



Fridebo

**Tryggt och bekvämt boende
för äldre i Hanaskog**

Fridebo är ett seniorboende i ett lummigt och lugnt område i centrala Hanaskog. I huset finns bibliotek, en mötesplats för äldre och lägenheter för tryggt och bekvämt boende för äldre. Mötesplatsen i Fridebo är en populär samlingsplats för byns pensionärer.



Fridebo är ett av Göinghem AB:s seniorboenden, där Du som hyresgäst hyr Din lägenhet direkt av oss. Fridebo ingår i Göingehems och Östra Göinge kommuns gemensamma satsning på tryggt och bekvämt boende för äldre.

Huset har automatiska dörröppnare, hiss och loftgångar. Det finns 16 lägenheter i huset, både 2:or och 3:or. I vissa av lägenheterna finns tvättmaskin installerad. Tvättstuga finns i husets bottenplan.

Den som behöver få sin bostad anpassad eller ett trygghetslarm installerat ansöker om detta hos kommunen.



Hjälp med städning, tvätt, inköp, personlig omvårdnad eller matdistribution ges av hemtjänst, något man också ansöker om hos kommunen.

Fridebo - mötesplatsen i Hanaskog



Att mötesplatsen i Fridebo är populär går inte att ta miste på. Det är Fridebos intresseförening Stjärnan som står för de flesta av aktiviteterna vid mötesplatsen. Stjärnan erbjuder olika aktiviteter, 4 dagar per vecka. Den alltid lika populära fredagsbingon lockar många besökare, liksom inomhusbowlingen och grötkvällarna.



Nils-Åke Sjösten är den ständige bingoutroparen, men också kassör i Stjärnan. Medlemsavgiften ligger på blygsamma 40 kronor per år. Föreningens aktiva jobbar helt ideellt med aktiviteterna, och allt föreningen får in går direkt tillbaka till verksamheten.

Kaffe och fikabröd är viktigt! Vera Wallin är en av de frivilliga fikavårdarna i Stjärnan som hjälps åt att koka kaffe och plocka fram.

Fikan kostar en guldpeng, ett pris som gällt sedan föreningen bildades.





Vävning och gemenskap

Ett glatt gäng damer träffas på förmiddagarna i Fridebos vävsal för att väva och umgås.

Man hjälps åt att planera och sätta upp de olika vävarna.

Sissi Olsson håller i vävningen, och den som vill vara med och väva kan ta kontakt med henne för att göra ett studiebesök i vävsalen i Fridebo. Sissi träffas på tel 044 - 635 08



Linnéa Nilsson ser till att vävsalen är öppen och att det lagas förmiddagskaffe.

Fridebo har blivit en populär mötesplats med stor gemenskap!





- Alla ska känna sig välkomna hit!

Maj-Inger Svensson är ordförande i intresseföreningen Stjärnan.

– När jag blev pensionär klarade jag inte riktigt av att sluta jobba. Jag kom hit för att hjälpa till med sittgympan. Först var jag väldigt tveksam när de bad mig, men jag åkte ändå hit och när jag sen körde hem så tänkte jag: – Jag behövs!

Samhörigheten på mötesplatsen är mycket viktig. Ofta blir gruppen sittande efter sittgympan eller andra aktiviteter och diskuterar. Många har bott länge i Hanaskog och minns hur det var förr.

Föreningens styrelse brukar besöka nyinflyttade i huset för att hälsa dem välkomna i gemenskapen vid mötesplatsen.

– Vi har många trevliga fester tillsammans, till midsommar, mårten, påsk och jul till exempel. Då äter vi tillsammans och har underhållning och lotterier. Vi har det roligt och trivs tillsammans.

Maj-Inger förklarar att alla är välkomna till mötesplatsen och att vara med i Stjärnan. Man måste inte bo i huset för att delta.

– Alla ska känna sig välkomna hit! Varje månad kommer Fridebo-bladet med information om månadens program.



”Här finns gemenskap för den som vill”

Maria Görnebrand arbetar med frivilligverksamhet i Östra Göinge kommun och har hand om samordning av frivilliga vid mötesplatserna för äldre.

– Mötesplatserna är en del av tryggheten för många äldre. Var och en väljer själv hur mycket man vill delta, här finns gemenskap för den som vill.

Östra Göinge kommun står för lokalen och lämnar ett driftsbidrag till mötesplatsverksamheten. Även andra föreningar och organisationer är med och ordnar aktiviteter, står för fika eller underhållning. Kyrkan, Röda korset, ELM, LION:s och hyresgästföreningen hjälper till att fylla mötesplatsen med trevliga aktiviteter.

Maria är Fridebos trygghetsvärd, och finns i regel på plats torsdagar.

– De dagar jag inte är på plats går det att nå mig per telefon. Det är en viktig trygghet både för de boende och de frivilliga.

Maria kan nås på telefon helgfri måndag – fredag: 044-775 65 86

Bibliotek

I bottenplanet i Fridebo finns också Hanaskogs bibliotek. Här kan man låna böcker i alla dess format, tidningar och filmer.

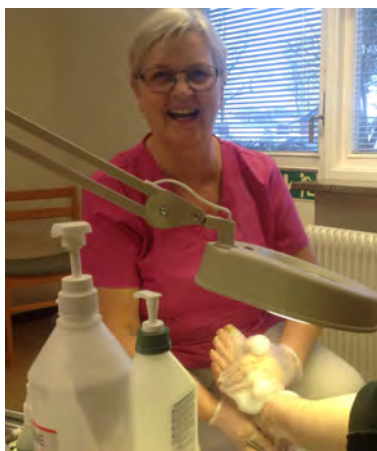
För dem som vill koppla upp sig mot omvärlden finns det internetdator och tillgång till wifi, utan kostnad. Kopiator/skrivare finns också.

Dagstidningar, tidskrifter och vissa låneböcker finns i tidningsrummet, som är öppet under bibliotekets öppettider.

För mer information kontakta bibliotekarie Jennie Marie Stridsberg, Hanaskogs bibliotek
Tel 044 - 636 64

Biblioteket har öppet:

Måndag 15 - 19. Tisdag 15 - 19. Torsdag 10 - 12, 13 - 16.



Fotvård

På första våningen finns också fotvårdslokal. Ungefär var sjätte vecka kommer fotvårdaren till Fridebo.

Den som vill boka tid hos fotvårdaren gör det genom att ringa direkt till henne.

För mer information och tidsbokning kontakta AnnMarie Svensson
Tel 0709 - 48 24 52



Tryggt och bekvämt boende i Östra Göinge kommun

Östra Göinge Kommun och Göingehem AB utvecklar gemensamt former för tryggt och bekvämt boende för äldre i Östra Göinge Kommun.

I ett första steg har kommunen och bolaget gemensamt förtydligat och förstärkt kopplingen mellan bolagets befintliga seniorbostäder och kommunens mötesplatser för äldre i nära anslutning till dessa.

Verksamheten vid mötesplatserna bygger på ett aktivt deltagande från besökarna, olika organisationer, studieförbund och andra.

För mer information kontakta Lena Svensson, 044-775 6587 eller Maria Görnebrand, 044-775 6586, eller www.ostragoinge.se

Göingehem

Göingehem AB är kommunens allmännyttiga bostadsbolag. Göingehem har drygt 1400 lägenheter fördelade på 6 orter i Östra Göinge kommun. Bolaget äger fastigheten som Fridebo är inrymt i. Lägenheterna hyrs direkt av bolaget.

För mer information, kontakta kundtjänst på 044 -775 2500 eller gå in på hemsidan www.goingehem.com.



Östra Göinge
kommun

