

## Kommunens äldrelinje - för dig som behöver någon att prata med

Äldrelinjen erbjuder  
medmänskligt stöd,  
någon som lyssnar. Du  
kan ringa om du har  
frågor om coronaviruset  
covid-19 eller något annat  
du funderar på. Du kan  
också ringa om du bara  
vill prata med någon en  
stund.

Äldrelinjen är öppen  
vardagar klockan  
08.00-15.00.  
Telefon: 0582-68 60 48

Om vi inte kan svara  
precis när du ringer, så  
ringer vi upp dig så snart  
vi kan.

## Få uppdaterad information

Fler organisationer som  
medverkar kan tillkomma.  
Vi publicerar dem på  
kommunens webbplats,  
[www.hallsberg.se/  
ensamhet](http://www.hallsberg.se/ensamhet)

Du kan också få  
information genom att  
ringa kommunens  
kontaktcenter.  
Telefon: 0582-68 50 00.



HALLSBERGS  
KOMMUN

HALLSBERGS KOMMUN

## Tillsammans bryter vi ofrivillig ensamhet.

Det kan vara jobbigt att vara ensam, inte  
minst nu när social distansering gör att många  
är isolerade under pandemin. Här får du  
information om stöd som kan minska känslan av  
ensamhet och bidra till god hälsa.



HALLSBERGS  
KOMMUN

## Prata med någon om hur du mår

Det är inte ovanligt att känna sig ensam med sina tankar och känslor när livet känns osäkert och du kanske känner dig isolerad. Att prata med någon kan upplevas som avlastande och känslan av att vara ensam kan då kännas mer hanterbar.

Hallsberg har idag en äldrelinje dit du kan ringa om du har frågor, eller om du bara vill prata med någon. Utöver denna samtalslinje finns organisationer som vill vara med och motverka ofrivillig ensamhet genom att erbjuda telefonkontakt.

Från kommunen är vi glada att civilsamhället vill vara med och hjälpa till i denna viktiga fråga. Tillsammans bryter vi ofrivillig ensamhet.

## Så går det till

- Du ringer en valfri kontaktperson hos en av de deltagande organisationerna.
- Om personen du ringt inte har möjlighet att svara, kan du lämna ett röstmeddelande där du anger det telefonnummer du vill bli uppringd på.
- Kontaktpersonen ringer sedan upp dig.

Alla organisationer har tystnadsplikt och för inte något du säger vidare till någon annan.

## Deltagande organisationer

### PRO

PRO är Sveriges största mötesplats för pensionärer. Vi påverkar viktiga samhällsfrågor och ser till att livet som pensionär blir roligare.

Kontaktperson: Birgit Tannerstad 070-359 01 75  
birgit.tannerstad@hotmail.com

Webbplats: [www.pro.se](http://www.pro.se)

### SKPF Pensionärerna

SKPF Pensionärerna är ett pensionärsförbund som är öppet för alla, oavsett yrkesbakgrund.

Kontaktperson: Ann Larsson 073-912 56 68

Webbplats: [www.skpf.se](http://www.skpf.se)

### SPF Seniorerna

SPF Seniorerna är en partipolitiskt och religiöst obunden medlemsorganisation för alla som har rätt till pension i Sverige, oavsett ålder.

Kontaktperson: Lasse Törnkvist 070-544 87 75  
saxen.lasse@yahoo.se

Webbplats: [www.spfseniorerna.se](http://www.spfseniorerna.se)

### Studieförbundet Vuxenskolan

Studieförbundet Vuxenskolan är en idéburen folkbildningsorganisation med visionen om ett samhälle där människor växer genom kunskap, insikt och delaktighet.

Kontaktperson: Tuula Lundberg 070-855 39 02  
tuula.lundberg@sv.se

Webbplats: [www.sv.se](http://www.sv.se)