



Nyhetsbrev mars 2019

Välkomna till årsmötet 6 april 2019 kl 16.00

Lokal: Riddargatan 1, Stockholm, Mottagningen för alkohol och hälsa, plan 2

Meddela om du kommer: [sven.andreasson@gmail.com](mailto:sven.andreasson@gmail.com)

## Hjälp oss att stödja verksamhet vid äldrecenter

Vår förening stöder två äldrecentra i byarna Panamadangi och Kavanur. Dessa äldrecentra har dagverksamhet för totalt 60 fattiga äldre som inte har stöd från något annat håll.

*Vi behöver snabbt samla in minst 37 000 kr som saknas för verksamheten i år. Både stora och små bidrag är välkomna!*

Vi ber er att sätta in pengar på Friends of Vellores pg 58 23 40-6. Ditt stöd kommer att ge ett bättre liv och hälsa för de äldre.



## Varför behövs äldrecentra?

Förutsättningarna för de äldre är svår i Indien. Det belystes helt nyligen när Indiens högsta domstol (the Supreme Court) påtalade behovet att tillskjuta resurser för att varje distrikt ska kunna ha minst ett boende för de äldre som befinner sig under fattigdomsgränsen. Samtidigt påpekade domstolen att den statliga pensionen för de äldre behöver höjas; den har sedan 2007 varit oförändrad på 200 Rs per månad vilket motsvarar 92 Rs i dagens penningvärde och räcker till knappt 2 kg ris (delstaternas tillskott till denna summa varierar). Det är uppseendeväckande att Indiens högsta domstol kommer med ett opåkallat yttrande av detta slag. Samtidigt är det uppenbart att den efterfrågade insatsen inte på något sätt är tillräcklig för det ökande antalet äldre i Indien, år 2021 beräknas det finnas drygt 140 miljoner som är 60 år eller äldre.

## För vem finns verksamheten på de äldrecentra som vi stöder?

De äldre som deltar på verksamheten har en svår bakgrund. Avflyttningen från landsbygden, arbetslöshet och högre levnadskostnader gör att deras anhöriga inte kunnat ge dem hjälp. Dålig fysisk hälsa och bristen på ett helt mål lagad mat har lett till undernäring och dålig hälsa. Många av dem lider också av fysiska handikapp efter obehandlade skador som inte vårdats. De har dålig



ekonomisk status. De flesta, såväl kvinnor som män, har under sin yrkesverksamma tid varit grovarbetare (coolies) med daglön. Några av dem har lite pengar men flertalet har inga pengar alls. Många är också ekonomiskt utnyttjade och får aldrig tillgång till sin pension.

## Äldrecentrets verksamhet bedrivs med ett helhetsperspektiv

Verksamheten tar sikte på att hantera de äldres ohälsa ur ett helhetsperspektiv.

- **Kost**  
På centren får de äldre ett måltid lagad mat per dag samt mellanmål. Maten består normalt av ris, bönor, linser och grönsaker. En näringsfysiolog ger stöd för att de äldre ska få en näringsrik kost.
- **Rekreation**  
Centret bedriver olika typer av gemensamma aktiviteter som högläsning, sång, spel m.m. De äldre har en köksträdgård och skördar grönsaker som används i maten som serveras. En annan verksamhet är att tillverka papperspåsar av gamla tidningar som säljs för att få lite inkomst till centret.
- **Fysisk omsorg**  
De äldre har dagligen fysiska aktiviteter i form av gymnastik samt övar finmotorik och balans. De genomför också olika former av traditionella sånglekar.
- **Psykosocial omsorg**  
På äldrecentret får de också psykosocial omsorg. De får regelbundet besök av en diakon och får då tillfälle att prata om sin situation och hjälp att ventiler sina känslor.

Verksamheten kostar 70 000 kr per år för två centra med 60 äldre. Vi söker nu bidrag från er för att kunna fortsätta stödja verksamheten under 2019.



**Fortsätt stödja verksamheten i Vellore!**

Mer info på vår hemsida [www.friendsofvellore.se](http://www.friendsofvellore.se) och på Facebook