

Klicka på länken! [Här är jag \(textad\) - Karlskrona kommun - YouTube](#)

# Träffpunkterna erbjuder gemenskap och aktiviteter

**Karlskrona kommun arbetar på många olika sätt med att bryta ensamhet. En del av det arbetet är en satsning på att nå ut till så många seniorer över 65 år som möjligt med information om träffpunkterna och de aktiviteter som erbjuds där.**

Runtom i Karlskrona finns flera träffpunkter, eller mötesplatser, dit seniorer är välkomna. Där kan besökaren delta i aktiviteter som träning, yoga, tematräffar, it-café, underhållning, utflykter, bingo eller bara umgås med andra.

- Träffpunkterna erbjuder många olika aktiviteter och kan ge stor mening för den som deltar. Nu vill vi att fler ska upptäcka dem och komma dit, säger Yvonne Pettersson, enhetschef hälsa och förebyggande verksamhet på äldreförvaltningen.

Som en del av den informationssatsning som nu startar har bland annat en låt och musikvideo tagits fram, som kommer spridas i olika format och kanaler med budskapet om träffpunkterna. Där deltar och sjunger bland andra seniorer och medarbetare från avdelningen för hälsa och förebyggande verksamhet på äldreförvaltningen, och man får följa några ensamma seniorer som hittar till träffpunkternas gemenskap. Låten "Här är jag" är en svensk tolkning av "This is me" – en låt som är känd från filmen "The Greatest Showman".

Initiativet till låten kommer från ett medborgarförslag.

- Inför julen 2020, mitt under pandemin, gjorde jag och mina medarbetare en första låt med musikvideo i syfte att bryta den ensamhet som många upplever runt julen. "Ingen ska behöva känna sig ensam runt julen" hette den. Vi uppträdde med den låten under förra årets seniormässa, vilket uppskattades av många av de seniorer som var på plats. Kort därefter kom ett förslag från en senior att vi borde göra en ny låt som kan hålla mer över tid, och som inte är knuten till en viss högtid, säger Therese Stjerna, avdelningschef hälsa och förebyggande verksamhet på äldreförvaltningen.

- Jag tror att videon och låten i kombination med information om träffpunkterna är ett bra sätt att nå ut till människor som kanske sitter ensamma hemma eller bara vill prova något nytt. Vi vill visa dem att träffpunkterna finns och hoppas att många nås av budskapet, fortsätter Therese Stjerna.