havi eg onki ímóti, tá tú hugsar um hin møguleikan, flennir Sheila Arnskov, sum er eitt av trúgvu húsfólkunum í Tilhaldinum

TEY ELDRU
Anna V. Ellingsgaard
anna@sosialurin.fo

78 ára gamla Sheila Arnskov er úr Skotlandi og kom til Føroyar í 1964, tá maður hennara fekk starv hjá Ríkisumboðnum. Ætlanin var bert at vera eina tíð her - nøkur ár kanska - men tey vórðu verandi og fara neyvan nakran veg nú, tí sum Sheila sigur

- Føroyar man vera heimsins besta stað at gerast gamal í. Vit kundu í øllum førum ikki ynskt okkum nakað betri.

Náttúrudáma

Sheila hevur havt sína dagligu gongd í Tilhaldinum líka frá byrjan, og henni dámar avbera væl at støkka inn á gólvið. Bæði tí tað er hugnaligt at hitta onnur og fáa eitt gott prát, men eisini tí hon heldur starvsfólkini duga so væl at skipa fyri spennandi tiltøkum. Okkurt skifti hevur hon sjálv eisini verið limur í nevndini, men ikki beint nú, tí hon heldur seg ikki hava nóg góða tíð.

- Vit hava fingið okkum eini hús á Sandoynni við einum deiligum og stórum urtagarði, og tað krevur jú sítt. Vikan hevur bara 7 dagar, so man hevur tíverri ikki tíð til alt, man fegin vil vera við í, sigur Sheila. Tá hon og maðurin ikki eru á Sandoynni, búgva tey við Dalavegin í Havn, har tey hava eina íbúð í sama húsi, sum sonurin og svigerdótturin.

- Tað riggar bara fínt. Gomul og yngri kunnu saktans búgva í sama húsi; tað veldst bara um, hvussu man trívist saman, og tað hevur ikki endiliga nakað við aldurin at gera, heldur Sheila, sum er sera glað um, at sonurin og konan hava fingið sær ein hund, sum hon altíð er klár at ganga túr við.

- Eg eri náttúrumenniskja, og tað besta, eg veit, er at ganga túrar. Eg svimji tveir morgnar um vikuna saman við Morgunfrúunum, og plagi at ganga frá Dalavegnum niðan í svimjihøllina, sigur Sheila, sum eisini er fastur fúsur í gongufelagnum í Havn. Og tá stóra Fólkaheilsurenningin var herfyri, kláraðu Sheila og maðurin at ganga 5 1/2 km undir 1 tíma.

Lítla gentan

Tá Sheila kom til Føroyar var hon fyri tað mesta heima hjá teimum 3 synunum, meðan teir vóru smáir. Men tað gekk ikki lang tíð, til hon byrjaði at undirvísa í enskum á kvøldskúla á Fróðskaparsetrinum og seinni eisini á Læraraskúlanum. Og við síðuna av hevur hon allatíðina fingist við at umsett úr føroyskum bæði til enskt og danskt. Sjálvt um Sheila ikki undirvísir longur, heldur hon seg ikki hava nógva frítíð, men tá hon slappar av, er tað sum oftast við eini góðari bók.

- Eg eri við í einum lesiringi, har vit hittast av og á at práta um onkra bók, vit hava avtalað at lesa. Og so spæli eg eisini klaver so ofta, eg kann, tí tað havi eg altíð gjørt, og tað skal jú haldast við líka, sjálvt um eyguni eru farin at bila eitt sindur. Annars hugsi eg ongantíð um, at eg eri við at verða gomul. Eg føli meg mest sum hasar russisku dukkurnar, tú veit, við nógvum smærri dukkum inni í - eg eri enn tann lítla gentan innast inni, smílist Sheila.

Sheila og 81 ára gamla klavervinkonan Solveig Mørkøre Dam. Tær eru báðar ídnir klaverleikarar og dáma væl at spæla saman, tá høvi býðst