

**”Här händer nästan mirakel”  
Äldrekollot som fenomen, görandet av ålder under vistelsen och kollots  
implikationer för äldres hälsa och livskvalitet**

Gabriella Nilsson, Lisa Ekstam och Janicke Andersson

Sommarkollon för äldre – äldrekollon – har i olika former etablerats runt om i Sverige, inte minst sedan början av 2000-talet. Några verksamheter har kommunalt stöd och andra drivs ideellt. De arrangeras vanligen i en naturskön miljö som ska möjliggöra utevistelser och dagarna växlar mellan planerade aktiviteter i grupp och fri tid. Det som förenar verksamheterna är den positiva effekt äldrekollot beskrivs ha för deltagarnas hälsa, välbefinnande och livskvalitet. Kollovistelsen antas bryta en socialt exkluderande vardag och leda till nya vanor och vänskapsband som består. Sommarkollon är annars något som brukar förknippas med barn och barndom, där stadsbarn ges en möjlighet att få komma ut på landet och leka, bada och andas frisk luft. I denna rapport diskuteras hur de här associationerna inverkar på hur kollon för äldre arrangeras och upplevs?

**Nyckelord:** Äldre, kollo, livskvalitet, göra ålder, åldersnormer

**Where "miracle" happens. Senior camps, doing age and implications for older people's health and quality of life:** Summer camps for older people - senior camps - has in various forms been established around Sweden, not least since the early 2000s. They are usually arranged in a natural setting that will allow staying outdoors and the days alternate between planned group activities and free time. Recurrent is the positive effect senior camps are described to have on the participants' health, wellbeing and quality of life. The stay at a senior camp is said to break a socially exclusive everyday life and lead to new habits and long-term friendships. Summer camps are usually associated with children and childhood, where urban children are given an opportunity to get out of the country and play, swim and breathe fresh air. In this report it is discussed how these associations affect how senior camps are organized and experienced?

**Keywords:** Ageing, summer camp, life quality, doing age, age norms

Nilsson, Gabriella, Ekstam, Lisa och Andersson, Janicke:

”Här händer nästan mirakel”. Äldrekollot som fenomen, görandet av ålder under vistelsen och kollots implikationer för äldres hälsa och livskvalitet  
*Working Papers in Medical Humanities*, Vol 2, No 3, 2016: 1-91.

Published by Lund University Libraries:

<http://journals.lub.lu.se/index.php/medhum/index>



**“Här händer  
nästan mirakel”**

**ÄLDREKOLLOT SOM FENOMEN,  
GÖRANDET AV ÅLDER  
UNDER VISTELSEN  
OCH KOLLOTS IMPLIKATIONER  
FÖR ÄLDRES HÄLSA  
OCH LIVSKVALITET**

Gabriella Nilsson, Lisa Ekstam  
& Janicke Andersson

”Jag besöker ett sommarkollo för äldre. Vi går genom skogen på väg tillbaka från sjön när vi passerar en gräsplan med en rutschkana. För några år sedan åkte en 87-årig kvinna två gånger i rutschkanan, berättar en av kolloledtagarna som promenerar vid min sida. ’Jag ska åka rutschkana’, hade hon sagt och sedan gjort det. Det hade varit helt fantastiskt! Det är för att det är kollo, säger en annan av deltagarna. Man blir barn på nytt. Jag frågar om det är därför de åker på kollo? Ja, kanske, menar de. För att bli ung på nytt, säger den ena. Vi kastar alla mediciner och åker på kollo i stället, fortsätter den andra.” (ur fältdagbok)

Sommarkollon för äldre – äldrekollon – har i olika former etablerats runt om i Sverige, inte minst sedan början av 2000-talet. Några verksamheter har kommunalt stöd och andra drivs ideellt. De arrangeras vanligen i en naturskön miljö som ska möjliggöra utevistelser och dagarna växlar mellan planerade aktiviteter i grupp och fri tid. Det som förenar verksamheterna är den positiva effekt äldrekollot beskrivs ha för deltagarnas hälsa, välbefinnande och livskvalitet. Kollovistelsen antas bryta en socialt exkluderande vardag och leda till nya vanor och vänskapsband som består. Sommarkollon är annars något som brukar förknippas med barn och barndom, där stadsbarn ges en möjlighet att få komma ut på landet och leka, bada och andas frisk luft. Hur inverkar de här associationerna på hur kollon för äldre arrangeras och upplevs?

I den här rapporten presenteras studien ”Här händer nästan mirakel”. Äldrekollot som fenomen, görandet av ålder under kolonivistelsen och verksamhetens implikationer för äldres hälsa och livskvalitet. Inom ramen för studien har intervjuer gjorts med kolloarrangörer och deltagare, liksom observationer av två äldrekollon. Författarna är forskare verksamma vid Lunds universitet. Janicke Andersson (projektansvarig) är fil. dr i Äldre och åldrande vid Centre for Ageing and Supportive Environments. Lisa Ekstam är med. dr och legitimerad arbetsterapeut vid Institutionen för hälsovetenskaper och Centre for Ageing and Supportive Environments. Gabriella Nilsson är docent i etnologi vid Institutionen för kulturvetenskaper.



LUND  
UNIVERSITY



WORKING PAPERS IN MEDICAL HUMANITIES  
VOL 2, NO 3, 2016  
ISBN 978-91-639-0940-5



”HÄR HÄNDER NÄSTAN MIRAKEL”



# ”Här händer nästan mirakel”

Äldrekollot som fenomen, görandet  
av ålder under vistelsen och kollots  
implikationer för äldres hälsa och livskvalitet

GABRIELLA NILSSON, LISA EKSTAM OCH JANICKE ANDERSSON



LUNDS  
UNIVERSITET

Working Papers in Medical Humanities, Vol 2, No 3, 2016.  
Published by Lund University Libraries:  
<http://journals.lub.lu.se/index.php/medhum/index>

Omslagsbild av Johan Laserna  
Fotografier i texten av Lisa Ekstam

Copyright Gabriella Nilsson, Lisa Ekstam och Janicke Andersson 2016

ISBN 978-91-639-0940-5

Tryckt i Sverige av Media-Tryck, Lunds universitet, Lund 2016



# Innehållsförteckning

## FÖRORD

## INLEDNING

Studiens syfte och genomförande	10
Tidigare forskning och teoretiskt ramverk	13
Disposition	15

## GÖRANDET AV ÅLDER PÅ ÄLDREKOLLO

Introduktion och metodbeskrivning	18
Olika förhållningssätt till fenomenet ”kollo”	19
Synen på aktiviteter och fri tid	21
Kollots funktioner	24
Att utmana sin förmåga	29
Gemenskap och nya vänskaper	35

## ERFARENHETER AV ÄLDREKOLLO OCH KOLLOTS

### BETYDELSE I VARDAGEN OCH FÖR HÄLSAN

Introduktion och metodbeskrivning	44
På äldrekollo händer nästan ”mirakel”	44
Kollots hälsofrämjande verkan	47
Gemenskap som avbrott till ensamhet	50
Upplägg och aktiviteter	52
Vem är äldrekollo till för?	57
Reflektioner kring ålder	58



KOLLOT SOM KULTURHISTORISKT FENOMEN	
Introduktion och metodbeskrivning	62
Från barnkollo till äldre kollo – en idéhistorisk resa	64
Kollo som terapeutisk och hälsofrämjande miljö	70
Att planera åldersadekvata aktiviteter	73
Maten och måltidens betydelse för hälsa och gemenskap	77
Gemenskapen och den sociala omsorgen	79
SAMMANFATTANDE DISKUSSION	83
REFERENSER	87
FÖRFATTARPRESANTATIONER	91

## Förord

Hösten 2012 hörde vi ett radioinslag om äldre personer som åker på sommarkollo. I inslaget berättades om äldre som levde upp, som och blev piggare och friskare när de kom ut i vacker natur och fick uppleva den gemenskap som kollovistelsen innebar. Det här gjorde oss intresserade av fenomenet ”äldre-kollo” som efter lite efterforskning visade sig bedrivas på flera platser i Sverige. Vid en översiktlig sökning på Internet märkte vi att solskensberättelser om olika ”mirakel” som inträffat var vanliga. Vi läste om äldre som om åkte rutschkana, som slutade äta mediciner och slängde sina käppar och rollatorer. Var det så att vistelsen på äldre-kollo ledde till mirakel? Hur skulle vi förstå alla dessa berättelser? Med ett citat från en av medietexterna som rubrik formulerade vi forskningsprojektet ”Här händer nästan mirakel”, som kom att finansieras av Crafoordska stiftelsen och Ribbingska stiftelsens Minnesfond.

Från ett tvärvetenskapligt perspektiv som involverade forskare från arbetsterapi, kritisk gerontologi och etnologi genomförde vi under 2015 trettio intervjuer med arrangörer och deltagare samt gjorde observationer vid två olika äldre-kollon inom ramen för projektet. Därutöver gjordes en insamling av mediematerial som behandlade sommarkollon för äldre. Det är detta sammanlagda material som presenteras i den här rapporten. Rapporten är tänkt som en populärt hållen introduktion till forskningsprojektet och dess resultat och riktar sig till personer som bedriver äldre-kolloverksamhet, till beslutsfattare och administratörer inom verksamhetsområdet äldre, samt till personer är allmänt intresserade av äldres hälsa och välbefinnande.

Vi vill härmed tacka våra finansiärer Crafoordska stiftelsen och Ribbingska stiftelsens Minnesfond som gjort det ekonomiskt möjligt att genomföra projektet. Vi vill även tacka de forskningsmiljöer vid Lunds universitet som gett oss ett vetenskapligt sammanhang, Centre for Ageing and Supportive Environments (CASE) som huserar projektet och Institutionen för kulturvetenskaper. Vi vill även tacka Johan Laserna som gjort omslaget till rapporten, Gunilla Albertén på Media-Tryck för sättningen av texten och Erik Skogh på CASE som hjälpt till med marknadsföring och forskningskommunikation. Sist men inte minst vill vi tacka alla arrangörer och deltagare i de äldre-kollon vi undersökt.

*Lund april 2016*

*Janicke Andersson (projektansvarig), Lisa Ekstam och Gabriella Nilsson*



## Inledning

Jag besöker ett sommarkollo för äldre. Vi går genom skogen på väg tillbaka från sjön när vi passerar en gräsplan med en rutschkana. För några år sedan åkte en 87-årig kvinna två gånger i rutschkanan, berättar en av kolloledtagarna som promenerar vid min sida. ”Jag ska åka rutschkana”, hade hon sagt och sedan gjort det. Det hade varit helt fantastiskt! Det är för att det är kollo, säger en annan av deltagarna. Man blir barn på nytt. Jag frågar om det är därför de åker på kollo? Ja, kanske, menar de. För att bli ung på nytt, säger den ena. Vi kastar alla mediciner och åker på kollo i stället, fortsätter den andra (ur fältdagbok).

Sommarkollon för äldre – äldrekollon – har i olika former etablerats runt om i Sverige sedan slutet av 1990-talet. Några verksamheter har kommunalt stöd och andra drivs ideellt. De arrangeras vanligen i en naturskön miljö som ska möjliggöra utevistelser och dagarna växlar mellan planerade aktiviteter i grupp och fri tid. Det som förenar verksamheterna är den positiva effekt äldrekollot beskrivs ha för deltagarnas hälsa, välbefinnande och livskvalitet. Kollovistelsen antas bryta en socialt exkluderande vardag och leda till nya vanor och vänskapsband som består.

Traditionellt är sommarkollon något som förknippas med barn och barndom. Stadsbarn, kanske med särskilda behov, skulle ges en möjlighet att komma ut på landet och där få leka, bada och andas frisk luft, men även fostras till goda samhällsmedborgare (Münger 2000, Idvall 2011). Sommarkollon kan därför per definition sägas vara ”barnsliga” i det att de organiseras utifrån principer som antas gälla för barn. Det är vanligen barn som anses behöva leka, bada och andas frisk luft, men som också är i behov av (upp)fostran (se Sundhall 2016). Hur inverkar de här associationerna på hur kollon för äldre arrangeras och upplevs? Det här är en fråga som undersöks i studien *”Här händer nästan mirakel”. Äldrekollot som fenomen, görandet av ålder under vistelsen och verksamhetens implikationer för äldres hälsa och livskvalitet.*

## Studiens syfte och genomförande

Den studie som presenteras här undersöker äldrekollot från ett tvärvetenskapligt perspektiv – från ett kulturhistoriskt kontextualiserande perspektiv med fokus på fenomenet äldrekollo och dess organisatoriska principer; från ett etnografiskt perspektiv med fokus på deltagarnas identitetskonstruktion och görandet av ålder under kollovistelsen; och från ett aktivitetsperspektiv med fokus på görande, livskvalitet och hälsa i vardagen före och efter vistelsen. Äldrekollot som fenomen är vetenskapligt intressant eftersom tidigare studier av sociala interventioner riktade till äldre visat att det är kombinationen av gemensamma aktiviteter och ett genomtänkt program som gett de mest positiva effekterna på hälsa och livskvalitet.

Centrala frågeställningar är därför hur en förväntan på äldrekollots positiva effekter för deltagarna påverkar hur verksamheten organiseras och bedrivs på en strukturell nivå, liksom det sätt på vilket ålder görs av deltagarna själva under kollovistelsen. Hur påverkar föreställningar om vad ett kollo är vilken verksamhet och vilka ålderskodade praktiker som är möjliga? Hur upplevs kollot av deltagarna och har vistelsen någon inverkan på deras vardag? Dessa övergripande frågeställningar besvaras genom tre delstudier som i den här rapporten redovisas i separata kapitel av respektive forskare.

### *Görandet av ålder på äldrekollo – ett etnografiskt perspektiv*

En av delstudierna tar sin utgångspunkt i ett intresse för hur ålders görs och får skilda betydelser i olika sammanhang. Verksamheter riktade till äldre, såsom äldrekollot, utformas vanligen utifrån samhällsliga föreställningar om vad det innebär att ha uppnått en viss ålder och hur denna ålder förhåller sig till aspekter som hälsa, funktionsförmåga och delaktighet. För att förstå kollots funktion och hälsofrämjande potential är det centralt att undersöka hur deltagarna förhåller sig till, och agerar när de vistas i verksamheten. I den här delstudien undersöks, från ett etnografiskt perspektiv, hur deltagare i två olika äldrekolloverksamheter gör ålder, i relation till verksamheten och dess ledare såväl som i mötet med de andra deltagarna. I vilka sammanhang, och på vilket sätt, får ålder betydelse under kollovistelsen och hur relaterar kollodeltagarna till olika föreställningar om ålder? Hur förhåller sig deltagarna till normer om äldre och åldrande? Hur inverkar detta görande av ålder på deras självbild och identitet?

Delstudien har utgjorts av observationer vid två olika äldrekollon under vardera en vecka, sommaren 2015. Observationerna har genomförts i en form som brukar kallas medföljande observationer och innebär att passiva iakttagelser kombineras

med aktivt deltagande och informella samtal i ett kontinuerligt växelspel mellan forskaren och de olika forskningspersonerna (jfr Alftberg 2012). Det här är en metod som lämpar sig särskilt väl för att studera händelser, skeenden och praktiker som är spontana, outtalade eller omedvetna. Under observationerna har forskaren ibland iakttagit och lyssnat, ibland själv deltagit i aktiviteter och samtal. Berättelser, hela citat och beskrivningar av händelser har i efterhand nedtecknats i en fältdagbok, vars innehåll utgör delstudiens empiriska material. En tematiserande analys av detta material har gjorts och redovisas deskriptivt i denna rapport.

Delstudien har genomförts av Gabriella Nilsson som är docent i etnologi och verksam inom forskningsnoden Medicinsk Humaniora vid Institutionen för kulturvetenskaper, Lunds universitet.

*Sociala aspekter och hälsa i vardagen före och efter kollovistelsen  
– ett aktivitetsperspektiv*

Den andra delstudien finner det centralt att reflektera över äldrekollets potential att positivt förändra deltagarnas vardag, hälsa och livskvalitet. Studien fokuserar på deltagarnas förväntningar på och erfarenheter av vistelsen på kollo genom att undersöka livskvalitetsfaktorer som känslor av ensamhet, social inklusion, aktivitet och delaktighet i samhället och jämför de äldres upplevelser före och efter kollovistelsen. Vad har deltagarna för tankar och föreställningar om äldrekollet som fenomen och om ålder och åldrande? Hur ser deltagarna på faktorer som ensamhet, socialt stöd, aktivitet och delaktighet i samhället? Vilka förväntningar har deltagarna på att kollet ska komma att inverka på deras vardag? Upplever de att kollovistelsen har någon inverkan i deras vardag med särskilt avseende på social inklusion, aktivitet och delaktighet?

Delstudien genomfördes vid ett kollo i form av en fallstudie med både kvalitativ och kvantitativ metodologisk utgångspunkt. Kvalitativa intervjuer gjordes med åtta kolonibesökare före vistelsen. Två månader efter vistelsen intervjuades samma åtta deltagare samt två nya deltagare som var på kollet för första gången. Varje intervju varade cirka 1,5 timme. Fokus i intervjuerna var tankar och föreställningar om ålder och åldrande liksom äldrekollet som fenomen. Ett annat tema var vardag och hälsa. Ett tredje, förväntningar på och erfarenheter av vistelsen på äldrekollo. En deskriptiv tematisk analys är genomförd och redovisas i denna rapport. Vidare gjordes en mätning av faktorerna upplevd ensamhet (Andersson 1992; 1998, Jyhla 2004), depression (CES-D) (Radloff 1977), delaktighet i vardagens aktiviteter (GAP) (Eriksson 2014) och livstillfredsställelse (LiSat-11) (Fugl-Meyer, Melin och Fugl-Meyer 2002) vilken också redovisas i rapporten. Instrumenten användes två månader före och två månader efter kolonivistelsen.

Delstudien har genomförts av Lisa Ekstam som är med. dr och legitimerad arbetsterapeut, verksam i forskargruppen ”Delaktighet, åldrande och vardagsliv” vid Institutionen för hälsovetenskaper samt i Centre for Ageing and Supportive Environments (CASE), Lunds universitet.

### *Kollot som fenomen – ett kulturhistoriskt perspektiv*

För att förstå äldrekollots funktion och hälsofrämjande potential behöver fenomenet och dess organisatoriska principer placeras i en kulturhistorisk kontext. Vilka föreställningar, normer och ideal är kollobegreppet laddat med? Äldrekollovistelsen beskrivs inte sällan som full av lek. Ett led i de ”mirakel” som sägs ske på äldrekollot förefaller vara ett förbarnsligande av deltagarna. Det blir därför viktigt att beakta hur arrangerandet av äldrekollon påverkas av att utgångspunkten är en verksamhet ursprungligen avsedd för barn. Vad är syftet med att kalla verksamheten äldrekollo och vilken betydelse är detta tänkt att få för deltagarnas hälsa och livskvalitet?

Delstudien genomfördes som en kombination av textanalys av mediematerial och intervjuer med verksamhetsansvariga vid flertalet aktiva seniorkollon i Sverige. Intervjuernas karaktär är semistrukturerade (Kvale och Brinkman 2009) och omfattar teman som bakgrunden till verksamheten, dess organisation och bakomliggande ideologi.

Textanalysen baseras på en mediesökning i Retriever med sökorden pensionärskollo, äldrekollo, mogenkollo, seniorkollo, sommarvistelse för äldre, seniorläger och sommarkollo för äldre. De insamlade medietexterna har analyserats med en diskursanalytisk metod som innebär en syn på våra handlingar och vårt vetande om världen som tolkade genom, och påverkade av de språk vi omges av och använder. I analysen av texterna har fokus varit att synliggöra föreställningar och för-sant-hållanden om äldre och åldrande i allmänhet och fenomenet kollo i synnerhet. Med utgångspunkt i Foucaults kritiska perspektiv på hur sanning och kunskap konstrueras diskursivt öppnas för nya tolkningar av dessa föreställningar och för-sant-hållanden (Foucault 1980, Foucault 1993).

Delstudien har genomförts av Janicke Andersson (projektledare) som är fil. dr i Äldre och åldrande och verksam i forskargruppen Aktivt och hälsosamt åldrande vid Centre for Ageing and Supportive Environments (CASE), Lunds universitet.

*Etiska förhållningssätt*

Studien har godkänts av regionala etikprövningsnämnden i Lund den 8/4 2015. Forskningspersoner i studien är verksamhetsansvariga vid aktiva kollar i Sverige samt deltagare vid två äldrekollar. Kontakter med verksamhetsansvariga har tagits per telefon och intervjuer genomförts på deras arbetsplatser. Inför intervjuer med deltagare och observationer vid kollar togs inledande kontakter med verksamhetsansvariga vid två kollar och medgivande om att göra observationer av verksamheterna under sommaren 2015 erhöles. Verksamhetsansvariga har i sin tur informerat samtliga personer som anmält sig till respektive kolla om att en observationsstudie skulle bedrivas under en av två möjliga kolloveckor. I början av vistelsen lämnade deltagarna skriftligt samtycke till att medverka i observationsstudien.

Vid ett av dessa två kollar tillfrågades samtliga deltagarna om att medverka i en intervjustudie och de första åtta som tackade ja intervjuades. Urvalet kompletterades sedan med ytterligare två deltagare (se vidare beskrivning i resultat från delstudien). Exkluderingskriterium var om en person hade svårighet att delta i en intervju som t.ex. kognitiva nedsättningar eller så bristande kunskaper i svenska att en intervju inte kunde genomföras utan tolk. Under studiens gång blev det inte aktuellt att exkludera någon deltagare.

Inga personuppgifter utöver förnamn, kön och ålder har samlats in. Inspelade intervjuer och transkriberingen av dessa, liksom fältdagboken, förvaras konfidentiellt enligt vetenskaplig praxis. Endast de medverkande forskarna i projektet ges tillgång till materialet.

## Tidigare forskning och teoretiskt ramverk

Sociologen Ann-Charlotte Münger har i sina studier av barnkolonier visat hur sommarkolonier för barn växte fram i Europa under industrialiseringen från 1800-talet som ett sätt att motverka den tilltagande sociala misär som trångboddheten i de snabbt växande städerna ledde till. Den första kolonin i Sverige arrangerades år 1883. Sommarkollorörelsen var en filantropisk rörelse vars grundtanke var att friluftsliv i kombination med näringsrik mat skulle verka stärkande på de socialt, ekonomiskt och kroppsligt utsatta barn som var tänkta att vistas på kolonierna (Münger 2000, Münger 2014). I det här perspektivet ingick idén om barns emotionella värde och ”barndomen” som en tid för ledighet, frihet och lek, i synnerhet sommartid, men även en tid för fostran. Vissa aktiviteter, inte minst badandet och simundervisningen, var här centrala.

I sommarkollorörelsen förenades en romantiserad bild av barndomen med friluftsrörelsens idéarv. De som kom att skickas på kolla var följaktligen de barn vars



”barndom” inte motsvarade idealet – fattiga barn från arbetarklassen som annars riskerade att behöva arbeta under sommaren (Münger 2000). Under 1900-talet och början av 2000-talet har barnkoloniernas verksamhet kommit att förändras till att bli en verksamhet som mer bygger på barnens fria vilja och aktivering. Kolonierna idag riktar sig också till bredare målgrupper än de ursprungliga kolonierna och tanken om att erbjuda fostran av en viss samhällsklass har försvunnit från verksamheten (Münger 2014). Vi är i den här studien intresserade av hur sommarkollorörelsens idéarv inverkar på utformningen av sommarkollon för äldre. Får de starka konnotationerna till barn och barnlighet någon betydelse för deltagarnas upplevelser av vistelsen?

Många studier har visat ett starkt samband mellan äldres hälsa och internaliseringen av positiva eller negativa åldersstereotyper. De som identifierar sig med en negativ syn på äldre, eller uppfattar sig själv som ”gamla” i negativ bemärkelse, rapporterar sämre hälsa, sämre kognitiva förmågor och lägre självkänsla, säger sig vara mindre nöjda med sin livssituation och har sämre fysiologisk funktionalitet (Montepare 2009, Coudin och Alexopoulos 2010, Stewart m.fl. 2012). Forskningen visar också att jämförelser med andra personer i samma ålderskategori spelar en stor roll för identifiering liksom för hur äldre uppfattar det egna åldrandet och hälsan (Hagan Hennessy 1989, Gilleard och Higgs 2000, McHugh 2000, Jolanki 2009, Bennett och Gaines 2010). Forskningen talar alltså för att det vid verksamheter riktade till äldre, såsom äldre kollo, är viktigt att medvetandegöra hur ålder föreställs, beskrivs och görs. Detta är inte minst viktigt när det gäller de professionellas attityder och bemötanden, liksom hur verksamhetens innehåll utformas. Men det är också viktigt för att förstå hur samspelet mellan de äldre fungerar; hur de äldres uppfattningar om sig själva och sin ålder förhandlas och omförhandlas i den sociala interaktionen under kollovistelsen.

Det saknas systematiska studier som, från ett tvärvetenskapligt perspektiv och med utgångspunkt i en konkret verksamhet, undersöker görandet av ålder från ett såväl individuellt som organisatoriskt perspektiv. Den här studien tar fasta på görandet av ålder under kolonivistelsen och hur det relaterar till olika diskursiva föreställningar och organisatoriska villkor, för att i förlängningen försöka förstå och förklara upplevelser av hälsa och livskvalitet. Den teoretiska utgångspunkten för studien är ett performativt perspektiv som tar fasta på hur identitet produceras och reproduceras genom olika talhandlingar och kulturella praktiker (Butler 2006). Det är från detta perspektiv vi undersöker hur organisatörer och verksamhetsledare talar om arrangerandet av äldre kollo och det utbud av aktiviteter som erbjuds, genom att förhålla sig till normer om äldre och åldrande (Laz 2003, Laz 1998, Andersson et al. 2011). Det är också från detta performativa perspektiv som vi analyserar i vilken utsträckning, och på vilket sätt ålder får betydelse under deltagarnas kollovistelser.

Uppfattningar om lämpliga aktiviteter för äldre har en tydlig förbindelse till åldersnormer. Närvänen (2009) beskriver ålder som en social kategorisering och menar att denna kategorisering alltid är kopplad till makt och social status, vilket manifesteras i en ständigt pågående kamp om maktpositioner inom det sociala fältet med hjälp av hänvisningar till individers ålder. I den här studien delar vi Närvänens konstruktivistiska utgångspunkt.

## Disposition

I rapporten presenteras det material och den forskningsdata som genererats i studien på ett översiktligt deskriptivs sätt, utifrån en första tematisk analys. Efter denna inledande del följer tre separata kapitel där de olika delstudierna presenteras av respektive forskare. Det första kapitlet tar utgångspunkt i den observationsstudie som genomförts av Gabriella Nilsson och som syftar till att synliggöra hur ålder görs under vistelsen på äldrekolle. Därefter följer ett kapitel som presenterar Lisa Ekstams intervjustudie av deltagarnas upplevelser och erfarenheter före, under och efter vistelsen på kolle. Slutligen presenteras Janicke Anderssons studie av förhållandet mellan sommarkollet som kulturhistoriskt fenomen och de organisatoriska principer som präglar arrangerandet av samtida äldrekolle. Rapporten avslutas med en diskussion där vi knyter ihop trådarna från de olika delstudierna och pekar mot de vetenskapliga synergier som ett tvärvetenskapligt projekt av det här slaget kan ge.



## Görandet av ålder på äldrekollo

*Gabriella Nilsson*



## Introduktion och metodbeskrivning

Under sommaren 2015 genomfördes medföljande observationer vid två sommarkolonier för äldre i Sverige. Under vardera en vecka bodde jag tillsammans med kollodeltagarna och deltog i verksamheten. Observationer är en kvalitativ forskningsmetod som lämpar sig särskilt väl för att studera det spontana eller outtalade. Genom att forskaren är närvarande kan händelser och skeenden uppfattas som annars går forskningen förbi. Syftet med delstudien har varit att undersöka hur deltagarna förhåller sig till kolloverksamheten och varandra i termer av ålder. I vilka sammanhang får ålder betydelse under kollovistelsen och på vilket sätt? Hur görs ålder i relation till normer om äldre och åldrande och hur påverkar det deltagarnas upplevelse av vistelsen?

Under observationerna har jag ibland iakttagit och lyssnat, ibland själv deltagit i aktiviteter och samtal. Berättelser, hela citat och beskrivningar av händelser har i efterhand nedtecknats i en fältdagbok, vars innehåll utgör delstudiens empiriska material. I det här avsnittet presenteras detta material på ett översiktligt sätt med utgångspunkt i olika centrala teman. Dessa är deltagarnas förhållningsätt till fenomenet ”kollo”, deras syn på aktiviteter och kollots hälsofrämjande funktioner, krämpornas betydelse för forandet av gemenskap och för uppkomsten av begränsningar. I beskrivningen blandas materialet från de båda observationerna samman. Anledningen till detta är huvudsakligen etiska skäl för att underlätta anonymisering. Vid behov har detaljer i materialet ändrats för att försvåra igenkänning av enskilda deltagare.

De två äldrekollon som observerats har valts ut då de skiljer sig åt organisatoriskt. Det ena kollo drivs av en ideell förening, det andra av kommunen. Det ena riktar sig till relativt friska och aktiva äldre, medan det andra öppnar för deltagare med större vård- och omsorgsbehov. Till det ena kollo anmäler sig deltagarna själva, medan deltagande i det andra bygger på ett behovsgrundat urval. Ensamhet i vardagen är ett centralt kriterium vid urvalet. Det ena kollo är lite dyrare än det andra, men båda verksamheter är kraftigt subventionerade.

Båda äldrekollon är belägna i naturskön skogsmiljö med närhet till vatten och deltagarna vistas i båda fallen på kollo under en veckas tid. Till det ena kollo reser deltagarna med egen bil eller med kollektivtrafik. Till det andra kollo kommer några deltagare med färdtjänst, andra lämnas av barn och barnbarn. En person kör egen bil. På det ena kollo bor deltagarna i flera äldre villor, antingen i enkelrum eller tillsammans med en äkta hälft alternativt en väninna. Till detta kollo har ett trettio-tal deltagare tagits in den här sommaren, varav sex män. Några av rummen ligger på andra våningen och nås enbart via smala trappor. Den mindre andel deltagare som använder rollator måste lämna den i farstun.

På det andra kollot bor alla deltagare tillsammans i ett större enplanshus. De delar rum två och två eller tre och tre med personer de inte känner på förhand. Det första som sker vid ankomsten är att deltagarna hittar en rumskamrat, vilket är tänkt att öppna för möten och nya vänskaper. I vanliga fall är sängarna staplade på varandra som våningssängar, men till äldrekollot monteras de isär och ställs på golvet. Detta gör rummen trånga, inte minst eftersom flertalet deltagare använder rollator. Två kolloveckor anordnas per sommar och under den observerade veckan deltog 20 personer, varav fem män.

Vid båda kollon är åldersspannet stort mellan den yngsta deltagaren och den äldsta, liksom skillnaderna i fråga om hälsa och funktionsförmåga. Vid det ena kollo ingår dock ingen vård- och omsorg i ledarnas uppgifter, något som utgör en betydande del av arbetet på det andra. Den ena verksamheten erbjuder ett stort antal schemalagda aktiviteter, medan dagarna vid det andra kollo framförallt struktureras utifrån måltiderna.

Gemensamt för båda kolloveckorna är att det stora flertalet deltagare är mycket nöjda med vistelsen och glada över att ha fått vara en del av kollo. Det råder delade meningar om vad som varit bra och vad som kan förändras, men enighet om att ”den positiva stämningen” kan sammanfatta veckan på kollo.

## Olika förhållningssätt till fenomenet ”kollo”

Företeelsen sommarkollo har tydliga konnotationer till barn men också mer specifikt till natur, frisk luft, utevistelser, lek och bad. Av den här anledningen är det intressant att undersöka hur äldre personer förhåller sig till fenomenet kollo. I materialet framträder olika, tillsyns motsatta förhållningssätt. Vissa deltagare anammar den traditionella idén om vad ett kollo är och ser konnotationerna till barn och barndom som något positivt. För dem blir lek och bad något som de menar bör ingå även på ett äldrekollo. Berättelsen om en 87-årig kvinna som åkt rutschkana på kollo återberättas av arrangörer och i medierna, men också av deltagarna själva. Det är tydligt hur den här typen av berättelser bidrar till att forma förväntningarna inför kollovistelsen för vissa av deltagarna, men även upplevelserna av att faktiskt vara på kollo.

Idag har flera deltagare bestämt sig för att bada. Under promenaden till sjön lyssnar jag till ett samtal mellan två kvinnor. De pratar om vad det innebär att vara på kollo. Vad man måste göra. Den ena kvinnan säger att hon bara måste bada. Om hennes döttrar får höra att hon varit på kollo utan att bada blir de inte glada, berättar hon skämtsamt. ”Då skäller det på mig”, skrattar hon. ”Med så tuffa döttrar som jag har är det bara att bita ihop och bada”, säger hon. Den andra kvinnan håller med och

menar att det har blivit ett omvänt förhållande mellan henne och barnen. Nu är det hon som är barnet, och dottern som är mamman som bestämmer, berättar hon. ”Lilla mamma, säger hon”, skrattar kvinnan.

I det här exemplet framgår att kvinnornas, om än skämtsamma, redogörelse för vad en vistelse på sommarkollo bör innehålla, liksom det mått av tvång detta innebär, ligger nära beskrivningen av sommarkolonier för barn. Ett ”förbarnsligande” av dem framstår som oproblematiskt, och närmast eftersträvansvärt för kvinnorna. När de är på kollo har de för avsikt att göra det som är brukligt på kollo, d.v.s. bada. Det här exemplet på hur kvinnorna så att säga ”går i barndom” genom att förlika sig med dottrarnas krav på dem som kollodeltagare, synliggör hur nära kategorierna barn och äldre ligger varandra i termer av makt, eller snarare maktlöshet. Att vara äldre är att på nytt bli barnet och tvingas rätta sig efter vad andra bestämmer. För de här kvinnorna blir detta grunden för formandet av en åldersgemenskap, men för andra deltagare är det tvärtom viktigt att ta avstånd från de konnotationer till barn som fenomenet ”kollo” ger. För dem symboliserar kategorin barn i allmänhet och barnkollo i synnerhet en ofrihet som de inte kan förlika sig med.

Under en promenad börjar ett mindre sällskap kollodeltagare prata om fenomenet kollo. De skämtar om ordet äldrekollo. Vad innebär det? Är det roligt eller lite tönigt? De jämför sommarkollon för barn med det äldrekollo de nu är en del av. En kvinna berättar att hon valde att åka hit eftersom hon aldrig fick åka på kollo som barn. ”Men jag har inte tagit med mig baddräkt!”, betonar hon. Jag tänker att badandet måste vara en stark symbol för sommarkollon för barn, en symbol som hon väljer att ta avstånd från. En annan kvinna berättar att hon var på kollo som barn på 1950-talet, men att hon upplevde det som alltför präglat av måsten. Som barn tvingades hon hoppa i och bada trots att det var kallt i vattnet. Hon tvingades simma. Hon tvingades äta upp vällingen, minns hon. I hennes minne av barnkollot verkar det vara den fostrande aspekten som dominerar. Men nu som äldre, på äldrekollo, finns inga sådana måsten, menar hon. En man bekräftar detta och säger: ”Nej, vill man inte göra något är det bara att låta bli!”. Alla i sällskapet håller med om att detta nog är den största skillnaden mellan ett barnkollo och ett äldrekollo – valfriheten och självbestämmandet.

I båda exemplen är det tydligt att deltagarnas föreställningar om sommarkollon för barn påverkar hur de förstår och förhåller sig till den verksamhet för äldre som de nu är en del av. Idén om barnkollot är verksam i deras förståelse av äldrekollot, och därmed deras förståelse av sig själva. Men i motsats till det första exemplet där kvinnorna anammar den ”barnslighet” som ligger i detta begrepp framträder i det se-

nare ett behov av att göra ålder på ett ”icke-barnsligt” sätt i termer av självbestämmande. Den tvingande och fostrande aspekten av barnkollot uppfattas av dessa deltagare inte vara relevant för förståelsen av ett äldre kollo.

## Synen på aktiviteter och fri tid

Det som framförallt skiljer det båda verksamheterna åt är graden av schemalagda aktiviteter. Vid det ena kollo saknas i stort sett organiserade aktiviteter utöver måltider, promenader och bad. Istället ägnas tiden åt att sitta i solen och samtala deltagarna emellan. Vid några tillfällen spelas kubb eller bingo och en av kvällarna ordnas logdans med levande musik. Några deltagare beklagar sig över det myckna stillasittandet – av ”träsmak i baken” och av att det ”låser sig i ryggen” – men på det stora hela verkar de nöjda med detta upplägg. Att få vistas ute i solen beskrivs av många som något de längtat efter.

Vid det andra kollo är dagarna schemalagda, från morgon till sen eftermiddag och kväll. Ett av de äkta paren som är där för andra året i rad är mycket förväntansfulla. De uppskattar särskilt alla aktiviteterna och att inte veta vad som ska hända. ”Vi får prova på så mycket nytt. Det ska bli spännande!”, menar de. Den här sommaren får deltagarna prova på flugfiske, linedance, akvarellmålning och smide. De får lyssna på föredrag om hälsa, fysisk aktivitet och mindfulness. De får gå på rockkonsert, bruksvandring och fågelskådning. I relation till aktivitetsutbudet blir det emellertid tydligt att deltagarna har olika förväntningar på vad en vistelse på kollo ska innebära. De organiserade aktiviteterna verkar ha kommit som en överraskning för några, varför schemat blir ett återkommande samtalsämne under veckan. ”Det är mycket som ska hinnas med och passas in under veckan”, konstaterar en av kvinnorna under första lunchpausen. Andra berättar att de sett en lista över möjliga aktiviteter och trott sig fritt kunna välja och vraka bland dessa. Nu visar det sig att hela dagarna är schemalagda för olika aktiviteter. ”Det är ett allt för späckat schema!”, menar en kvinna. ”Det måste finnas tid till att göra vad vi vill. Vila. Promenera”.

En av ledarna bekräftar den här uppfattningen redan när han hälsar välkommen. Han menar att ”kollo” är ett dubbelbottnat begrepp och säger:

”Ni ska vara aktiva, bada, fiska, hoppa i sjön. Badar ni får ni högt betyg! Men samtidigt tycker jag att ordet aktiv används alldeles för mycket nu för tiden. Det är aktivitet, aktivitet, aktivitet. Ni ska vara aktiva från det att ni slår upp ögonen. Men kollo handlar också om att sänka axlarna. Nu är vi på kollo, nu ska vi ta det lugnt och slappna av. Det ska vara mer av ett semester tempo”.



Det kan tyckas motsägelsefullt att på detta sätt uttala en kritik mot att det ställs för höga aktivitetskrav på äldre idag, samtidigt som den egna verksamheten präglas av ett schema fulltecknat av aktiviteter. Men flera deltagare anser att kollo just har mer av ett "semestertempo". En kvinna berättar att hon har gått mycket på kurser tidigare i sitt liv som pensionär. Men sedan hon, som hon själv formulerar det, blivit en "äldre äldre" har hon kommit att föredra äldrekollo. "Det är så bra för här krävs det inget av en. Man blir bara serverad och behöver inte prestera något", menar hon. Även andra deltagare delar synsättet att kollo är avslappnat eftersom det inte ställs krav på prestation. "På kollo räcker det att bara vara". Så till vida liknar dessa deltagares upplevelser av kollovistelsen de som deltagarna vid det andra kollo ger uttryck för, trots att dagarna ser helt annorlunda ut här. Tydligt är att upplevelserna beror på vad som förväntats och vad deltagarna jämför med.

Till viss del kan en negativ syn på schemalagda aktiviteterna förstås som ett motstånd mot tvång och ett argument för självbestämmande på ett sätt som liknar diskussionen ovan, om motviljan mot kollobegreppet.

Två av de gifta paren diskuterar veckan som gått. Det ena paret anser att det varit alldeles för mycket aktiviteter. Det kunde ha varit mer ledig tid, menar de. Det andra paret invänder och menar att det absolut inte ska vara mindre aktiviteter. "Om du inte ville vara med på alla aktiviteter behövde du ju bara avstå", menar kvinnan i paret. "Jo, i och för sig", håller mannen i det första paret med om, men låter tveksam. Jag frågar om han tyckt det var svårt att utebli från en aktivitet? "Nej, nej! Det har inte varit svårt. Jo, lite förresten, man är ju uppfostrad, tyvärr", svarar han.

I det här samtalet lyfts självbestämmandet fram som ett argument för schemalagda aktiviteter på äldrekollo – den som inte vill vara med kan ju alltid välja att avstå, en möjlighet som vanligtvis inte ges barn. Samtidigt antyder en av männen att normer för artighet gör det svårt att stå upp för detta självbestämmande. Det är även tänkbart att det aktivitetsideal som riktas till äldre påverkar mannens upplevelse. Att inte delta i aktiviteter riskerar att försätta kolloledagaren i en negativ äldreposition som konnoterar passivitet och stagnation (jfr Blaakilde 2007, M. Nilsson 2008, Nilsson 2013).

Även om ingen är uttalat kritisk till verksamheten, så uttrycks en missnöjdhet över att det inte funnits tid till att vara mer utomhus, i den omgivande naturen. För en kvinna var naturen själva poängen med att åka på kollo. Hon har så tråkig gård, berättar hon, så det betyder mycket att få komma till en vacker miljö. Av det här missnöjet framgår att idén om vad ett kollo är, med vistelser i naturen, frisk luft och bad, hos vissa skapar en förväntan på vad vistelsen ska innebära. Åker de på kollo så ska det också vara "kollo", så som de föreställt sig det. Den här uppfattningen kommer igen i båda verksamheter.

Jag sitter på bryggan tillsammans med en av de kvinnliga deltagarna. Hon pratar om vattnet. Hur vackert det är. Hur mycket hon alltid älskat att sitta på en brygga och plaska med fötterna i vattnet, och att bada. Det är sällan hon får möjlighet att bada, berättar hon, men här på kollo har hon badat varje dag. ”Man måste bada här!”, menar hon. ”Tänk om man kom hem och inte hade badat, det hade ju inte varit klokt”, anser hon.

Om idén om kollo inte infrias kan det leda till besvikelse, vilket synliggörs i ytterligare ett exempel som också det handlar om badande:

En av de kvinnliga deltagarna vill passa på att bada under vistelsen, berättar hon, men har inte hittat någon badplats. Detta trots att verksamheten ligger precis invid vattnet. Ledaren har skämtat om att han vill se deltagarna bada, men han har inte berättat vart detta kan ske. Inte heller finns möjlighet till bad inlagt i schemat. Vid frukosten får kvinnan utpekat för sig var det finns bryggor och vid lunchen pratar hon med några andra deltagare om att bada. Kvinnan säger att det är nu när solen skiner som de borde passa på! De borde avvika från schemat och gå och bada! Hon vill så gärna bada, berättar hon, men tycker det är svårt om hon inte har någon att göra det tillsammans med. Hon känner sig osäker när det är ett nytt ställe. Hon får emellertid ingen respons från de andra deltagarna. Det är oklart om någon av de andra ens tagit med sig badkläder. Dagarna går och det blir inget badande för kvinnan. Vid slutet av veckan skojar ledaren om att han är besviken över att ingen badat. ”På kollo ska man ju bada! Man brukar ju se hur barn som är på kollo hoppar i och badar, men jag har inte sett er bada en enda gång”. Nu kan inte kvinnan hålla sig längre, utan svarar upprört att hon faktiskt velat bada hela veckan, men att det varken funnits en badplats eller tid till att göra detta. Ledaren medger att det delvis stämmer. Badbryggorna närmast huset har varit upptagna då de varit i för dåligt skick, men det har funnits en alternativ badplats. ”Jag var faktiskt där och hade tänkt bada”, berättar kvinnan, ”men när jag kom dit såg det inte ut som om någon hade varit där på många år. Det var inte skött”. Ledaren svara att den badplatsen är kommunens ansvar, så det var inget de kunnat påverka.

I det här exemplet framgår att traditionella föreställningar om barnkollo både är en del i ledarens skämtsamma attityd gentemot deltagarna och i kvinnans förväntningar på kollovistelsen. För båda förknippas kollo med badande. Trots detta framstår inte ledarens uppmaning att deltagarna ska bada som allvarligt menad. Hans skämtande bygger snarare på ett förgivettagande om att de inte är där för att bada. Att bryggorna är upptagna, att den alternativa badplatsen inte är skött och att inte tid till bad möjliggjorts i schemat synliggör detta ytterligare. Det vill säga, trots att verksamheten använder en benämning som konnoterar barn och bad är det underförstått att när denna typ av verksamhet riktar sig till äldre ska den innehålla andra aktiviteter, mer anpassade efter denna ålder. För kvinnan som velat bada innebär detta att hennes förväntan på kollo inte uppfylls.

Men att vissa deltagare önskat bada eller vistas mer i naturen innebär inte att detta är den allmänna meningen. Snarare är det tydligt hur det råder delade meningar om vad en äldrekollovistelse är och bör vara. Flera deltagare vill inte veta av utevistelser och friluftsliv. När det enligt schemat är dags att gå en längre promenad i skogen säger en kvinna att hon absolut inte tänker gå med. Jag frågar om hon inte är här för friluftslivet? ”Nej, verkligen inte”, betonar hon. Hennes väninna skrattar och berättar att det sa hon redan innan de reste. Att hon inte tänker vara ute i naturen. Inför den fågelskådning som schemalagts en tidig morgon säger en man att han inte tänker gå om det regnar. En kvinna säger att hon inte tänker gå vare sig det regnar eller inte. Några andra kvinnor menar dock att de tänker gå även om det regnar. Det har tagit med sig gummistövlar och regnkläder!

## Kollots funktioner

### *Att kasta loss*

Även om aktivitetsutbudet skiljer sig åt mellan de båda kolonierna, är de förvånansvärt lika i många avseenden. En likhet är att det finns en tydlig förväntan på att en vistelse på kollo ska leda till en förändring av något slag, en förväntan som återfinns såväl hos arrangörer och ledare som hos deltagarna. Själva det faktum att deltagarna valt att åka på kollo beskrivs inte sällan som början på en förändringsprocess – ett sätt att ”kasta loss” och våga prova något nytt, som ledaren på ett av kollona formulerar det. En kvinna berättar att hon valt att åka på kollo som ett sätt att ”komma på banan igen”. Att börja om på nytt efter att hennes man gått bort två år tidigare. Idén om resandets funktion för skapa aktiva äldre är central i såväl diskursiva beskrivningar som i äldres egna berättelser. Det här perspektivet på äldre, att de behöver försätta sig i rörelse och kasta loss för att inte stagnera, är i själva verket vanligt återkommande inom ett rådande aktivitetsparadigm (jfr Nilsson 2013).

Kolloledaren menar att många äldre inte vågar åka på kollo. Det är ett för stort steg, berättar han för gruppen. Eller så får de inte för barnen. Barnen kan inte avvara deras hjälp så länge, säger han. Istället hittar många på förevändningar för att inte åka i form av krukväxter, katter eller gubbar som inte kan lämnas hemma. ”Men då säger jag så här: Ta med dem eller sälj dem! Det gäller både krukväxterna, katten och gubben”, skojar ledaren. Från det här perspektivet framstår vistelsen på kollo som resultatet av ett aktivt val, en självständig handling. Detta är emellertid inte alltid fallet.

Bland kollodeltagarna är det ofta hustrun, ett barn, en väninna, eller hemtjänstpersonalen som förmått dem att ”kasta loss”. En kvinna berättar att hon nästan ”lurat” med sig maken på kollo. Han ville åka och bo på pensionat och då hade hon

sagt att kollo var nästan som pensionat. ”Det var det inte!”, betonar han under samtalet. En annan kvinna berättar hur hennes dotter tjatat på henne att ringa och anmäla sig till kollot. ”Eller befallit, snarare”, minns hon. ”Nu ringer du!”, hade dottern sagt, så då var det bara att ringa, något hon inte ångrar. Ytterligare en kvinna beskriver hur tveksam hon varit inför att åka på kollo i år. Hon hade nyligen varit med om ett otäckt fall och kände sig inte tillräckligt kry. Dessutom var hon ”blåslagen i hela ansikten”, som hon formulerar det. Men hemtjänsten hade tjatat och tjatat. ”De vet ju att jag borde åka. Att jag behöver komma iväg och få lite ombyte. Att det är bra för mig. Så jag åkte”. Väl här tycker hon det är skönt att slippa tänka på handling och matlagning, och att sitta i solen. Hon älskar solen, berättar hon.

För en av männen var det vännerna som uppmuntrat honom att anmäla sig till kollot. Han berättar att de tyckte han blev lite gnällig på eftermiddagarna och att han därför kunde behöva någon att prata med när han åt eller tittade på TV. Inför vistelsen föreställde han sig att han kanske skulle lära känna någon annan gubbe som kan åka och hälsa på. ”Jag har bil”, berättar han, ”så jag kan ta mig var som helst. Jag tänkte att kanske skulle det finnas någon gubbe som hade liknande intressen som jag kunde sitta och prata med”. Av de här exemplen framgår att redan anmälandet till kollot, för vissa deltagare, inneburit att de i någon mån gett upp sitt självbestämmande. Vistelsen är för dem resultatet av uppmuntran, tjat eller ”befallning”. Även om de i efterhand kommit att uppskatta vistelsen, bygger den på att någon annan ansett sig ”veta bättre” än de själva vad som är bra för dem. Här framgår att förväntan på kollots positiva funktioner inte bara finns hos deltagarna själva, utan i allra högsta grad även hos andra personer i deras närhet.

### *Förbättrad hälsa*

Allra tydligast är förväntan på kollots hälsofrämjande funktion eller förnygrande verkan. I en samtida äldrediskurs uppfattas åldrandets negativa aspekter inte nödvändigtvis som helt ofrånkomliga, utan antas gå att motverka genom olika aktiva handlingar (jfr Mannerfeldt 1999, Andersson 2007, Nilsson 2011). Fysisk aktivitet och hälsosam mat är exempel på detta. För många av kollodeltagarna framstår vistelsen på kollo som en sådan aktiv handling.

Två kvinnor som båda deltog i kollot förra året hälsar glatt på varandra. Den ena tillhör de yngsta deltagarna, den andra de äldsta. ”Ska vi baka tillsammans i år igen?”, frågar den yngre kvinnan. ”Min man bakar som sjutton”, fortsätter hon och pekar på sin man. ”Det hårda brödet som var så gott. Han bakar det ofta. Du då, bakar

du?”. Den äldre av kvinnorna skrattar: ”Ingenting! Jag är så krallig. Har ont i ryggen. Man blir så på gamla dar”. ”Då får vi ta med dig på gymna sen då!”, svarar den yngre kvinnan skrattande.

I det här exemplet framstår gymna som lösningen på den äldre ”kralliga” kvinnans ryggont. I ett annat exempel framhålls dansens hälsofrämjande funktion. Efter en logdans som ordnats på det ena kollolet menar en av männen att det var länge sedan han kände sig så pigg i kroppen. ”De säger ju att i den här åldern ska man dansa sig frisk”, menar han, ”och jag har i alla fall inte blivit sämre. Jag har inte ett dugg ont i benen. Jag får hem nu och dansa med frugan varje dag”. Bland både ledare och deltagare tycks det finnas en förväntan på dylika förbättringar under kollovistelsen. Under ett samtal berättar en man att han tycker han blivit mycket bättre i kroppen sedan han kom till kollolet. Han tror att det är den sociala samvaron som gjort att kroppen känns bättre. Ledaren, som deltar i samtalet, bekräftar hans upplevelse och menar att kollolet brukar ha den effekten på deltagarna. ”Det händer saker i kroppen”, menar hon.

En annan ledare berättar att det första hon märker under kolloveckan är att deltagarna behöver mindre mediciner än vanligt. Det struntar i sina kvällsmediciner. De glömmar bort insomningstabletterna men somnar ändå. Flera deltagare bekräftar att de sover ovanligt bra på kollo. En av männen berättar att han morgonen efter logdansen sov två timmar längre än vanligt. ”Sov du två timmar längre idag?”, frågar ledaren imponerat. ”Det är gott betyg det!”. En kvinna tycker det är fantastiskt att få lov att sova ända till klockan sex. Kanske vaknar hon till några gånger, men det är lätt att somna om, berättar hon. Inte som hemma, där hon sover en timma och sedan ligger vaken och tänker. Hon tror själv att det beror på alla intryck. Att på kollo har hon en anledning att bli trött. Hemma har hon under längre perioder haft hemtjänst som hjälpt henne med läggningen vid 18.30. ”Inte kan jag sova då!”, utropar hon upprört.

Av vissa deltagare upplevs känslan av kroppslig förändring som magi. ”Du trollar med oss!”, utropar en kvinna som med hjälp av en ledare lyckats ta sig ner i vattnet och nu simmar för första gången på många år. Även i ett annat exempel framställs kollovistelsen som en förvandlingsprocess.

Under en promenad genom skogen på väg tillbaka från sjön tillsammans med några kollodeltagare passerar vi en gräsplan med en rutschkana. För några år sedan åkte en 87-årig kvinna två gånger i rutschkanan, berättar en av deltagarna. ”Jag ska åka rutschkana”, hade hon sagt och sedan gjort det. Det hade varit helt fantastiskt! ”Det är för att det är kollo”, säger en annan av deltagarna. ”Man blir barn på nytt”. Jag frågar om det är därför de åker på kollo? Ja, kanske, menar de. För att bli ung på nytt, säger den ena. ”Vi kastar alla mediciner och åker på kollo i stället”, fortsätter den andra.

Den här promenaden är inte det första tillfälle då jag fått höra berättas om den 87-åriga kvinnan som åkt rutschkana. I en tidningsartikel har jag läst att händelsen omnämns som ett ”mirakel” (*Finnveden Fredag* 20080826). Det är tydligt att ord som mirakel och trolleri är del i frammanandet av den upplevelse av förändring som förväntas av kollovistelsen. I en annan situation framstår det nästan som om ”miraklet” uppstår i stunden:

Det är sista dagen på kollo. På vägen ut från huvudbyggnaden ropar en kvinna med rollator på mig. Hon berättar att hon blivit så disträ och undrar om jag vet vart vi ska gå. Jag berättar att vi ska gå ut och spela boule och vi slår följe mot hissen. ”Jag är lite efter i huvudet nu, så jag fattar inte allt”, förklarar hon. Hon misstänker att den här kolloveckan kanske blivit lite för mycket för henne. Hon är för långsam och hinner inte ifatt. Och så är hon inte van vid så mycket nyheter. Det är för mycket nya saker och ny mat. Hemma äter hon alltid samma mat, men här hade hon fått problem med magen. Nu behöver hon åka hem och vila upp sig ordentligt, berättar hon medan vi väntar på hissen. När hissen kommer trycker jag på knappen till den automatiska dörröppningen. När dörren inte öppnar sig direkt drar jag i hantaget. ”Nej, dra inte i handtaget! Man ska inte pressa elektroniken”, skriker kvinnan åt mig, varpå jag överrumplad släpper handtaget. Hon verkar lika förvånad själv över sin reaktion och säger ”Nej men detta är ju jag! Det är så här jag är! Jag har blivit frisk!”. Hon reflekterar över händelsen och menar att det kanske ändå har varit positivt med alla dessa nya intryck. Kanske har de påverkat hennes hjärna på något sätt? Hon säger att hon nog borde försöka ändra på sin enformiga vardag när hon kommer hem. ”Jag måste nog börja göra det”, menar hon. ”Jag måste ta tag i det”.

I det här fallet är det tänkbart att upplevelsen av ett ”mirakel” av det här slaget under kollovistelsen fungerar som en inspiration till att förändra livssituationen i vardagen. Så till vida får kollo just en hälsofrämjande effekt. Men även om de allra flesta deltagare är positiva både till de hälsovinster som vistelsen på kollo ger, finns exempel som signalerar ett visst motstånd mot att leva upp till normen om individens, och i synnerhet den äldres, ansvar för den egna hälsan. I följande exempel framstår krävandet av ”bekvämlighet” som ett sätt att hävda sitt självbestämmande.

Det är dags att gå till sjön för att dricka kaffe och äta nybakad sockerkaka. Tidigare dagar har en av kvinnorna fått skjuts ner till sjön av en deltagare med egen bil, men idag vill ledarna att hon går själv. Kvinnan har problem med bensår som läker bättre om hon rör på sig, förklarar en av ledarna för gruppen. Kvinnan protesterar. Hon vill absolut inte gå, men ledaren insisterar och får som hon vill. Under promenaden skriker kvinnan flera gånger ömsom på skämt, ömsom på allvar att: ”Ni plågar livet ur mig! Ni plågar livet ur mig!”. ”Om ni hade varit min hemtjänst hade jag satt

hänglås på ytterdörren”, menar hon. Väl framme återberättar ledaren vad kvinnan sagt för gruppen och det blir ett återkommande skämt medan vi dricker kaffe. Kvinnan själv deltar i skämtandet genom att hävda att ledaren hotat att tvinga henne att gå tillbaka också, men att mannen med bil lovat att ta henne med den här gången. ”Tänk, det finns mänskliga människor också”, säger hon.

I det här exemplet framgår att såväl ”tvånget” som ”motståndet” är del i en vänlig, skämtsam jargong, men samtidigt avslöjar det något om den position äldre får i relation till yngre, inte minst professionella. Det är ledaren som vet vad som är bäst när det gäller kvinnans hälsotillstånd och det är detta som gör det möjligt för henne att driva igenom att kvinnan ska promenera till sjön. Till skillnad från hur aktiviteterna på det andra kollot uppfattas som ”tvingande” genom existensen av ett fulltecknat schema, handlar det här mer om att förmå deltagarna att vara fysiskt aktiva utan att de nödvändigtvis är medvetna om att de deltar i en ”fysisk aktivitet”. Hela idén med att servera eftermiddagskaffet vid sjön, berättar en av ledarna, är att ”inte tvinga kanske, men övertala” deltagarna att röra på sig. Ett annat exempel på den här mer outtalade ”övertalningen” till fysisk aktivitet sker under en bingokväll.

När vi spelat ett par omgångar vanlig bingo introduceras en annan bingovariant. Alla ska stå upp och först när ett nummer på ens bricka ropas ut får man sätta sig. Den som står sist kvar vinner. Vi kör den här varianten några gånger och alla verkar tycka att det är roligt. Men samtidigt är det uppenbart att det ska fungera som en form av ”rörelseträning”, vilket ledaren också bekräftar efteråt. Hon brukar alltid göra så när hon leder bingo. Det är både huvudet och kroppen som ska tränas när man spelar bingo, menar hon. Efteråt demonstrerar en av männen, genom att resa sig och sätta sig ett flertal gånger, att han nu kan resa sig och sätta sig obehindrat, vilket han inte tidigare kunnat. Han bekräftar både att han ”avslöjat” syftet med leken och att den haft avsedd verkan, nämligen att öka hans rörlighet. Det är troligt att alla i församlingen genomskådat ”tricket”.

I flera av de här exemplen är det tydligt att ledarna vill stimulera till ökad fysisk aktivitet. Att syftet är att förmå deltagarna att röra på sig utöver vad de uppfattar vara gränsen för sin förmåga. Men det förkommer också exempel på det motsatta perspektivet. Att deltagarna tillskrivs funktionsnedsättningar och behov av vila som de inte känner igen sig i.

När det är dags för promenad berättar en ledare att det finns gästavar att låna för den som behöver, varpå en av de kvinnliga deltagarna ropar: ”Måste man behöva? Man kan väl vilja ha ändå?”. Ja, vem som helst får låna stavar, svarar ledaren. För den här kvinnan blir det viktigt att ta avstånd från att tillskrivas ett behov som konnoterar åldrande – att använda gästavar för att hon som äldre inte kan klara av att

promenera utan stöd. Ett liknande motstånd mot att tillskrivas en åldersrelaterad oförmåga ser vi i en annan situation:

Dagen inleds med att ledaren går igenom det fullmatade schemat. En kvinna frågar hur den gör som vill avvika från någon av programpunkterna. Behöver hon meddela om hon tänker utebli, för det är väl inte obligatoriskt? Ledaren radar upp olika tänkbara möjligheter att meddela detta. Till honom, till receptionen, till respektive aktivitetsledare. ”Ja, för någon av er kanske vill sova lunch”, avslutar han. Kvinnan som ställt frågan svarar: ”Nja, eller så är det så att nu när det varit så regnigt tidigare kanske vi vill passa på att vara ute om det råkar vara strålande solsken”.

Det här exemplet kan i någon mån ses som en ”kamp” om självbestämmande. När kvinnan utmanar ledaren genom att antyda att hon tänker avvika från schemat, svarar ledaren med att förklara detta med behovet att sova på dagen. Genom att tillskriva henne ett åldersrelaterat behov, försätter han henne samtidigt i en underordnad position som äldre. Tidigare exempel har synliggjort en, om än motvillig, acceptans av den här positionen, något som inte sker här. Istället framhärdar kvinnan i att hennes val att inte följa schemat inte har något med åldersrelaterade behov att göra utan med friheten att heller visas i solen som den vuxnes självbestämmande medger.

## Att utmana sin förmåga

Alla kollodeltagare klarar inte att vara med på alla aktiviteter. En av kvinnorna jag pratar med har för andra året i rad kommit till kollot tillsammans med sin man. Hon uppskattar särskilt de olika aktiviteterna, berättar hon. Förra året hade hon dessvärre inte kunnat delta så mycket då hennes man ”är lite... upp till åren” och inte orkar vara med. ”Han ligger och vilar på rummet nu, men han sa till mig: Var med! Var med!”. Här framgår att kvinnan tvingas välja mellan att lämna sin man på rummet eller gå miste om de många aktiviteterna. Förra året hade hon valt att huvudsakligen vistas tillsammans med sin man, men i år hade han uppmuntrat henne att vara på aktiviteterna även utan honom. I en annan situation måste en deltagare helt avstå från gemenskapen vid den logfest som anordnats. Hon orkar inte, hon har för svårt att andas, berättar någon. Istället får hon stanna inne i huset och äta ensam. Av de här exemplen framgår att valet av aktiviteter ofrånkomligen skapar situationer där vissa deltagare utestängs från gruppens samvaro, med allt vad det innebär av känslor av utanförskap. Men en viktig poäng med verksamheten på båda kollon är att förmå deltagarna att utmana sig själva på olika sätt. Detta eftersom det är så den hälsofrämjande potentialen antas uppnås, från arrangörernas perspektiv. Så till vida



behöver aktiviteterna i någon mån innebära en förhöjd ”svårighetsgrad” i förhållande till deltagarnas vardagsliv.

Efter maten blir det bestämt att det ska spelas kubb. Några av deltagarna går ut och börjar packa upp kubbspelet. Det råder osäkerhet kring hur spelet ska gå till, hur spelplanen ska byggas upp och hur lagindelningen ska göras, men efterhand kommer spelet igång. Det är fyra personer i varje lag. Övriga deltagare samlar sig runt om planen för att titta på, ståendes eller sittandes på sina rollatorer. Till en början verkar spelarna lite oroliga över om de ska lyckas kasta eller inte. De skyller på svaga armar och axlar. Men efter ett par försök, och allt eftersom spänningen stiger i matchen, börjar de få till kasten och kägla efter kägla faller. Alla skriker och hejar vid en lyckad träff. Jag tänker att tävlingsinstinkten verkar bidra mycket till deras fysiska förmåga. Efter bara några minuter är de mycket rörligare än tidigare.

I det här exemplet är det tydligt att det är gruppen som tillsammans skapar en hälsofrämjande situation. Det är tillsammans som de går från att klaga på svaga axlar till att efter en stund till synes obehindrat kasta ner kägglorna. Andra gånger handlar det mer om individuell prestation, där gruppen kommer att utgöras både av personer som lyckas och som misslyckas. Ett sådant exempel är besöket i smedjan:

Det har blivit dags för gruppen att prova på smide. Det är varmt i rummet av fyra eldar. Tre smeder ska fungera som ledare. Först visar en av smederna hur det går till att smida en hasp. Först in med järnet i elden så det blir glödigt, sedan banka ut det med en tung smedshammare. Deltagarna följer arbetet med blicken. Sen är det deras tur att försöka, iklädda läderförkläden och grova handskar. Två kvinnor och två män tar uppgiften på största allvar. En av männen berättar att han har erfarenhet av att smida. Han gjorde det en del som barn, säger han. Snabbt smider han en perfekt hasp och får mycket beröm av smederna för sitt arbete. Han uttrycker både stolthet och lycka. Han håller upp haspen så att alla i gruppen kan se och ler. ”Och så började solen skina också”, säger han, som om livet i detta ögonblick var helt perfekt.

Även en av kvinnorna är mycket engagerad i smidandet. Det är tydligt att hon tycker aktiviteten är rolig och hon skämtar gång på gång om sin fysiska styrka när hon lyfter upp den tunga hammaren. Till en början lyckas hon bra med arbetet men när halva haspen är smidd, råkar hon hålla järnet för länge i elden så att det smälter bort. Kvinnan tvingas nu börja om, men råkar även denna gång smälta järnet. Hon är nu väldigt besviken och säger att hon vill ge upp, men fortsätter ändå. Svetten rinner i strömmar nerför ansiktet och hon har tappat den självsäkra attityden. Tillslut får hon ta en av smederna till hjälp för att slutföra arbetet. Resten av dagen återkommer hon gång på gång till detta misslyckande i samtalen med mig och andra deltagare.

En annan av kvinnorna står handfallen inför uppgiften och lyckas inte få järnet glöd-gat i elden. Hon uttrycker förstummelse över situationen och säger gång på gång: ”Här står jag i en smedja. Det är helt otroligt!”. Hon berättar att när hon ringt hem till sin son och berättat att hon skulle prova på smide, hade han inte trott sina öron. Senare på dagen berättar en av de spädaste kvinnorna skrattande att smederna hade tyckt att hon var den sämsta smed de någonsin träffat. Hon borde gå till gym och träna armarna, hade de sagt. Sen hade det visat sig att hon hela tiden haft den tyngsta hammaren. ”Varför har du den tyngsta hammaren”, hade de frågat? Alla skrattar.

Vid valet av aktiviteter blir det ofrånkomligen så att vissa deltagarna inte kan klara allt. För den man som lyckades med smidet blev upplevelsen starkt positiv, medan den för kvinnan som misslyckades fick motsatt effekt. När det gäller en aktivitet som smide är ett misslyckande inte nödvändigtvis problematiskt. Istället framgår ovan att själva försöket kan ha ett värde i sig, oavsett resultat. Anledningen är att det vanligen inte förväntas att alla ska kunna smida en hasp av järn. Att misslyckas i en sådan aktivitet upplevs sannolikt inte lika negativt, som om det handlat om en aktivitet som personen i fråga tidigare klarat, men fått svårt med som äldre.

En av männen vill bli fotograferad när han badar. Han vill skicka bilden till sin son som bevis. Han går ut i vattnet och poserar med spända biceps. Sen går han lite längre ut i vattnet och tar ett simtag, men kommer snart tillbaka. ”Jag blev yr”, säger han, ”men det går nog snart över”. En stund senare går han ut igen, men försöker inte simma denna gång utan nöjer sig med att skvätta vatten över kroppen. Han verkar besviken och blir lite tillbakadragen. Nästa gång vi går till sjön vill han inte vara med och bada.

Av de olika exemplen framgår att viselsen på kollo kan väcka delade känslor. Å ena sidan finns möjlighet att ”förändras”; att genom att uppmuntras till att göra nya saker bli stärkt både fysiskt och psykiskt. Samtidigt är deltagandet upplagt för misslyckanden och tillkortakommanden. Att utmana sig innebär en risk, både för negativa känslor och kroppsliga symptom. En liknande situation som ovan inträffar under logdansens, då ett av de dansande paren ramlar. De blir liggande en stund på golvet. Musiken stannar av. Efter en stund är de på benen igen, oskadda men märkbart tagna av situationen. Mannen i paret väljer att inte dansa mer den kvällen, trots att han blir uppbjuden gång på gång. I ett samtal lite senare berättar han att han inte längre känner sig som en man. Dansen, som för många blev en möjlighet att återuppleva något positivt, fick för den här mannen en helt annan innebörd. Här framgår dessutom att kön är av central betydelse för att förstå aspekter av ålder och åldrande.

*Risk och ansvar*

Trots stort fokus på aktivitet som ett sätt förbättra hälsa och välbefinnande så går det inte att komma ifrån att risk är en central aspekt vid arrangerandet av en kolloversksamhet för äldre. Akutväschor och hjärtstartare nämns återkommande av såväl ledare som deltagare. Kroppsliga symptom gör sig inte sällan gällande. Vid ett av kollona tvingas en kvinna lämna vistelsen akut. Promenaden ner till sjön är tuff för många deltagare, där de går på en grusväg genom skogen med sina rollatorer. Flera vacklar till och ser ut som om de ska falla. En kvinna får svårt med andningen och måste stanna och vila. Hon berättar att det känns som om något inte är som det ska med hjärtat. Det är liksom för trångt, menar hon, och visar med händerna hur hjärtat upplevs vara hopklämt. Även i andra fall är det specifika händelser som framkallar olika symptom.

Några kvinnor har fått felaktig information om när utcheckningen från rummen ska ske. När jag möter dem utanför huset är det mycket stressade. De hade fått springa från frukosten och kasta ner sina saker i väskorna, berättar de. Nu har de konkat ner väskorna för spiraltrappan på övre våningen och lastat in dem i bilen. En av kvinnorna som har astma har mycket svårt att andas. ”Det var inte bra det här”, menar hon och syftar på andningen. ”Men det går över. Jag får ta långa djupa andetag”. Jag frågar om hon inte har någon spray. ”Jo det har jag också såklart, utan den klarar jag mig inte” svarar hon.

I det här exemplet är det tydligt hur resan försatt kvinnan i en situation där hennes sjukdom synliggörs. För andra deltagare är sjukdomen påtaglig hela vistelsen, men de har gjort ett aktivt val att ändå åka. En av de kvinnliga deltagarna hade varit inlagd på sjukhus i flera månader innan kollovistelsen. In i det sista var det tveksamt om hon skulle kunna åka med, men tillslut beslöt hon sig för att ta chansen, berättar hon.

Det framgår av observationerna att en paradox i verksamheterna är förhållandet mellan utmaning och risk, uppmuntran och ansvar. Samtidigt som syftet med kollo är att uppmuntra deltagarna att utmana sina gränser och våga prova nya saker, så gäller det att kontrollera att de inte pressas för hårt så att något händer. För ledarna gäller att de tar ett stort ansvar, inte sällan ett rent medicinskt sådant.

En av ledarna visar mig runt i huset. Första sovrummet, det närmast köket och toaletterna, är hennes. Där är dörren alltid öppen, berättar hon. Jag frågar om hon får sova något. ”Små korta stunder”, svarar hon. ”Jag måste ju ha koll, jag har ju ansvar. Och från det här rummet hör jag allting som händer i huset”. När vi fortsätter rund-

turen framgår att det medicinska ansvaret är stort. Ledaren har delegerats att ge medicin och göra såromläggningar av olika slag. Dessutom ombeds hon hjälpa till med ögondroppar och att smörja onda ryggar. Hon läser ett handskrivet brev från hemtjänstpersonalen som skickats med en av kvinnorna där de beskriver hur och när kvinnan behöver omvårdnad.

I det här exemplet framgår att det i ledarens perspektiv finns ett aktivt ansvarstagande. Nattetid lämnar hon dörren öppen för att kunna ha koll på vad som händer. Men det finns i materialet också exempel på när det helt tycks saknas ett säkerhets-tänkande från arrangörernas sida. Ett sådant är när deltagarna på det ena kollot ska prova flugfiske. För att kunna fiska behöver de ta sig så nära vattnet, den starka forsen, som möjligt. Några deltagare förmås av instruktören att klättra ner för en brant stenig grässlänt. Väl nere balanserar de på vingliga stenar precis vid vattenytan. Instruktörer varnar för att det är svårt att hålla balansen när man tittar på forsande vatten, så det gäller att vara försiktig. I den här situationen förefaller det saknas ett riskperspektiv. Även om instruktören uppmanar deltagarna att vara försiktiga kan flugfisket inte betraktas som en säker aktivitet. En förklaring till det här är att deltagarna inte tillskrivs en äldreposition som innefattar bristande funktionsförmåga. Det vill säga, instruktören betraktar dem snarare från ett jämlikhetsperspektiv – som förmögna vuxna individer. Så till vida kan möjligheten att få prova flugfiske ha fungerat som något om stärkte självförtroendet hos deltagarna, men inte desto mindre saknades helt handlingsberedskap om något skulle hända. I andra exempel framgår tydligt spänningsförhållandet mellan att uppmuntra och avråda, pusha och bromsa. Detta gäller inte minst i relation till badandet.

Efter lunch ska vi promenera till sjön, har det blivit bestämt. Det är viktigt att alla rör på sig, har jag fått veta tidigare. Många deltagares sår läker mycket bättre då. ”Vi ska ta med oss nybakade vetelängder”, berättar en av ledarna, som för att locka deltagarna att vilja följa med. Alla ska gå samtidigt. ”Ingen få gå ner och börja bada på egen hand”. En av de manliga deltagarna har redan tidigare pratat om att bada: Han ska utmana oss alla på kappsimning! Nu uppfattar han inte riktigt vad ledaren säger. ”Du får inte bada förrän jag har kommit”, förtydligar hon med högre röst. Jag hör att några av deltagarna ifrågasätter förbudet. ”Varför får vi inte bada, vi är väl vuxna människor?”. En stund senare verkar förbudet emellertid ha blivit en del av deltagarnas självförståelse. De skämtar om det, men accepterar det. När en av männen börjar gå bort mot sjön gå ropar en kvinnlig deltagare efter honom: ”Stopp där, försök inte smita iväg nu! Du får inte gå ner till sjön!”.

Nere vid sjön är det soligt och varmt. En kvinna tar av sig i bara BH:n och solar. När vi suttit i solen någon halvtimme kommer den ansvarige ledaren, ombytt till badklä-

der. Hon springer ner till vattnet och kastar sig i. När hon kommit upp klappar hon deltagarna med sina blöta händer så att de ska få känna på det svalkande vattnet. Hon frågar en av kvinnorna om hon vill doppa fötterna. ”Tycker du det?”, frågar kvinna. Ja, det tycker ledaren och hjälper henne av med strumpor och skor. Även andra deltagare får frågan om de vill bada fötterna. En man säger att han vill men tvekar då han upplever det svårt att bli torr efteråt. ”Äsch”, menar ledaren, ”de torkar i solen”. Tillslut tar sig fyra deltagare ner i vattnet och står lutade mot bryggan. En lång stund står de stilla och bara njuter.

Dagen därpå har flera deltagare bestämt sig för att bada. De står ombytta med badrockar på, eller med badkläderna nerpackade i väskor när det är dags att gå ner till sjön. Väl framme följer ledarna med ner i vattnet och hjälper till som stöd. En man och en kvinna simmar. Kvinnan dyker. ”Tänk att man kan vara så modig när man är så gammal”, menar en av ledarna. När vi lite senare dricker kaffe reser sig en annan av kvinnorna och går ner mot vattnet. Alla tittar och undrar: Ska hon bada nu? Någon ropar: ”Ta de försiktigt nu!”. Hon går längre ut i vattnet och håller sig fast i en brygga. Nu ropar flera av deltagarna: ”Ta det lugnt!”, ”Du kan ramla!”, ”Det är farligt!”, ”Gå inte ut!”. En av ledarna mumlar för sig själv samtidigt som hon följer kvinnan med blicken: ”Jag gillar inte det här, jag gillar inte det här”. Tillslut går hon ut i vattnet till kvinna. ”Kom in nu”, manar hon. Kvinnan doppar sig några gånger innan hon går upp. Efteråt berättar ledaren att hon vill kunna vara i närheten och helst i vattnet när de badar. Tänk vilka rubriker om något händer och jag inte var där, menar hon.

Det här exemplet synliggör motsättningen mellan viljan att locka och uppmuntra till aktivitet och behovet av att samtidigt begränsa denna aktivitet av säkerhetsskäl. För att uppnå önskade hälsoeffekter under kollovistelsen måste deltagarna stimuleras att tänja gränserna för sin förmåga – att våga kasta loss, att promenera genom skogen ner till sjön, att bada – men samtidigt är ledarna ansvariga för att inget händer. Att locka för mycket innebär alltid en risk att deltagarna förmås att göra saker de inte klarar av. Det är tydligt att deltagarna själva inser detta. De klagar återkommande på badförbudet, men på ett skämtsamt sätt som synliggör att de accepterar gränserna för vad som är möjligt under deras vistelse. Samtidigt går det inte att undvika att höra ett uns av bitterhet över detta hos vissa av deltagarna. De är ju trots allt vuxna människor, varför skulle de inte få gå ner och bada själva? Genom förbudet tillskrivs de tillhörighet till en grupp som förvägras att agera självständigt och göra något de kunnat göra under hela sitt vuxna liv, vilket inte upplevs helt oproblemiskt.

## Gemenskap och nya vänskaper

Gemenskapen är det positiva värde som framhålls allra starkast vid båda äldrekollon. Många av deltagarna uttrycker att ensamhet rimligen borde vara det viktigaste kriteriet för att få åka på kollo. Det värdefullaste med kollo, menar de, är att få vistas tillsammans med andra. Att ha någon att prata med vid matbordet. En kvinna som är särskilt intresserad av litteratur berättar att hon och en av männen suttit en hel kväll och reciterat Lagerqvist-dikter för varandra ur minnet. ”Om någon glömt en strof, kunde den andre fylla i”. Det hade varit fantastiskt roligt, berättar hon. Vid båda kollon talas det om kärlekspar som bildats under de år som verksamheten varit igång. En man berättar att åkt på kollo enkom för att hitta kärleken, och om en annan ryktas det att han tagit Viagra inför resan. Den här förväntan på gemenskap och umgänge förstärks inte minst av ledarnas berättelser:

En av ledarna hälsar deltagarna välkommen till kolloveckan. Han återkommer till gruppens betydelse för deras upplevelse av vistelsen. ”Se er omkring”, säger han, ”det är här ni kommer hitta nya vänner. Det är ni deltagare som bidrar till det goda humöret och som ska berika varandra. Ni kommer att byta adresser. Ni kommer att bli vänner för livet. Titta er om kring, intressera er för varandra. Ni är delaktiga i att skapa en lycklig vecka”.

Här framgår att gruppen tillmäts stort värde såsom möjliggörande nya vänskaper. På ett av kollona är den initiala processen att hitta en rumskompis en medveten strategi i detta att skapa nya vänskaper. Just gemytligheten i gruppen betonas av flera deltagare. En av kvinnorna på det ena kollo oroas i början av veckan över att årets kollogrupp är så stor. Kanske blir det svårare att känna gemytligheten då? funderar hon. De flesta verkar vara överens om att gruppemenskapen är en av anledningarna till att de valt att åka på äldrekollo. En av männen menar att det nog är en speciell sorts människor som väljer att åka på kollo, människor som är mer positiva och öppna för att träffa nya människor. ”De flesta umgås ju här”, säger han. ”Vi har ju åkt hit för att umgås och prata med andra, så då gör vi ju det. Varför åka på äldrekollo för att vara för sig själv”, undrar han? ”Då kan man ju lika gärna åka någon annanstans”. Flera återkommer till att det är detta som gör det möjligt att resa på kollo själv.

Jag pratar med en kvinna som kommit till kollo ensam. Hon ser det inte som ett problem att hon är själv. Tvärtom ser hon det som en fördel eftersom hon då bara har sig själv att anpassa sig till. Och sällskap får hon ju i gruppen. Hon menar att just detta med gruppen blir intressant i ett sammanhang som detta. Alla är ju där för att

vara i en grupp. Däremot skulle hon inte vilja åka själv på charter. Där skulle hon känna sig ensam, men här känner hon sig inte ensam.

Här framgår att gruppgemenskapen är central för hur ett kollo förstås, till skillnad från andra former för resande som i större utsträckning väcker känslor av ensamhet. Några andra kvinnor har emellertid en annan syn på gruppens betydelse. De har rest till kollo tillsammans, som väninnor. De har inte kommit för att träffa nya människor eller lära känna nya vänner, berättar de, utan för att umgås med varandra. De har inget emot att prata med andra, men det var inte därför de valde att åka.

Vid ett av kollona bygger en del av gemenskapen på kännedom om platsen och närområdet. Det blir möjligt för deltagarna att exempelvis via läsningen av den lokala tidningen, diskutera gemensamma erfarenheter och bekanta. Vid det andra kollo saknas den här möjligheten då deltagarna kommer resande från hela Sverige. Istället blir de tvungna att hitta gemensamma beröringspunkter på andra sätt. Oavsett vilket är det tydligt att den gemenskap som frammanas under kollovistelsen huvudsakligen är en åldersgemenskap. Även om det i praktiken är ett så stort åldersspann som över trettio år mellan den yngsta deltagaren och den äldsta, bygger vistelsen på uppfattning om tillhörighet till gruppen äldre. För några av deltagarna upplevs åldersgemenskapen som något positivt och själva poängen med att åka på kollo. En kvinna som säger sig ha åkt på kollo för att komma ut och träffa folk, ser det som nödvändigt med åldersgemenskaper. Där hon bor ser hon aldrig en enda människa, eftersom alla utom hon jobbar dagtid. Ingen av hennes grannar är pensionärer, så därför har hon bestämt sig för att flytta till ett trygghetsboende så snabbt som möjligt, för att få lite mer umgänge och gemenskap. En annan kvinna berättar emellertid att hennes vänner varit skeptiska när hon anmält sig till äldrekollo. Hon tror det har att göra med deras föreställningar om vad ett äldrekollo är. "Kanske tänkte de att på ett kollo blev man bara sittande", funderar hon. Andra deltagare är mer kritiska till att gruppera människor utifrån ålder.

Jag äter lunch tillsammans med tre kvinnor som alla tre förefaller mycket aktiva. Det gäller att passa på så länge kroppen tillåter, hävdar de. De diskuterar vad det gör med den egna förmågan att vistas tillsammans med olika åldergrupper. En kvinna menar att det inte är bra att bara umgås med människor i samma ålder, för då utmanar man inte sig själv. Som exempel på det motsatta berättar hon om en utflykt i skogen tillsammans med sina barn. Trots att hon har problem med ett ben gick hon en bra bit in i skogen. Då hittade svärsonen ett ställe med mycket lingon ännu längre in i skogen och ropade dit hela familjen. "Nej, men då måste jag ju gå över det där svåra stället där du har gått", hade hon reagerat. Men svärsonen hade insisterat och lockat på henne som på en katt, berättar hon. Då hade hon tvingat sig själv att klara det och haft en underbar dag där med picknick och massor med lingon. En annan kvinna

berättar att det är därför hon inte vill flytta till ett seniorboende, för då träffar man bara människor i samma ålder. Det blir ingen stimulans. Jag frågar varför de i så fall valt att åka på äldrekollo? Alla tre skrattar och säger att, ja, det är ju märkligt egentligen, utifrån den logiken. Varför? De har nog egentligen inte tänkt på det så. Sen är ju alla i den här gruppen väldigt pigga och aktiva, säger en kvinna. Inte så gamla direkt.

Oavsett vilken inställning deltagarna har till åldersgemenskaper framgår att en stor del av umgänget tar sin utgångspunkt i samtal om ålder och åldrande. Ofta kretsar samtalet kring oro och rädsla inför framtiden, vikten av att vara aktiv och bibehålla en god hälsa, eller om generationsspecifika minnen och erfareneter. Kanske beror det här på att människor gärna pratar om det som är centralt deras liv, men det är även relevant att reflektera över i vilken utsträckning detta har att göra med att de befinner sig en grupp konstruerad utifrån ålder. Och om det i så fall ska ses som något positivt eller negativt. I någon mån tycks det finnas en förväntan från arrangörernas sida att gruppen ska samtala om åldersrelaterade ämnen. Det är inte ovanligt att ledarna ber deltagare berätta om ”förr i tiden” eller om ”upplevelser av åldrandet”. Vissa generationsspecifika minnena har arrangörerna medvetet velat väcka genom valet att servera en viss typ av mat. En av kvällarna serveras kalvdans till middag och många samtal kommer under resten av kvällen att handla om minnen från barndomen på landet, där deltagarna antingen vuxit upp eller tillbringat somrarna. Ett annat positivt matminne framkallas hos en av männen när det blir dags att grilla kolbullar:

På kvällen är det äntligen dags att grilla kolbullar, en aktivitet som flera kvällar i rad ställts in på grund av regn. Vi samlas runt en stor grillplats nere vid sjön. Två av ledarna har förberett grillarna och ställt fyra stekpannor med långa skaft direkt i glöden. I pannorna steks nu kolbullar, en maträtt som liknar fläskpannkaka. Alla vill smaka och det bildas en lång kö. En av männen vill hjälpa till att steka. Han kommer ursprungligen från Norrbotten och berättar att han gjorde kolbullar i sin ungdom. Lite senare kommer han fram till mig, men sin andra portion på tallriken. Han viftar med tallriken mot elden, och mot kollodeltagarna som står och köar och säger: ”Det här alltså! Det här är underbart! Det är helt underbart!”. Han är tårögd när han säger det sista.

Mat har en stark förmåga att framkalla minnen. I det här exemplet är det tydligt att grillandet av kolbullar, genom att de positiva minnen som en av männen har från maträtten i sin ungdom kopplas till gemenskapen på kollot, blir en starkt positiv upplevelse. Men minnen från barndomen behöver inte nödvändigtvis vara positiva. När jag frågar en av männen vid mitt bord om han ätit kalvdans tidigare svarar han surt: ”Allt för ofta!”. Inte sällan tas äldres minnen från barndomen förgivna såsom



varande positiva, men det är likväl tänkbart att dessa kan ha varit negativa, vilket i så fall riskerar att få motsatt effekt.

Vissa deltagare är i själva verket kritiska till att det bara serveras ”mat som tillhör vår generation, vår generations mat”, som en kvinna formulerar det. Traditionell husmanskost i all ära, men nu för tiden finns det ju så mycket nytt som är jättegott, menar hon. Rätter som innehåller mer grönsaker, vegetariska rätter och spännande rätter från andra länder. I själva verket är bristen på grönsaker något som diskuteras vid båda kollona. Vid kvällsmaten på det ena kollot har det ”inte serverats en enda grönsak!” under hela veckan, menar ett av de deltagande äkta paren under utvärderingen. Några kvinnor tror att det finns en föreställning om att äldre inte äter grönsaker, men så är det ju inte längre. Dagens pensionärer äter visst grönsaker, menar en av dem. En annan kvinna menar dock att vissa får in nya matvanor via barnen och barnbarnen, men annars är ”vi ju mer traditionella i vår generation”. Här framgår att föreställningar om äldre och åldrande i vissa fall leder till förlegade synsätt på vad som är dessa individers preferenser. Dagens pensionärer kanske uppskattar annan mat än tidigare generationer, som en av kvinnorna antyder. Samtidigt synliggör den här diskrepansen i synen på maten inte minst det stora åldersspannet i gruppen.

### *Krämpors betydelse för umgänget*

Inte sällan tar det sociala umgänget sin utgångspunkt i samtal om olika krämpor. Olika kroppsliga tillkortakommandena blir inledningen till en skämtsam jargong, inte minst på det ena kollot där det stora flertalet har krämpor av olika slag. Som en av kvinnorna formulerar det: ”Jag har bara ett ben, ett öga och en lunga. Nu funderar jag på vad jag mer kan prova att bara ha en av, kanske njure?”. Även tankar om döden är vanligt förekommande i samtalen, på samma skämtsamma sätt. I vissa fall leder en deltagares tillkortakommanden till långa sekvenser av ömsom engagemang ömsom skämtande.

En man har tappat bort sitt färdtjänstkort. En stor grupp deltagare engagerar sig i letandet. Tre kvinnor går igenom mannens saker på rummet. Ytterligare en går ner till stranden för att se om han tappat det där. Några tror att det kan ha blivit kvarglömt i färdtjänstbilen. Mannen blir mer och mer orolig. Några skojar med honom och menar att ”Nu kan du inte komma hem. Du får gå hem”. Mannen skrattar men det är tydligt att skämtet gör honom ännu mer upprörd. Han börjar förhöra sig om vem som ska åt hans håll. Finns det någon han kan få åka med? Tillslut tvingas en av ledarna försöka lugna honom. Hon lovar att allt kommer att lösas sig och att hon ska ringa och lokalisera kortet följande dag. Några av deltagarna kan trots mannens oro inte förmå sig att sluta skämta med honom om att han inte kommer kunna ta sig

hem från kollot, vilket leder till att han vid ytterligare ett par tillfällen under kvällen blir kraftigt upprörd. Mannen säger att det är sådana här saker som får honom att fundera över åldrandet. ”Håller jag på att tappa minnet? De är så man börjar tänka”, säger han. ”Och då blir man rädd”. Härefter dör samtalet ut och deltagarna verkar bli lite eftertänksamma. Har skämtandet gått för långt?

I det här exemplet framgår att gränsen mellan en positiv upplevelse av gemenskap med utgångspunkt i en skämtsam jargong på den andres bekostnad och avstånd till följd av dennes negativa känslor är hårfin. Ökande sjuklighet, funktionsnedsättning och olika tillkortakommanden är trots allt i grunden problematiskt för individen, hur mycket denne än förmår skämta om det. En fördel med att befinna sig i en åldersgemenskap är att deltagarna slipper dölja eventuella negativa konsekvenser av åldrandet, då liknande upplevelser och erfarenheter kan tänkas delas av de övriga. Samtidigt är det ofrånkomligt så att ideal om aktivitet, rörlighet och god hälsa skapar en konkurrenssituation mellan deltagarna kopplad till ålder.

Vi äter lunch. Rostbiff med potatissallad, tomater, gurka och majs. Alla vid bordet tycks ha stora svårigheter att äta maten. Ingen samtalar utan alla koncentrerar sig på att skära och att äta utan att spilla. Smörkniven är svårhanterad, majsbornen hamnar utanför tallriken, köttet är segt att skära, gurkbitarna hårda att tugga. Jag upplever situationen som väldigt prestigeladdad. Det gäller att uppvisa en förmåga att äta fint för att inte uppfattas som ”stötande” av de andra runt bordet. Först när maten är uppäten inleds ett samtal.

Även om kollovistelsen upplevs som något positivt, så kan den innebära en påminnelse om att den egna kroppen försvagats på olika sätt, inte minst i jämförelse med andra deltagare. Även inom gruppen äldre får olika åldrar betydelse. Det är ett uttryck för ett generellt fenomen att det deltagarna gör sätts i relation till deras ålder. Att vara gammal och ändå ”duktig” genererar högst status. Att visa sig klara saker ”trots” sin ålder leder till mycket uppskattning och beröm. Men för den som är mycket gammal kan det även vara legitimt att framhäva sina krämpor, något som då väcker medkänsla hos övriga deltagare. De som är yngre däremot, förväntas i den här åldershierarkin automatiskt klara mer, vara friskare, rörligare och starkare.

En av männen har badat. Väl uppe får han hjälp av en av de deltagande kvinnorna med att ta på sig stödstrumpor och skor. Kvinnan sitter i gräset och kämpar med skenor och skor som inte vill gå på. ”Tänk, hon är över 80 år och där ligger hon på alla fyra som en ungdom”, kommenterar någon.

Det är tydligt att friskhet och funktionalitet värderas högt. Krämpor väcker sympatier, men i en åldershierarki försätter de samtidigt personen i en underordnad person som någon som måste tas omhand. Detta i motsats till den som lyckats bibehålla en god hälsa, vilket inte sällan förstås som en prestation

En grupp kvinnor sitter tillsammans och samtalar. De diskuterar ingående en annan av de deltagande kvinnornas hälsa. ”Jag har sagt till henne”, säger en av kvinnorna. ”Du måste gå till doktorn. Du måste visa din medicinlista och se om det är något du kan ta bort”. Hon berättar för de andra att kvinnan äter mediciner för många olika krämpor. Mot ångest. För hjärtat. Här tar en annan av kvinnorna upp tråden och berättar att hon också fått medicin för blodtrycket, men valt att strunta i den då hon upplevde hur hon blev trött och snurrig. Efter att ha slutat med blocktrycksmedicinen hade hon blivit jättepigg, berättar hon och svänger med kjolen, som för att förstärka bilden av pigghet och ungdomlighet.

Vid båda kolonier är det tydligt hur deltagarna tilldelas olika roller i termer av omsorgstagande eller omsorgsgivande. Vissa deltagare tillskrivs på ett till synes outtalat sätt ett hjälpbehov, medan andra tillskrivs en förmåga att hjälpa. Vissa omvårdande uppgifter delegeras därför från ledarna till vissa av deltagarna. På så sätt organiseras gruppen hierarkiskt. Under den första måltiden vid det ena kollot upplever jag hur en av kvinnorna vid mitt bord hjälper övriga kvinnor att lägga upp mat. Till en början får jag svårt att avgöra om hon är på kollot som ledare eller som en av deltagarna då hon på ett självklart sätt tar ansvar för måltidssituationen. Under måltiden bistår hon de andra kvinnorna genom att servera, hålla upp dryck och dela mat. Men hon fungerar också aktivt som en slags samtalshjälper så till vida att hon hjälper till att tolka det som de olika deltagarna säger och göra det rimligt i det gemensamma bordssamtal som förs. Hon tar härigenom ett tydligt ansvar för de andra kvinnornas välbefinnande, men samtidigt blir det ett sätt för kvinnan att aktivt ta avstånd från åldrandet. Genom att ta rollen som omsorgsgivande skapar hon en distans till rollen som omsorgstagande.

En konsekvens av att tillskrivas en position som hjälpbehövande är att de egna krämporna och därmed den egna kroppen, blir allas, både ledares och övriga deltagares, angelägenhet och omsorg. Så är fallet för en av kvinnorna, vars bensår återkommande diskuteras utan att hon själv egentligen är inblandad i samtalen.

Vid lunchen sitter en av ledarna, kvinnan med bensåret och några andra deltagare tillsammans. Ledaren berättar hur mycket bättre bensåret blivit under kollovistelsen. Igår morse när hon bytte bandaget hade det varit helt genomblött. ”Det dröp så mycket om bandaget att jag blev tvungen att tvätta det”, säger hon. ”Men i morse:

Helt torrt! Inte en droppe hade det vätskat”. Hon berättar att det beror på att kvinnan promenerat. Hon gick visserligen inte till sjön, men hon gick ett varv runt huset. Och det gör att såret inte vätskar sig.

Med utgångspunkt i de här exemplen blir det intressant att reflektera över vem som kommer att tillskrivas den ena positionen och vem som får den andra. Vilka outtalade kriterier ligger till grund för den rollfördelning som sker i gruppen och vilken möjlighet har deltagarna att värja sig från den roll de tillskrivs?

I det här avsnittet har syftet varit att beskriva hur deltagarna på äldrekollo gör ålder på olika sätt. I en åldersgemenskap av det slag som äldrekollot är, trots det stora åldersspannet mellan deltagarna, är ålder tydligt närvarande i samtal, aktiviteter och som grund för förandet av gemenskap. Men det är samtidigt tydligt att ålder får olika funktioner och betydelser för olika deltagare i olika situationer. I vissa situationer har det framstått som mer eller mindre oproblematiskt för deltagarna att förlika sig med den underordnade position som åldrandet ofrånkomligen innebär i ett samhälle starkt präglad av en åldershierarki. Vi har sett exempel på hur deltagare införlivat en rollförskjutning i förhållande till de egna barnen, liksom hur de accepterat att nya förbud riktas mot dem utifrån ett risktänkande som grundar sig på deras ålder. Men i andra situationer har det tvärtom framgått ett starkt motstånd mot att automatiskt tillskrivas bristande funktionalitet och ohälsa kopplat till ålder. I dessa fall har friheten och självbestämmandet varit viktigt att framhäva för deltagarna. I materialet blir det tydligt att görandet av ålder befinner sig i ett spänningsfält av de olika symboliska värden och betydelser som ålder har. En åldersgemenskap är samtidigt en åldershierarki. God hälsa och funktionsförmåga leder till beundran, men sjukdom och krämpor väcker medkänsla. I det här spänningsfältet blir det tydligt hur kollot som fenomen kan laddas med olika innebörder och bli en del i förhandlingen om hur den egna åldern och åldrandet ska förstås.



# Erfarenheter av äldrekollo och kollots betydelse i vardagen och för hälsan

*Lisa Ekstam*



## Introduktion och metodbeskrivning

Denna del av rapporten presenterar en intervjustudie med tio deltagare vid ett äldrekollo i Sverige som drivs i kommunal regi. Deltagarna intervjuades två månader före och två månader efter vistelsen med syfte att ta del av deras förväntningar och erfarenheter av kollovistelsen. Intervjuupplägget var ett samtal med halvstrukturerade öppna frågor, en fråga om upplevd ensamhet samt tre olika frågeformulär. Deltagare i studien var de första åtta personer som tackade ja till att medverka utifrån samtliga 40 personer som anmält sig till äldrekollot inför sommaren 2015. Dessa personer kontaktades för bokning av en första intervju som skedde i deras hem. Det visade sig under den första intervjuomgången att samtliga åtta som tackat ja till att medverka hade varit på äldrekollot tidigare. Därför tillfrågades ytterligare två personer som vistats på kollot för första gången om de ville delta i en uppföljningsintervju, vilket de tackade ja till. Innan uppföljningsintervjun som planerades till oktober fick de information om studien och om frivilligheten att delta. Efter deras samtycke bokades tid för intervju i deras hem. Syftet med detta extra urval var att fånga olika erfarenheter och upplevelser och de personer som väljer att återkomma sannolikt uppskattar upplägget på äldrekollot. För att minska risken för igenkänning så kan information så som deltagarnas namn och kön, liksom andra avslöjande detaljer ha ändrats i texten. I citaten som presenteras står bokstäverna I för intervjuaren och D för deltagaren.

I denna rapport redovisas en deskriptiv tematisk sammanställning av intervjuerna. De teman som identifierats är: mirakel på äldrekollo, äldrekollots hälsofrämjande inverkan på vardagen, gemenskap som avbrott till ensamhet, vad och vilka aktiviteter som utgör ett äldrekollo, vem äldrekollo är till för och avslutningsvis reflektioner kring ålder på äldrekollo.

### På äldrekollo händer nästan ”mirakel”

Något av det vi först fascinerades av när vi kom i kontakt med fenomenet äldrekollo var formuleringen ”här händer nästan mirakel”. Vad var det för mirakel som hände? I det här avsnittet beskrivs några av de berättelser och erfarenheter som framkom i intervjuerna och som kan tolkas som ”mirakel”.

En deltagare berättar att för henne är det medicin att vara på äldrekollo. Hon skulle kunna sluta ta sina vanliga mediciner när hon är där, för då är hennes värden perfekta. Hon menar att om man är deprimerad eller nedstämd så är det här en plats som passar väldigt bra, hon tror att det är bättre att komma ut på äldrekollo än att gå till läkaren och få medicin. Hon känner sig pigg, lätt och ung när hon är på kollot.

En annan deltagare berättar skrattande att hon glömde att använda käpp och glasögon ute på kollo och att hon har en helt annan livslust när hon varit på kollo:

D: Och sen när jag kommer dit då, jag vet inte... man får en helt annan livslust. Då sitter dom andra där ute och så kommer Berit (väninnan) och jag då. "Karin, var har du käppen?" Den har jag glömt. "Karin, var har du glasögonen?" De har jag glömt. Där går jag utan käpp och utan glasögon och det går hur bra som helst. Å, då skrattar dom ju åt mig.

I: Vad intressant, så du känner att du får en annan livslust?

D: Ja, jag blir piggare

I: Du blir piggare.

D: Och som barnen, när jag kommer hem då så "Vad har ni för er däruppe?" säger dom, "Du är ju en helt annan människa".

Men kvinnan har svårt att förklara exakt vad det är som händer som gör att livslusten ökar och hjälpmedel glöms bort, men något med att det sociala, att viljan att umgås överskuggar behovet av käpp och glasögon:

I: Vad är det som händer då? Hur kommer det sig att du glömmet käppen och glasögonen?

D: Jaa, förklara det... Jag ska ut till dom och prata och (skrattar) då glömmet jag käppen och det går bra ändå.

En kvinna beskriver att hon blev lite "hög" av vistelsen på äldrekollo:

Man blir själsligt upplyft av vistelsen och man lever på det. Det var alla människor som gjorde det, jag hade så trevligt med dem. Jag blev liksom lite hög, man kände att man åkte upp såhär, det var inte det där lilla låga, utan man kände - åh Gud va kul!

Jag får också ta del av en berättelse av hur äldrekollo har "öppnat" en deltagare, att hon har blivit mer social sen hon kom dit. Innan hon åkte var hon mer inbunden och pratade inte gärna, men nu gör det henne ingenting att prata med främmande människor. Hon tror att det hände något på kollo, hon mötte så många nya människor och var tvungen att öppna upp sig, vilket har lett till att hon har ändrat sitt sätt



att vara. Hon tror själv att naturen och människorna gjorde att hon vågade släppa kontrollen. Hon tycker att äldrekollet är som en saga, som en dröm. Det är skratt och glädje som behövs. Hemma känner hon sig ensam och otrygg. Hon tycker att vistelsen därute en vecka har haft betydelse för henne hela året, det sitter i och den här förändringen att hon har blivit mer öppen är en permanent förändring.

### *Att lockas till aktivitet*

Förutom de ”mirakel” som beskrivs ovan så blev flera deltagare på olika sätt lockade och ibland utmanade att göra på saker de inte gjort på länge eller kanske aldrig provat. En kvinna berättar att gruppen hade en pushande funktion, hon säger: ”så fort man kommer in i en grupp så blir det ett socialt tryck, man vill vara lika.” Hon menar vidare att ledarna föreslår och lockar dem att göra saker och ting, till exempel så blir de ”utskickade” att spela boule. Det är frivilligt att delta men det beskrivs att det är ett socialt tryck att vara med. Hon beskriver hur hon dras med av de andra på kollo. Istället för att gå och lägga sig på dagen som hon ofta gör hemma så deltar hon i de aktiviteter som de andra gör.

En person har badat för första gången på många år och hon tyckte att det var så skönt. Hon tror att det kanske var det fina vädret i år som gjorde att hon badade men hon framhåller också att ”när det är flera som badar så är det klart att det är roligare”. Jag frågar om det blir lite gruppsyck därute och det tror hon nog att det är. Och det var fler deltagare som lockades till att bada:

Ja, det där med badet kanske inte hade blivit om jag inte hade kommit dit. För här hemma var det inget... det var aldrig så att jag kände att jag ville gå och bada förstår du. Annars tar det bara några minuter ner till badet här så det är inte... Så det brukar jag göra normalt, åka ner och bada men som sagt... det var ingen vidare sommar...

Vistelsen och gruppen påverkade också att man på ett naturligt sätt vistades utomhus. En kvinna hade sett fram emot ”...att komma ut i Guds fria natur, för hemma är jag lite stugsittare. På kollo är det så lätt, för man dras ut av sina kompisar. Hemma är det inget som drar och då går jag inte ut. Där bara öppnar man dörren och så är man ute och dricker kaffe ute och... har trevligt.”

Flera deltagare aktiverade sig och utmanade sina gränser trots olika sjukdomar och funktionshinder och det framkom i intervjuerna att andra deltagare tyckte det var imponerande och starkt gjort. Ett exempel som omtalas är en kvinna som hade stomipåse på magen vilket inte hindrade henne från att bada. Ett annat exempel på att lockas med, var en deltagare som hade svårt att gå hela vägen till sjön där de drack

kaffe. Hon klarade av att gå dit men orkade inte gå hem. Då blev hon skjutsad på sin rollator. Kvinnan berättar i intervjun att hon var livrädd och skrek att hon kommer ramla, men det gick bra, hon ramlade inte.

Det var inte bara ledarna som pushade på utan deltagarna tog själva på sig rollen att uppmuntra mindre aktiva deltagare att vara mer aktiva. Till exempel genom att ”lura med” en väninna på en promenad. Denna kolloddeltagare tyckte att hennes väninna behövde bli mer fysisk aktiv och hon beskrev följande strategi för att locka med henne på promenader:

D: Å sen kan man lura med väninnan på en liten runda.

I: Jaha.

D: Ja, det finns en liten runda som man kan gå, sen finns det en större runda. ”Nej, jag kan inte”, säger väninnan, ”nej, jag kan inte”. ”Jodå”, säger jag, ”vi försöker, vi behöver inte gå så långt...”

En annan deltagare beskrev i den första intervjun att hon också försökte dra med de andra om de skulle ut och gå. Hon vill uppmuntra folk att vara lite aktiva för ”Ja, de sitter ju mest. Men sen går de med ner till sjön, men dom kanske inte orkar mycket mer”. Så att locka eller lockas till aktiviteter i stärkande syfte att var något som beskrevs av flera deltagare.

## Kollots hälsofrämjande verkan

Det verkar vara en gemensam ambition bland de äldrekollon vi har studerat att vistelsen ska ha en positiv effekt på deltagarnas hälsa, välbefinnande och livskvalitet. Även att bryta ensamhet eller social isolering i vardagen och bidra till att knyta bestående vänskapsband och nya vanor är ett mål på flera äldrekollon.

Intervjuerna utfördes två månader innan kollovistelsen och två månader efter och under dessa fyra månader inträffade det olika händelser i deltagarnas vardag, så som operationer, sjukhusvistelser, anhöriga som blev sjuka eller gick bort.

Utöver intervjuerna har vi valt att beskriva deltagarnas delaktighet i vardagen med hjälp av instrumentet GAP (Eriksson 2014) som mäter delaktighet i vardagens aktiviteter. Ett normalvärde eller mittenvärde (medianen) för 65-85 åringar är att ha ett (1) gap och har man mer än det kan det tolkas som bristande delaktighet i vardagen aktiviteter enligt instrumentet. Innan kollovistelsen är det två deltagare som har endast ett gap och en deltagare har 14 gap. Efter kollovistelsen uppger samtliga deltagare mer än ett gap och tre deltagare har fler än 10 gap. Det betyder att samt-

## ERFARENHETER AV ÄLDREKOLLO OCH KOLLOTS BETYDELSE

Tabell 1. Känsla av ensamhet, livstillfredsställelse, delaktighet i vardagens aktiviteter och depression hos de 10 deltagarna före och efter äldrekollo.

Deltagare	Ensamhetsfråga före (alltid, ofta, sällan, aldrig)	Ensamhetsfråga efter (alltid, ofta, sällan, aldrig)	LiSat före (1-6)	LiSat efter (1-6)	Antal GAP före (0-30)	Antal GAP efter (0-30)	CES-D före (0-60)	CES-D efter (0-60)
1	aldrig	sällan	4	5	5	6	17	7
2	sällan	aldrig	5	5	3	4	4	2
3	ofta	ofta	5	4	14	16	13	13
4	aldrig	sällan	5	6	1	2	0	3
5	sällan	sällan	5	5	1	2	8	7
6	ofta	alltid	6	5	4	7	32	35
7	sällan	sällan	4	4	6	12	9	7
8	sällan	aldrig	5	4	9	8	14	11
9		ofta		4		7		22
10		sällan		4		14		11

liga deltagare i intervjustudien har bristande delaktighet i vardagens aktiviteter. Resultaten av samtliga instrument redovisas nedan i tabell 1.

I intervjuerna berättar flera deltagare om att de känner sig pigga när de är på kollo och att den känslan kan sitta i flera månader. En deltagare uttryckte det som att ”jag känner mig pigga och stark i kroppen men man får också minnen att leva på och framåt våren ser man fram emot en ny vistelse.”

En annan deltagare berättar att hon känner sig lättare i kroppen när hon är på äldrekollo, hon var pigga varje dag. Sällskapet och skratten och pratet är så skönt, men hemma kommer hon in i en annan rytm och den positiva känslan försvinner snabbt. När hon är hemma så känner hon sig tung i kroppen. Det är så lätt därute och hon tror att det har med naturen att göra, hon älskar skog och mark. Hon är uppväxt med det. Det är så lugnt och tyst och man hör alla ljud ute i skogen. Hemma känner hon sig trött och orkar och vill inte göra saker, men där ute kommer hon upp på morgonen, hon orkar, kroppen blir lättare. Hon tycker det är helt underbart därute, för henne är det medicin.

Piggheten beskrivs av fler deltagare och kommer sig av att det är så roligt på äldrekollo:

I: Tycker du att det har någon inverkan på resten av din vardag? Vad betyder själva vistelsen där, är det just för stunden eller?

D: Nej, jag tror att det gör mycket så att jag blir pigg.

I: Du känner dig piggare?

D: Ja, jag tror det, ser du. Man blir uppiggad av att ha sådär roligt en hel vecka (skratt)

I: Berätta, vad är det ni gör som är så roligt då?

D: Nej men, vad ska man säga. Det är roligt att sitta och prata och gemenskapen och det. Visserligen har jag det här också, men det är några timmar bara, det är inte en hel dag inte.

En kvinna hade ändrat en hel del i sin vardag för att kunna fortsätta komma ut på äldrekollet. Hennes målsättning var att kunna delta på äldrekollet snarare än att vistelsen skulle inverka på hennes vardag. Hon beskriver hur hon varje dag hela året gjorde rörelseövningar (som hon egentligen tyckte var tråkiga) för att hålla funktionen uppe så att hon kan hänga med på promenaderna på kollet.

I: Så du gör dom (övningarna) varje dag hela året?

D: Jag har gjort det, konstigt nog.

I: Och vad är meningen med det då?

D: För att jag ska kunna gå. Annars, sitta därinne i soffan det... Då skulle jag inte kunna gå alls då, ja kanske jag hade... Å likadant nu har jag inte varit ute i vinter och så, det har varit dåligt med det. Men nu har jag den där känslan igen, jag måste gå, ta rollatorn och gå. Jag brukar gå runt huset här. Nu är jag tvungen att sätta igång, så att jag kan gå ner till sjön (skrattar).

I: Så målet är... Du vill hålla dig igång så att du ska kunna vara med på kollet?

D: Det är så.

I: Har det medfört några andra hälsovinster eller så att du gör de här övningarna och att du kommer ut?

D: Ja, det måste det ju göra, för annars så... undrar hur stel jag skulle vara om jag inte (skratt) gjorde dom där, ja nu är ju snart gjorda de där träningsperioderna snart gjorda för all del men.

I: Men du tror inte att du hade gjort dom om du inte hade kommit iväg på kollet?

D: Nej, om jag inte hade haft något mål... Då hade man väl suttit här åh, varför ska jag göra det om jag inte har lust?

I: Mm. Så det här äldrekollet är ett mål som motiverar dig hela året?

D: Ja, det gör det, faktiskt... Konstigt.

Efter kollolet beskriver samma deltagare att det sitter i en känsla av att man är stark och glad. Hon studsar uppför trappan och slänger soporna, men efter 1-2 månader är det som vanligt trögt igen.

## Gemenskap som avbrott till ensamhet

En orsak till den extra energin som flera deltagare beskriver sig få på kollolet kommer från att man där är en del av en gemenskap som man saknar i sin vardag. En kvinna som ofta känner sig ensam tycker det är intressant med nya människor och nya insikter och att hon får energi av att vara bland andra. Av att folk är glada och skrattar.

Tre av de tio deltagarna jag intervjuade skattar att de ofta eller alltid känner sig ensamma och sju av tio känner sig sällan eller aldrig ensamma (se tabell 1). Det var ingen betydande skillnad i deras skattning av ensamhet före och efter kollovistelsen.

Flera personer lyfter fram att äldrekollet är viktigt för att bryta ensamhet och social isolering. Men det är intressant att vissa deltagare inte själva identifierar sig som ensamma och i behov av gemenskap, utan behovet finns hos andra som deltar på äldrekollet. Flera deltagare gör på så sätt en distinktion mellan sig själv som lite mer pigg och andra som lite mer skröpliga. "De andra" behöver aktiveras och träffa andra men man själv är aktiv och drivande.

Ett exempel på detta är från en deltagare som berättar att han tycker äldrekollo är en fantastisk grej, framförallt för personer som sitter ensamma resten av året. Och här har man en chans att komma ut och knyta kontakter, vilket också sker. Han berättar vidare i intervjun att han själv inte har några problem med ensamheten men att många av dom som kommer ut har det. Han tycker det är kul att komma ut och träffa nya människor som han inte har snackat med, men han har en umgängeskrets hemma som han träffar regelbundet.

En deltagare som beskriver att hon själv ofta upplever sig ensam i sin vardag, lyfter fram behovet av äldrekollo för människor som är ensamma. Hon reflekterar över sin egen situation i relation till andra som hon tänker sig har det värre än henne, vilket verkar ge henne en viss tröst:

I: Hur tänker du kring varför det finns kollo för äldre?

D: Jo, jag tror det behövs, verkligen. Jag tror att det är många fler än mig som sitter ensamma. Det måste det ju vara, tänk alla de som inte har några barn. Är det nån som kontaktar dem eller? Jag brukar tänka på dem ibland. Det finns ju de som har det mycket värre än mig. Så att nog behövs det, men att få tag på dem som verkligen behöver det, det kan ju vara svårt.

Att få tag på dem som verkligen behöver komma ut på ett äldrekollo kan vara svårt, resonerar kvinnan ovan.

Flera lyfte fram att äldrekollet är till för att man ska få träffa andra, känna gemenskap och trivas ihop. Någon menade att det inte är så mycket aktiviteter på kollo utan där pratar man mer som aktivitet. Det fanns också deltagare som hade svårt att ta kontakt med nya människor men som ändå upplevde att på kollo så kunde man prata med alla, att det var lätt att vara därute och mycket trevligt folk. Just hur lätt det var att få kontakt med de andra deltagarna var något flera framhöll. De kunde sätta sig med vem som helst, det var inga ”kottier” som pågick utan alla var trevliga mot varandra. ”Man satte sig hos en dam eller en helt främmande herre och bara pratade och hade hur trevligt som helst.”

Att träffa medmänniskor och kunna dela vardagliga händelser uppskattades av flera. En kvinna uttryckte hur hon på äldrekollet till skillnad från hemma där hon inte pratar med någon i sin vardag så ”babblar man ju så fort man slår upp ögonen, först med Ulla som jag delade rum med och sen i matsalen vid frukost, då pratar man med alla och sen så skulle vi fika och jaa. Jag brukar gå runt och prata med folk.”

I: Så det sociala gjorde dig gott?

D: Ja, mycket gott för själen. Jag tycker det var väldigt trevligt. Att bryta ensamheten, för den kan vara påfrestande ibland. Vi är inte skapta för ensamhet. Jag sa till min äldre far, jag sa, håll igång så länge du orkar, för han blev ensam tidigt. Vi är som hästen, vi är ett flockdjur, så ut med dig, gör det och gör det. Och nu sitter jag som pensionär och så gör jag inte det som jag predikade för honom!

Att få prata med andra och få dela erfarenheter med andra är något som uppskattas högt. En deltagare berättar om ett tillfälle då det var en harunge ute på kollo som återkom varje dag, som de matade och pratade om. Därhemma brukar hon se en räv genom fönstret men hon har ingen att dela det med och prata med det om. Hon menar att det är viktigt att kunna dela sina upplevelser med andra.

Men alla uppskattade inte att hela tiden umgås i grupp och prata om vardagliga saker. En deltagare berättar:

”Jag saknade nån äh, stimulerande människa att ha en dialog med, som jag inte fick tag i. Och sen... det blev ofta inte att man satt två och två utan där satt man ju högväs och då blir det bara det där allmänna svamlet, eller hur?”

För honom räckte det inte att vara tillsammans och ha trevligt en vecka, han önskade mer intellektuellt utbyte och skulle gärna se att det fanns inslag av föreläsningar och diskussioner. Men till skillnad från denna deltagare så uttryckte en annan deltagare att ”jag vill absolut inte ha några djupare diskussioner utan jag föredrar ett lättsamt och skrattigt samtal”.

Det verkar skapas en kultur på kollo där man umgås tillsammans i gruppen och förväntas ta kontakt med andra och deltagarna förstår detta och är med på det vilket underlättar skapandet av nya kontakter och socialt umgänge. Flera beskriver att man inte betar sig på samma sätt hemma, vilket visar på att det är en kulturell skillnad mellan hemma och kollo, vilket deltagarna också accepterar och anpassar sig efter. Sen framkommer det olika önskemål kring innehållet och djupet på dialogen.

## Upplägg och aktiviteter

Vad är det då för upplägg och aktiviteter på äldrekollo som leder till de erfarenheter deltagarna har? Vilka slags aktiviteter anser deltagarna är viktiga på ett äldrekollo? Vad är en bra balans mellan arrangerade aktiviteter och fri tid?

Som framkommit i stycket ovan så är gemenskapen en central del för många. Förutom detta är balansen mellan arrangerade och fria aktiviteter, tempot, platsen/miljön, ledarna och deras bemötande och maten områden som lyfts fram som centrala i intervjuerna. Precis som i den tidigare texten så har de intervjuade olika åsikter kring upplägget på kolloveckan. Många tycker om upplägget och längtar att komma tillbaka men det finns också de som tycker att det händer för få aktiviteter och några framför förslag på vilka aktiviteter de skulle vilja ha på kollo.

## Balans mellan arrangerade aktiviteter och fri tid.

På detta äldrekollo är tiderna för mat och fika, inklusive bad vid sjön, bestämda och det är aktiviteter som alla är med på. En festkväll arrangeras också men utöver detta så beskriver de intervjuade inte så många på förhand arrangerade aktiviteter. I intervjuerna berättar deltagarna istället om spontana aktiviteter som bland annat bingo, kubb, poker och promenader. Deltagarna skötte aktiviteterna själva och

någon framhöll att det uppskattades att inget var obligatoriskt vilket var bra för att "konditionen går upp och ner varje dag, så man har olika ork."

De som uppskattade att det inte var så många planerade aktiviteter tyckte om att det var ganska långsamt och vilsamt, inte bara fokus på görande utan mycket på gemenskapen i gruppen. "Det var skönt att bara vara. Att äta ihop, sova ihop, gör att man kommer nära varandra." Även om det var flera som tyckte att det var skönt att det inte var för många planerade aktiviteter fanns det andra som tyckte att det var för få planerade aktiviteter. För vissa räcker det med att bara vara, för andra blir tempot för långsamt. En man jämför äldrekollot som han tycker har för lite aktiviteter med barnkollo som han anser är fulla av aktiviteter. Han menar att "På äldrekollot får man mer klara sig själva, det är inte så mycket aktiviteter." En av deltagare som tyckte det var skönt att det inte var så mycket planerade aktiviteter menar att "om man har långtråkigt därute då får man skylla sig själv!".

Några av deltagarna berättade om personer som bara kommit dit en gång och inte kommit tillbaka. En kvinna trodde att det berodde på att det är för få planerade aktiviteter:

D: Nej, just det. Det kan ju vara att de (som inte kommer tillbaka) inte tycker att det händer nånting heller vet du... En del är ju mycket för sin TV eller radio och sånt där vet du. Men det är borta (skratt). Det får man koppla av.

I: Vad menar du att det inte händer så mycket?

D: Nej, jag menar väl det att de ska ordna lite... men det blir ju inte så mycket mellan där när de ska äta vet du och sen går vi ner till stranden och det. Det är inte så många timmar emellan.

I: Men menar du att det är för lite aktiviteter?

D: Ja, dom här då när jag bodde i 4-bäddsrum då, dom var, det var två kvinnor som tyckte att det var för "ordnar dom ingenting" och sådär...

I: Så personalen ordnar inte så mycket aktiviteter?

D: Nej, dom hinner inte med vet du, det ska ju städas under tiden vet du...

Å andra sidan lyftes vikten av att det fanns tid och utrymme att vara för sig själv och kunna gå iväg själv ner till sjön fram. "Det var så skönt att gå ner till vattnet och bara sitta och titta ut".



När det väl ordnades med aktiviteter så tyckte en deltagare att var det viktigt att välja aktiviteter där så många som möjligt kunde vara med. Hon tyckte det var viktigt att man inte sorterade ut folk för att vissa kan göra vissa aktiviteter medan andra får sitta och vänta för att de inte kan. Hon avstod hellre från aktiviteter som hon skulle vilja göra för att alla kanske inte kunde vara med på dem. För henne var det viktigt att alla skulle kunna välja att vara med och så tyckte hon också att det var på kollo. Hon exemplifierar med aktiviteterna bad och kubb som alla kunde vara med på fast på olika sätt. ”Det var ju en del som inte badade och andra gjorde det, men det valde man ju själv...//... Och som med kubb, många stod där och hängde på sin rollator, och man kan gå med rollator och ändå spela kubb.”

En kväll ordnades det med fest och levande musik och många berättar att de blev uppdragna av ledarna för att dansa. En kvinna summerade kvällen ”Logdansen var jättetrevlig, det var så fin buffé och stil på folk. Det var hur livat som helst.”

### *Önskemål om aktiviteter*

Några av de deltagare som tyckte att det var för lite arrangerade aktiviteter hade egna förslag på vad de skulle vilja göra på ett äldrekollo. På frågan om det fanns aktiviteter de skulle önska göra svarade en deltagare:

”Det skulle ju vara kul att åka ut i en roddbåt. Men dom (personalen) hade ju ansvar för oss allihopa, vi kunde ju tippat i, vi har ju lite dålig balans, fluff så ligger man i plurret. Sen är jag lite anpassningsbar, om saker är på ett visst sätt så är det så, och då bryr jag mig inte. Jag såg inte att det fanns någon roddbåt att hyra och då var det så.”

En annan kvinna tyckte att ”Man borde nån gång ha gymnastik, det vore bra. För man kan sitta och göra gymnastik på stolar, det gör de på äldreboende. Ja, gymnastik vore bra nån timme på förmiddagen eller eftermiddagen. Det skulle jag inte säga emot.”

En man föreslog vad han kallade ”åldersseminarier” där någon som var duktig på ett visst område kunde komma och föreläsa kring olika ämnen som exempelvis pensionssystemet eller Alzheimers sjukdom eller vad som helst som man inte vet så mycket om. Han säger i intervjun:

”Jag tror att människor i 65-70-75-årsåldern och något sånär klara i knoppen, har ett visst behov av ett intellektuellt utbyte med andra människor på nåt sätt, och då tror jag nog att föredrag och frågor, och nån som kan det här med pension eller vad du nu vill va. Det tror jag skulle vara väldigt mycket bättre.”

Eftersom äldre inte är någon homogen grupp kan det antas finnas lika mycket variation i önskemål om och balans i aktiviteter som bland andra människor. Utifrån det kan det vara viktigt att det finns äldrekollon med olika upplägg som kan attraherar olika personer.

### *Platsen och miljön*

De allra flesta lyfter fram vikten av platsen som kollo ligger på och då speciellt närheten till skogen och vattnet. Omgivningen och miljön beskrivs ha olika påverkan på deltagarna, några blir lugna och andra känner sig pigga och starka. Promenader är viktiga och då också att det finns tillgängliga vägar och stigar att gå på också för dem som använder rullstol och rollator.

De flesta återkommer till att de känner sig hemmastadda i miljön och att det är viktigt. Deltagarna knyter an och relaterar vistelsen till erfarenheter och minnen från sin egen barndom, någon var sommarbarn, någon är uppvuxen på landet och ytterligare någon vid havet.

En kvinna tyckte att det var väldigt spartanskt och nerslitet i huset där de hade kollo. Hon tror att flera av hennes väninnor hade vänt i dörren men hon själv är lite mer tillåtande och det var absolut inte smutsigt: ”Ledarna städade och höll efter så rent och fint.”

### *Ledarna och bemötande*

Ledarnas engagemang uppskattades av alla, de beskrivs av flera som ”eldsjälar”. Någon undrade när de hann med att vila. De var alltid glada och livliga och aldrig trötta och sura. ”De hade sig och städade och sen var det kaffe och sen skulle det bakas. Och dom var ju inga ungdomar direkt! Det var sånt flyt, de kompletterade varandra så bra.”

En kvinna uttryckte att ”det är ju människorna som gör hela kollo men personalen precis som på en arbetsplats så är det ju chefen som slår an tonen. Och här slog de an en kärleksfull, gullig ton, det var ju inga problem när folk gick och frågade om saker. Utan det var, det fixar vi, det grejar vi.” Samma kvinna jämför ledarskapet på sina bardomars scoutläger, där var det inte alls sån stämning utan det var mer Gestapo.

Ledarna hade en bra förmåga att se vilka som fungerar bra ihop och såg till att människor blandar sig med varandra så att det inte blev grupperingar. En deltagare lyfte fram att ledarna därute såg varje individ. Det hade hon aldrig upplevt i hela sitt liv förut. Hon tyckte de var beundransvärda. Hon tar ett exempel på att bli sedd:

”Jag kan inte böja mig ner på golvet, och så skulle jag gå och duscha och ha med mina flaskor och balsam och dusch crème och borste. Men så glömde jag ju min griptång. Då frågade jag om jag fick ta en plaststol i duschen och det fick jag. Men när jag kom in i duschen såg jag att det var ett fönster där och dit upp nådde jag och då kunde jag ju ställa flaskorna där. Sen gick jag ut i korridoren och skulle hämta en handduk och då kom ju Pia där och sa: Sonia – glöm inte stolen! Och då tänkte jag, hur faan kan hon hålla reda på mig och stolen. Det var ju en bagatell alltså men... hur hinner de och hur kommer de ihåg? De hade stenkoll på alla som var där. För mig är det kärlek, omtänksamhet, omvårdnad, människovärde. Jag växte 2-3 meter upp i taket, det var så fint.”

Flera lyfte fram ledarnas bemötande som viktigt för att vistelsen skulle bli bra, det var viktigt att man kände sig trygg, välkommen och som kvinnan här ovan beskriver, sedd.

### *Maten*

Maten är ett annat område som mycket cirkulerar runt. Deltagarna pratar om både maten i sig och vikten att man har sällskap av andra när man äter. Flera deltagare tycker det är skönt att inte behöva tänka på vad man ska ha till mat eller att behöva laga den, det uppskattas att få sätta sig till dukat bord. Att ha sällskap vid matbordet och att slippa sitta ensam vid måltiderna och äta var något som en deltagare lyfte fram som det han uppskattade mest med kollo. Maten var också en bidragande orsak att komma tillbaka:

I: Vad är det som gör att du vill komma tillbaka, vad är det som du uppskattar mest med vistelsen?

D: Jag tycker det här med gemenskapen vet du och det här att sätta sig till dukat bord, gud så härligt. Och god mat är det ju. Ja, jag tycker ju det.

Maten som serverades var svensk husmanskost och det uppskattades av många. Flera var vana vid att äta liknande mat hemma eller har ätit det tidigare. Några deltagare tyckte att det var lite spartanskt men gott. En deltagare uttryckte sig såhär om maten: ”Det är inga lyxmiddagar men det är ordentlig rejäl mat. Den är inte tjusig utan rejäl husmanskost.”

Kostnaden för att delta på äldrekollo är låg och maten är relativt enkel. Hembakat bröd och bullar och kakor var ett mycket uppskattat återkommande inslag och ibland bjöds det på lite extra:

I: Vad tyckte du om maten?

D: Svensk husmanskost, lite spartanskt, men det var ju väldigt billigt, 100 kr om dagen. Men vilken buffé! Det var kräftor och de bjöd på vin! En kväll höll vi på att få dändimpen, då kom de ut bara sådär med glasspinnar och frågade – Vem vill ha glass? Ja, det var ju ingen som var nödbedd, alla räckte ju upp handen och skrek - Ja tack!

I den här beskrivningen är likheten med sommarkollo för barn slående. Hur kommer det sig att de räcker upp handen? Det kan tänkas att både ledare och gruppen klev in i ett slags rollspel som möjliggjordes i situationen.

### Vem är äldrekollo till för?

Till detta äldrekollo är personer över 65 år som bor i den aktuella kommunen välkomna. Det är principen ”först till kvarn” som gäller, men hittills så har det gått att ordna så att alla som sökt har kunnat komma ut till äldrekollet, antingen en kortare eller längre period. Många av deltagarna på äldrekollet återkommer år efter år och någon har varit där upp emot 10 gånger. Deltagarna beskriver att det är något speciellt med äldrekollet och antingen gillar man det eller så gör man det inte. De som inte gillar det kommer inte tillbaka och de som gillar det återvänder. De flesta jag har intervjuat tillhör den senare kategorin återvändare och berättar i intervjuerna hur de uppskattar upplägget.

Redan i början av året har man möjlighet att anmäla sitt intresse av att komma på äldrekollo och många beskriver hur de går och väntar på annonsen i tidningen och ser fram emot och hoppas få komma med.

I intervjuerna berättas det om personer som varit på kollolet men valt att inte komma tillbaka. En deltagare berättar om en kvinna som var på äldrekollo ett år och tyckte att det svårt att komma in i gänget eftersom hon inte var född i trakten, därför valde hon att inte komma tillbaka. Några av deltagarna har försökt att få med en vän eller väninna på kollolet. En kvinna berättar om sitt försök och konstaterar att kollo passar henne men inte alla:

I: Har det med åldern att göra att det inte passar alla eller?

D: Nej, hon (väninnan) har det sättet, hon vill inte, nej, det skulle aldrig passa henne, hon skulle ha enskilt rum med toa inne på rummet då, om det skulle va...

I: OK, så det är det det hänger på, en del vill inte dela rum och då åker man inte dit?

D: ...sen har vi lakan med oss själva, kuddar finns det där.

I: Så ni som är där ni är ganska...

D: Ja, vi är hemmastadda där.

I: Ni har vart där många år?

D: Ja, det har vi och kommer det nya så är det bara och berätta hur det är va.

Det verkar vara en viss kultur på kollo som nya personer är välkomna att anpassa sig till. Folk som inte vill dela rum eller som inte gillar upplägget kommer inte tillbaka. Att trivas med att umgås i grupp är också viktigt och en deltagare beskrev hur hon hade lite svårt att identifiera sig med gruppen ”gamla”, hon menade att ”... då är man ju en grupp, och då ska man säga vissa saker och göra vissa saker och tycka vissa saker liksom för att passa in va...”. Den här deltagaren beskriver hur hon inte kunde acceptera de stereotyper kring att vara gammal som skapades och förhandlas fram i interaktionen människor emellan. På detta äldrekollo var det en kontinuitet av deltagare som trivdes tillsammans och som gillade och accepterade upplägget på kollo som återkom tillsammans med några nya varje gång.

## Reflektioner kring ålder

På vilket sätt uttrycker sig deltagarna om ålder? Vilka föreställningar har de om ålder och hur framkommer dessa och andras föreställningar om ålder i intervjuerna? Är ålder en viktig faktor för vistelsen på äldrekollo?

En kvinna framhåller att det är viktigt att det är äldre som är på äldrekollo. Hon tycker att om det hade varit barn där samtidigt så hade det blivit oroligt. 65 år tycker hon är en bra åldergräns för när man kan räknas som äldre. Hon identifierar sig med de andra därute och menar att de också har gemensamt att de är ensamma, de är likasinnade för att de är ensamma. Det ger en trygghet tillsammans att alla är ensamma. Så för henne är det både ålder och att deltagarna lever ensamma som förenar dem.

Till skillnad från 65 år, som ovanstående deltagare framhöll som en lämplig åldergräns, menar en annan deltagare att man ska räknas som äldre när man är runt 80 år. Han tycker att om det är ett äldrekollo så ska det inte vara ungdomar därute samtidigt. Personer i 65-årsåldern som just har gått i pension har så mycket att stå i, så han tror inte att de lockas av detta kollo. Kollo lämpar sig för personer som inte har alltför mycket aktiviteter i sin vardag. Är man 65 kan man ta sig för en

massa saker och ta sig ut själv. Det bekräftas av en deltagare som själv tog sig till kollo med bil. Hon menar att kollo är bra för många som inte kan ta sig ut själva, som till exempel är beroende av färdtjänst, men för hennes del så är hon fri att kunna åka vart hon vill. Så även om vistelsen på äldrekollet var ett trevligt inslag så gav den inget större avtryck.

En annan deltagare menar först att åldern inte spelar någon roll men sen preciserar han sig till att barn inte passar där utan personer som är 50 år och uppåt.

I: Att det är ett kollo för äldre, vad betyder det att träffa andra som är äldre, spelar åldern någon roll?

D: Nej, det spelar ingen roll.

I: Så det hade kunnat vara ett blandat kollo med äldre och yngre och barn?

D: Nej, inte barn. Det passar inte. Men 50 och 60 och 70 och 90-åringar. Det var en dam som är 86 år som är så jäkla pigg och henne kan man prata med om precis vad som helst. Och man kan skälla på henne och hon skäller tillbaks.

Andra deltagare tycker att det vore bra att blanda alla sorters människor, precis som i samhället i övrigt, män och kvinnor och barn också, från 1 år till 100 år. Hon tycker att det svenska samhället är så åldersfixerat. En annan deltagare menar att åldern i sig inte spelar någon roll utan att det är det intellektuella utbytet som är viktigt:

I: Vad har äldrekollet för funktion, vad har det för syfte, vad är meningen med ett äldrekollo?

D: Ja, jag vet inte hur jag ska svara på det för jag... jag vet i fan om man känner sig äldre, gör man det? Inte fan känner jag mig äldre liksom (skratt), förstår du hur jag menar?

I: Ja.

D: Jag är skabbig och gubbig och deppig, visst det är klart men... förstår du... jag vet inte... jag är precis lika gärna ihop med en 15-åring eller 25-åringar som jag är med 70-åringar. Jag har ju väldigt mycket utbyte av mina barnbarn... förstår du? Ja, om man säger, jag söker mig inte till äldre människor, det gör jag inte...//... jag menar ju att, så att säga, du kan få gemenskap med en annan människa oavsett vilken ålder den har, eller hur?

Så för vissa var åldern en sammansvetsande faktor men för andra var det inte åldern som var det viktiga utan snarare personkemin och möjligheten till ett intellektuellt utbyte.

Sammanfattningsvis så beskrivs äldrekollet som ett avbrott i vardagen där man får möjlighet till utomhusvistelse med närhet till skog och vatten. Flera av deltagarna återkommer flera år i rad, somliga åker dit med en vän eller väninna och andra önskar få komma samtidigt som deltagare de lärt känna tidigare år. Medan några beskriver att äldrekollet är ett viktigt avbrott i deras vardag som de ser fram emot en stor del av året så är vistelsen för andra mer "bara" en trevlig vecka. Med undantag för förändringar hos ett par deltagare före och efter kollo, i de instrument som mäter depression och gap i delaktighet i vardagens aktiviteter, så visade mätningarna inga större förändringar. Däremot framkom det utsagor i intervjuerna hur vistelsen fungerade som medicin och att man kände sig piggare och gladare efter en vecka på kollo. De inslag som lyftes fram som viktiga på kollo var främst gemenskapen med andra deltagare och det varma bemötandet från ledarna. Deltagarna hade olika åsikter kring hur dagarna strukturerades, huruvida det var lagom många organiserade aktiviteter och vilka aktiviteter som förekom. För flera innebar kollovistelsen en möjlighet att delta i aktiviteter man kanske aldrig provat förut eller slutat göra, för andra blev tempot för långsamt. Deltagarnas uppfattning av ålderns betydelse varierade liksom för vem äldrekollet är till för. En deltagare tyckte att alla över 70 år behöver få komma på äldrekollo.

# Kollot som kulturhistoriskt fenomen

*Janicke Andersson*





## Introduktion och metodbeskrivning

Inom ramen för den här delstudien har arrangörer av tio kolloverksamheter intervjuats. Arrangörerna hittades via sökningar på Internet. Detta innebar i praktiken en allmän sökning på orden pensionärskollo, äldrekollo, mogenkollo, seniorkollo, sommarvistelse för äldre, seniorläger och sommarkollo för äldre. Därutöver tillkommer en kartläggning av samtliga Sveriges kommuners verksamheter för äldre, en kommunikation med Svenska kyrkan om deras verksamhet och ett sökande via deras hemsidor efter kolloverksamheter, ett sökande via pensionärsorganisationernas centrala sidor samt kommunikation med ansvariga för dessa organisationer.

I de fall information om en kolloverksamhet fanns på Internet söktes kontaktuppgifter och därefter ringdes ansvarig upp eller kontaktades via mejl för att höra om efter om verksamheten fortfarande var igång, och för att göra en första bedömning av vilken sorts verksamhet som bedrevs. Efter denna process valdes tio arrangörer ut för intervjuer. Utvalda kollon representerar en såväl organisatorisk som geografisk spridning, samt ger en inblick i ett varierande verksamhetsinnehåll.

Intervjuerna gjordes på plats hos arrangörerna, vilket i några fall innebar ute på kolonierna och i andra på kontor eller träffpunkter. Då det ofta är flera personer involverade i organisationen av kolloverksamheterna, så ombads kontaktpersonen ta med de personer som hen ansåg viktiga för att kunna ge en bra bild av verksamheten. Detta har resulterat i att majoriteten av intervjuerna har genomförts i form av gruppintervjuer med en kombination av personer från frivilligverksamheter, pensionärsorganisationer och kommunal äldreverksamhet. Intervjuerna varade runt två timmar vardera och spelades in för att sedan transkriberas i sin helhet.

För att få en bild av hur fenomenet äldrekollo beskrivs i medierna, kompletterades intervjustudien med en textanalys av mediematerial. Denna medieanalys bygger på material insamlat genom en sökning med sökmotorn Retriever via sökorden pensionärskollo, äldrekollo, mogenkollo, seniorkollo, sommarvistelse för äldre, seniorläger och sommarkollo för äldre.

Artiklarna fördelar sig enligt följande på de olika sökorden:

Sökord	Antal
Pensionärskollo	112
Äldrekollo	45
Mogenkollo	2
Seniorkollo	23
Sommarvistelse för äldre	123
Seniorläger	27
Sommarkollo för äldre	315
Summa	647

En första gallring gjordes utifrån rubrikerna i Retriever för att sälla bort de artiklar som endast innehöll sökorden men i övrigt inte behandlade fenomenet äldrekollo. Efter detta gjordes en ytterligare genomläsning och de texter som huvudsakligen var att betrakta som reklam för kolloversksamheter eller som behandlade vår egen studie valdes bort. Efter denna urvalsprocess återstod 38 artiklar som behandlade fenomenet äldrekollo i text och bild.

Representationen av de olika kolloversksamheterna i pressen ser utifrån denna sökning ut så här:

Kolloversksamhet	Antal artiklar
Stenfasta	5
Gysinge	3
Nilsby Värmland (Kil vård och omsorg)	1
Ölme Herrgård Värmland (Karlstad stift)	1
Sködinge Katrineholm	5
Enskede Årsta	2
Björkögården	1
Bäckaskog	1
Sundbyberg	3
Mark	7
Karlshamn	7
Västerås	1
Sjövik Dalarna	1
Summa	38

Jag är medveten om att det finns mediematerial som publicerats utanför de källor som finns representerade i Retriever, såsom filmer från Stenfasta och Björkögården samt ett antal artiklar i nätbaserade tidningar. Även om det inte finns med i ovanstående sammanställning så är detta material en del av kartläggningen av kolloversksamheten.

De insamlade medietexterna har analyserats med en diskursanalytisk metod som innebär en syn på våra handlingar och vårt vetande om världen som tolkade genom, och påverkade av de språk vi omges av och använder. I analysen av texterna har fokus varit att synliggöra föreställningar och för-sant-hållanden om äldre och åldrande i allmänhet och fenomenet kollo i synnerhet. Med utgångspunkt i Foucaults kritiska perspektiv på hur sanning och kunskap konstrueras diskursivt öppnas för nya tolkningar av dessa föreställningar och för-sant-hållanden (Foucault 1980, Foucault 1993, Foucault 1992, Foucault 2002).

Medietexterna blir intressanta därför att de säger något om vad som anses vara samhällsrelevant att rapportera om äldrekollo och hur man anser sig kunna beskriva och tala om dessa verksamheter och dess deltagare. Hur man i ett samhälle ser på äldre och fenomenet äldrekollo beror på de kulturella kategorier som samhället

tillhandahåller för att beskriva och tolka vårt handlande och vårt yttre (Turner 1987). I och med att språket konstituerar de sociala relationerna är det också genom förändringar i diskursen som sociala förändringar sker. För att förtydliga hur dessa diskurser formas och förhåller sig till varandra i det samhälleliga samtalet har jag valt att presentera resultatet från intervjustudien och textstudien integrerat i berättelsen om äldrekolonier som kulturhistoriskt fenomen.

## Från barnkollo till äldrekollo – en idéhistorisk resa

Man behöver inte vara barn för att åka på sommarkollon. I alla fall inte i Sundbyberg. I juli arrangeras nämligen seniorkollo – för tredje året i rad. Två veckor fyllda med aktiviteter som boules, stavgång, utflykter och trivselkvällar (*Mitt i Sundbyberg* 20120924).

Det tycks finns något kittlande och medialt tilltalande i att jämföra äldre med barn när man som journalist skriver en artikel om äldrekollo, vilket blir också tydligt i de artiklar jag har gått igenom. Inte så att jämförelsen nödvändigtvis behöver innebära en infantilisering av de äldre men barnets pigghet och det lekfulla lyfts fram i såväl beskrivning av de äldre som av de aktiviteter som genomförs ute på kollo. Tydligast syns detta i rubriksättningen av artiklarna som många gånger anspelar på just ålder. Här återfinns bland annat rubriker som: Pilbågsskytte med mormor, Aldrig för sent för kollo, Ålder inget hinder för kollo, Aldrig för gammal för sommarkollo, De är på kollo i mogen ålder, Gamla lever rullan på kollo och Kollo för pensionärer ingen barnlek. Och det är ju inte så konstigt att det ligger så nära till hand att anspela på barn och aktivitet när man som journalist skriver om äldrekollo eftersom kolonirörelsen har en lång historia av att rikta sig till barn.

De tio verksamheter som ingår i den här delstudien har alla olika benämningar för vad vi i rapporten valt att benämna äldrekollo – mogenkollo, seniorkollo, äldrekollo, seniorläger, pensionärskollo eller sommarvistelse för seniorer. Den här variationen är intressant eftersom den kan tänkas avspegla skilda värderingar kring verksamhetens syfte. Här blir det intressant att reflektera över varför ett begrepp som för den ena arrangören uppfattas som positivt för att beskriva verksamheten, för den andra ses som något negativt. I följande avsnitt tar jag utgångspunkt i hur arrangörerna resonerar kring valet av namn på verksamheten och hur benämningen kan förstås i relation till upplägg, innehåll och tänkt målgrupp.

*När man vill kalla sig kollo*

För några av verksamheterna kan namnvalet ses som en oreflekterad konsekvens av platsen den är förlagd till. De befinner sig kanske i en traditionell kollomiljö där barnkolloverksamhet fortfarande arrangeras. Äldrekollot är i dessa fall snarast en utveckling av barnkollot:

J: Finns det någon anledning till att ni valde att kalla det för kollo?

I1: Det är väl för att det var barnkollo. Stämpeln på Sommargården är ju sommarkollo.

I2: Sommarkollo för barn då, så kommer vi in med äldre personer.

I3: De bor ju på kollogården.

I2: Jag har inte tänkt på det så mycket, det bara blev så

I3: Det ingår ju mat o frukost och då är det ju kollo.

J: Då är det kollo?

I1: De får inte eget rum för då blir det mer en vistelse tror jag, om man kan leva lyxigare. Detta är kollo ända ut i fingerspetsarna.

Här kan vi se att utöver att verksamheten bedrivits i traditionell kollomiljö så är det något annat som antas bidra till kollostämplens på verksamheten och det är enkelheten och gemenskapen. Att få eget rum eller ha mer lyx i sin verksamhet skulle förvandla den från kollo till vistelse. Detta blir intressant när vi tittar på andra verksamheter som använder ordet kollo som inte har några som helst kopplingar till sommarkolonier för barn. Ett kollo är förlagt till en slottsmiljö med egna rum och slottsmiddagar, och två andra till folkhögskolemiljö där deltagarna också bor i egna rum. Vad är det i dessa fall som gjort att kollobegreppet uppfattats som ett relevant begrepp för att beskriva verksamheten?

För några av verksamheterna är det tydligt att valet har att göra med de, enligt dem, positiva konnotationerna till sommarkolonier för barn:

J: Tror att det påverkar verksamheten på nåt sätt, att det heter kollo?

I1: Ja det verkar så för att, ja det har ju du sett nu, de är ju som barn här ute. De törs skoja, de törs berätta historier, de törs vara sig själva och de törs fråga och de törs gå

och hämta nåt om de vill ha. För det är ju det som är tanken. Vi är ju bara en liten service på sidan om. Tycker jag. Det är så svårt att förmedla känslan alltså, oj.

Här ger kollobegreppet associationer till aktivitet, gemenskap och miljöombyte. Begreppet, liksom berättelser om äldre som utför aktiviteter som vanligen förknippas med barn, bidrar till att definiera verksamhetens syfte och målgrupp. Verksamheten ska fungera som ”medicin” mot ensamhet, bristande rörlighet och minimala utevistelser för dem som har behov av detta. Här framträder värderingar som har tydlig förbindelse med det filantropiska ideal som utgjort grunden för barnkoloniernas historia (Münger 2000, Münger 2014). Det är underförstått en verksamhet som riktar sig till människor som har speciella behov som de behöver få hjälp med att tillfredsställa. I grunden handlar det om en diskussion om det samhälleliga ansvaret och välfärdsbygget där vissa grupper identifieras som omsorgstagare och andra som omsorgsgivare.

Kopplingarna till dåtidens sommarkolloideal och en övergripande kollodiskurs som en gemensam förståelse av vad ett kollo är och innebär för deltagarna präglar också tidningstexterna.

Alla vill ju komma bort på semester, om det så bara är för en dag (*Sydöstran* 20110630).

Som vi ser i citatet återspeglas här det filantropiska ideal som präglat synen på vem som skall åka på kollo och varför. Det handlar om att ge de mindre bemedlade tillgång till den goda sommaren. Då var det arbetarbarnen som skulle invigas i borgerlighetens ideal om den goda barndomen (Münger 2000), nu är det äldre som skall invigas i idealet om det aktiva och hälsosamma åldrandet och den goda sommarledigheten.

För att pensionärer har rättighet att också få ”guldkant” i sin tillvaro på sommaren. När man blir gammal, kanske det syns när man går förbi spegeln men själen blir aldrig gammal (*Katrineholms-Kuriren* 20130708)

Kopplingen till kolloidealet och tanken att åtgärda en riskgrupp förstärker det problemperspektiv på äldre som dominerat sedan 1900-talets början där äldre markeras som definierade av sjuklighet, bristande rörlighet beroende och ensamhet (Jönsson 2002, Nilsson 2008). Samtidigt blir det tydligt att barnkollots filantropiska ideal ligger i linje med ett samtida ideal för hur ”äldreproblemet” ska lösas och som finns inkluderat i samhälleliga policydokument om ”aktivt åldrande” på olika nivåer, nationellt och internationellt (jfr t.ex. FUTURAGE). Beskrivningen av äldre som aktiva, erfarna och kompetenta har syftat till att vara en motpol till den negativa

kategoriseringen av äldre som samhällsproblem, men en konsekvens av att detta aktivitetsparadigm kommit att dominera har, menar folkloristen Anne Leonora Blaakilde, gjort att det blivit äldre människors plikt att uppvisa en hög grad av aktivitet både för att uppnå hög kulturell status och för att indikera att de inte är en börda för samhället (Blaakilde 2007). Här framgår att kollobegreppet visserligen kan hämta sina kulturella konnotationer från det idéhistoriska arvet från barnkolonierna, men samtidigt enkelt passas in, och vinna legitimitet i en samtida dominerande, och i viss mån tvingande samhällsdiskurs.

### *Att inte vilja kalla sig kollo*

I vår studie har vi sett två olika argument för varför verksamheterna väljer bort ordet kollo. Det ena argumentet bygger på negativa associationer till dåtidens kolloverksamhet och då diskuteras saknaden efter föräldrarna, ångest, fostran och att det var de vanartiga eller på andra sätt socialt stigmatiserade barnen som åkte på kollo. Arrangörerna vill inte att verksamheten skall förknippas med gamla tiders kolloverksamhet och att de äldre skall associera verksamheten till fostran och social utsatthet. Arrangörerna menar att kanske har de äldre själva traumatiska erfarenheter av barnkollovistelser och då kommer de kanske inte vilja åka med om verksamheten heter kollo. Istället har dessa verksamheter valt att kalla sig läger eller sommarvistelse.

I1: Men om man säger sommarvistelse för seniorer eller man säger äldrekollo så föredra jag ju sommarvistelse för seniorer

I2: Ja, det är värdigare

I3: Ja kollo är..., jag tycker också det. Kollo har man ju från man är liten. Vissa blev tvingade på kollo när de var små och allt detta. Och det var ju de som var besvärliga som skulle åka på kollo, blev ivägskickade på kollo liksom, så att jag tycker...

I1: Det har en annan klang på nåt vis.

Diskussionen om kollots vara eller inte vara är ju också något som känns igen från barnkoloniverksamheterna som rört sig med samma dilemma och som resulterade i att rörelsen 1959 övergick från att kalla sig kollo till att benämna verksamheten sommarvistelse för barn (Münger 2000). Som bekant har dock kollobegreppet överlevt denna administrativa förändring och lever idag stark i lägerverksamheter runt om i Sverige. Detta tyder på att det finns något annat än det stigmatiserande i kol-

lobegreppet som appellerar till de som använder begreppet, det handlar om positiva värden om gemenskap, enkelhet och aktivitet. Detta står i kontrast till den diskurs av fostran som också omgärdar begreppet och som är en anledning till varför vissa verksamheter inte vill använda kollo som benämning på sin verksamhet. Argumenten är att fostra är något man gör med barn och inte med äldre:

I1: Ja lite så som att det är mer lagar och ramar och regler runt ett kollo ju. För barnkollo får man ju säga var det ju det. Det är ju det man associerar till, kanske att det är lite ramar och regler och det ska det ju inte vara när man är senior, ju.

Här framgår att de konnotationer som kollobegreppet bär med sig framförallt är det fostrande idealet, inte den senare mer fria kolloverksamheten. Med informantens synsätt är det legitimt med ramar och regler kring barn, men inte kring äldre. Det vill säga, det är inte ramarna och reglerna i sig som ifrågasätts, utan det är beroende av vilken målgrupp verksamheten riktar sig till. Här antyds en syn på äldre som fria som kommit att dominera det senaste decenniets äldrediskurs och som ligger i linje med det uppvärderande aktivitetsparadigmet. Livet som äldre ses från det här perspektivet inte som en period av stagnation utan som en ny ”frihetstid” – frihet från både arbete från sociala och ekonomiska åtaganden och så vidare (Nilsson 2011, Andersson 2011). Att benämna en verksamhet med ett begrepp som ger associationer till ”lagar, ramar och regler” går stick i stäv med den här diskursen. Det här framgår ännu tydligare genom att många menar att kollobegreppets associationer till barn fungerar infantiliserande så till vida att barn och äldre blir två jämförbara grupper med liknande behov av fostran och aktivering. Detta framkom inte minst i de konflikter som fanns mellan verksamhet och den politiska styrningen kring hur man skulle benämna verksamheten.

I1: Det var väl ingen som sa att vi inte fick, men de tyckte det var fel. Det passade sig inte.

J: Det passade sig inte?

I1: Nej, så då sa vi att det får heta seniorläger.

J: Ja ok, men ni ville att det skulle heta seniorkollo?

I1: Javisst och det säger ju många av dem själva. De säger ju ”jag vill ha en sån där broschyr om kollot” och ”här på kollot är det så bra”. De säger ju att de upplever det som ett kollo eller som ett läger, men det fick inte heta det

J: Nä, fick du nån input på varför det inte passade sig?

I1: Nej. Jag vet inte om det var det här med vuxna och barn, att det inte passade sig. Att det inte stämde in på att det var äldre och inte barn då, jag vet inte. Jag var inte involverad så mycket i det för jag tänkte att nä usch, inte det också. Så det var andra som fick ta i det. Men sen sa vi att vi kallar det för seniorläger och alla förstår ju vad det är och sen när man berättar mer om det så, javisst.

J: Så läger är inte lika värdeladdat som kollo?

I1: Nej, och kollo, de tyckte inte att det passade in på äldre.

Kanske är det tanken om fostran som lever även i det här resonemanget, men det som är tydligt i citaten är att kollo är en verksamhet för barn. Man gör inte kollo som äldre, även om man i som fallet ovan vill göra kollo så anses det olämpligt av andra. Även om de äldre själva tycker sig åka på kollo, är det inte accepterat av den politiska organisationen att kalla verksamheten för kollo, då begreppet anses kunna framstå som infantiliserande. Officiellt måste verksamheten därför benämnas läger. Likadant är det för ett annat kollo som har bytt namn på grund av påtryckningar från den politiska organisationen.

I1: Ja precis. Jo för från början så hette det ju sommarkollo för äldre.

J: Ja det gjorde det.

I1: Jag kan inte säga när det var, men när jag var med från början då så hette det ju sommarkollo (J: mm). Men sedan var det nån som sa att de tyckte att det lät så nedvärderande på nåt vis. ”Sommarkollo när man är äldre”? Så sen ändrade dom det till sommarvistelse. Men jag är lite kluven där, kan jag känna, för jag menar, ja, sommarkollo.

I2: Det är ju inget nedvärderande när det är sommarkollo för barn. Där är det ju cementerat. Där heter det ju kollo. Man åker iväg på sommarkollo.

I1: För det hette nog sommarkollo där när de var och tittade första gångerna och så blev det så, men...

J: Mm, vad är tanken kring att det är nedvärderande? Hur resonerar man?

I1: Det undrar jag med egentligen. Där har jag aldrig fått nåt ordentligt svar. För de tyckte liksom att sommarkollo, kollo det är för barn. Jag tror det var lite så att kollo är för barn.



J: Mm, så det är själva grejen, det här att det är för barn, som blir nedvärderande?

I1: Ja, som blir nedvärderande för att man är äldre.

I2: Ja, det kan vara att det inte riktigt hör ihop.

I1: Men samtidigt kan man få känna sig lite yngre när man åker på kollo, just för att man är äldre. Det kan man vända på lite hursomhelst, tycker jag

I dessa två exempel kommer påtryckningarna om att inte kalla verksamheten för kollo offentligt främst från politiskt håll. I verksamheten rör man sig fortfarande med begreppet kollo. Ändå finns en tudelad hållning till begreppet och i kombination med de verksamheter som helt tar avstånd från begreppet och de som tvärtom väljer att använda det framträder en komplexitet kring kollobegreppets vara eller icke vara. Detta kompliceras ytterligare med tanke på de försök att ändra namn på verksamheten som bedrivits mot barn för att även där ta bort det stigmatiserande kollobegreppet.

Att kollobegreppet överlevt dessa diskussioner kan tyda på att de positiva konnotationerna ändå lever starkare i det allmänna samtalet om kollo. Inledningsvis tänkte vi att det skulle finnas en större likhet mellan verksamheten, liksom mellan deltagarna eller vilka som befolkade kolonierna och namnvalet, där organisation och innehåll skulle skilja sig åt beroende på om man valde kalla sig kollo eller vistelse eller dylikt men vi har inte kunnat se några sådana tendenser. Snarare verkar namnvalet vara präglad av tradition i verksamheten samt huruvida man förhåller sig till kollobegreppet som stigmatiserande eller utgår från ett mer nostalgiskt kollobegrepp. Där det stigmatiserande kollobegreppet bygger på dåtidens fostran och disciplinära åtgärder starkt kopplade till arbetarklassens barn medan det nostalgiska kollobegreppet är sammanlänkat med bilder av svenskhet, sommar och kulturella traditioner.

## Kollot som terapeutisk och hälsofrämjande miljö

I1: Även om vi inte tänkt att 'nu skall vi ordna kollo för att de skall bli friska', så har vi ju tänkt att de skall bli piggare och få känna glädje i stunden som de kan leva på under vintern. Att de ska få goa minnen att tänka på. Det påverkar ju hälsan på sitt sätt.

I citatet av arrangören ovan framkommer en lite diffus hållning till verksamhetens inverkan på hälsa och livsstil som delas av flera verksamheter. Det framkommer

under intervjuerna att samtliga har ambitioner att förbättra deltagarnas hälsa och minska deras sociala isolering, men det är oklart med vilka metoder de arbetar och på vilka föreställningar de bygger sina antaganden om verksamhetens välgörande funktioner. Ett svar på dessa frågor får man om man jämför utsagorna med de ut-sagor som finns om barnkolloverksamheten som vi gjort ovan. För att förstå äldre-kollofenomenet räcker det dock inte endast att sätta det i relation till barnkollo utan också barnkollots idéhistoriska arv. En av de idétraditioner som starkt formade kollarörelsen var friluftsrörelsen inom vilken frisk luft, sol och mat användes som terapeutiska verktyg (Münger 2014). Friluftsrörelsens arbete med preventiva metoder för att förbättra folkhälsan slog under 1900-talet igenom på bred front inom det svenska välfärdssamhället och det är därför inte konstigt att det går igen så starkt i äldre-kolloverksamheten.

104-åriga Einar Koltberg har svårt att gå ut där han bor. Stenfasta erbjuder vacker natur och förtjusande personal. Det var också där Einar träffade sin Lilly (*Kyrkans tidning* 20050623).

I tidningstexten lyfts den vackra naturen fram och detta är återkommande i såväl tidningstexternas beskrivningar av kolloverksamheterna som i den konkreta miljön. Det skall vara en vacker miljö på landet med närhet till bad. Detta är naturligtvis direkt taget från kollotraditionens rötter och tillsammans med matens betydelse det som starkast slår igenom som något som finns kvar som idétradition från de ursprungliga kolonierna. Sommaren skall vara på ett speciellt sätt och innehålla vissa ingredienser för att vara den goda sommaren. Det handlar om den svenska sommaren med nostalgiska konnotationer. I artiklarna slår detta igenom i miljöbeskrivningar.

En stilla bris krusar vattnet nära vassen. En kvarglömd badhink ligger i sanden. En vacker svart hatt är placerad över en rullator. Den tillhör Kerstin Örneborg, 85 år, som med solen i ryggen sakta går ner mot strandkanten. Hon får snart sällskap av cirka 15 pensionärer som under fredagen åkte på sommarkollo till Sävnäs på Gålö (*Dagens Nyheter* 20080804).

Just kopplingen av den goda sommaren och vistelser på landet är ett ideal som kommer från de högre klasserna i Sveriges tidiga 1900-tal (Münger 2000). Det var detta klassideal som arbetarbarnen skulle fostras in i och som sedan har kommit att bli allt mer av ett folkhemsideal för hur den goda sommaren bör vara.

Det är underbart att se de äldre leva upp. Jag minns att vi hade en rörelsehindrad 90-åring som bad om att få rulla ner till vattnet. Väl där lade han sig raklång, barfota i gräset och bara njöt (*Blekinge Läns Tidning* 20150822).

Naturen, vattnet och den soliga sommarmiljön framställs ha terapeutiska och mirakelgörande egenskaper i sig. Det är friluftslivet och även enkelheten eller det okonstlade i de kollomiljöer vi studerat som lyfts fram som viktigt för deltagarna. I dessa miljöer kan vad som helst hända och denna tanke ligger till grund för de mirakelberättelser som återberättas från respektive kollo. Alla kollon har sina egna berättelser om äldre som släppt sina rullatorer, glömt sina glasögon, börjat gå mer upprätt, blivit kära eller engagerat sig i typiska barnaktiviteter.

Pensionärer flyr ensamheten i stan och beger sig ut på sommarkollo. Där finns någon att prata med, hemlagad mat och många släpper sin rollator efter bara några dagar (*Expressen* 20010619).

Dessa berättelser återberättas för dem som kommer i kontakt med koloniverksamheterna, både deltagare, de som arbetar där och besökare. På så sätt blir berättelserna en del av en större diskurs om hur äldrekollo görs som förs i det allmänna samtalet via politik och i tidningsartiklar.

Tänk att inte ha spelat minigolf på 35 år- att greppa golfklubban istället för rollatorn. Och slå en hole in one. Sådant händer när kommunen anordnar äldrekollo på Sörgården (*Sydstran* 20090819).

Mirakelberättelserna går som sagt igen i olika forum när diskursen om äldrekollet och dess positiva effekter på de äldre byggs upp. Ett exempel från politiken som nämndes ovan är Maria Larssons debattartikel där hon återger en berättelse från det kollo hon besökt:

Det berättades för mig som Sally, en 87-årig dam som varit på grillkväll. Någon frågade om hon ville ha en korv till. – Nä tack, sa Sally. Men jag vill åka rutschkana och pekade på den som stod på området (*Finnveden fredag* 20080826).

Miraklet är inte något som Larson själv bevittnat utan snarare en berättelse eller sägen som förmedlar ett värde och ett ideal i relation till dessa äldrekollo. Samma berättelse återkommer sedan men i annan tappning (*Kristdemokraten* 20081130). Ideal fyller viktiga funktioner i förmedlandet av normativa värden eftersom de bevisar att det som eftersträvas är möjligt att uppnå. Namngivandet av människor

vilka faktiskt har blivit friskare eller funnit en hjärtevän på kollo är värdefulla och förtroendeingivande bidrag i utsagorna om äldre kollo som något hälsosamt och något som bidrar till positiv förändring i de äldre deltagarnas liv.

## Att planera åldersadekvata aktiviteter

Den här veckan vallfärdar pensionärer från hela Sverige för att gå på seniorkollo i Gysinge. Men det är inget kafferep: Bågskytte, smide och en kväll om rockens historia är på schemat. – Det är aldrig försent att byta inriktning i livet säger pensionären Jacqueline Andersson, 73 år (*Arbetsbladet* 20140626).

Sommarkolonierna för barn var, och är fortfarande till stor del, en ledarledd lägerverksamhet bestående av gemensamma schemalagda aktiviteter som skulle fungera fostrande, socialiserande och utvecklande (Münger 2014). Det vill säga aktiviteterna skulle fylla en viss funktion och inte bara erbjuda en sysselsättning. Det här aktivitetsidealet kan till viss del sägas präglade även äldre kolloverksamheten. På äldre kolonier erbjuds allt från mer ordnade aktiviteter som tipspromenader, båtturer, föreläsningar och möjligheter att prova på konsthantverk eller dans av olika slag, till aktiviteter av mer spontant slag såsom bad, boule, kubbspel eller allsång. Vissa kollon utmärks särskilt av sin mängd olika ”prova på”-aktiviteter, medan andra har lagt särskilt fokus på hälsotemat. I alla artiklar betonas de många och varierande aktiviteter som pensionärerna förväntas ägna sig åt på kollot. Betoningen märks tydligt då artikeltexterna inte enbart nöjer sig med att konstatera att det är ett varierat utbud av aktiviteter utan dessutom räknar upp aktiviteterna en efter en:

Pensionärer från hela landet ägnar sig åt fågelskådning, gympa och annan friskvård, matlagning, linedance, bågskytte, tovning och smide (*Uppsala Nya Tidning* 20140625).

Kopplingarna till diskursen om det aktiva och hälsosamma åldrandet är tydligt. Beskrivningarna av aktiviteterna förstärks i tidningsartiklarna med utsagor från de deltagande om aktiviteternas nytta och nöje.

Näst äldst på kollot är Birgit Sundh 90 år. Hon har redan hunnit bada en gång. – Det var jädra kallt, bara 16 grader! Men det är så härligt här. Om jag lever nästa år är jag med igen! (*Mitt i Sundbyberg* 20110719).

Det är väldigt trevligt, en bra form för pensionärer att träffas. Det är mycket lekar. Så ska det låta och tipspromenad, berättar hon (*Katrineholms-Kuriren* 20120704)

Tipspromenader och den organiserade leken är något som tydligt går att koppla till barnkoloniverksamheten. Där användes organiserade lekar som sång, kroketsspel, ringkastning och fotbollsspel för att fostra barnen till kamratskap och medkänsla för de svaga (Münger 2014). Med vissa modifikationer lever denna tanke kvar i dagens äldrekollektivverksamhet. Med modifikationer kan man dels tala om vilka aktiviteter som erbjuds, det är inte dragkamp och fotbollsspel utan kubbb, stavgång, boule och tipspromenader. Sången finns dock kvar och tanken att aktiviteterna skall uppmuntra till social gemenskap (kamratskap). Valet av aktiviteter på kolonierna riktade till äldre sker även de utifrån agendan att de skall främja möten mellan deltagarna, samtidigt som det också finns en vision av lärande och mental stimulering på de flesta ställena till exempel genom aktiviteter såsom föreläsningar, bildterapi, tipspromenad. På så sätt kan man se att en tanke, kanske inte om fostran men en socialpedagogisk verksamhet gör sig påmind i verksamheternas upplägg och ideologi.

Det är också tydligt att vissa verksamheter har aktiviteter för att locka deltagare till kollo, det vill säga deltagarna förväntas komma på grund av aktiviteterna, medan andra har ett mer outtalat aktivitetsutbud som snarare smygs in under dagarna. Här blir det relevant att reflektera över det tänkta syftet med aktiviteterna och då återkommer betydelsen av att göra åtskillnad mellan barn och äldre. Äldre är vuxna människor som ska slippa bli fostrade, menar många av arrangörerna. När diskussionen fortsätter framkommer emellertid att verksamheten genomsyras av tydliga värderingar rörande i första hand den sociala gemenskapen men även av den fysiska aktiviteten

I: Och sen de här fysiska aktiviteterna. Alla kanske inte tyckte att det var sådär jättekul eller 'men varför ska jag vara med på sittgympa?', men grupptricket gjorde att alla kom, liksom, och var med, så det vart ju fysisk aktivitet. Så det är väl det, att bryta isoleringen och fysisk aktivitet.

Det är också tydligt att även de kollon som inte säger sig planera sina aktiviteter i själva verket bedriver en tydligt planerad verksamhet med utflykter och kroppsliga aktiviteter som stavgång, tipspromenad och sittgympa etcetera. Eller genom att de serverar eftermiddagskaffet nere vid bryggan för att få de äldre att gå en promenad. På så sätt finns en tanke om aktivitet rotad i verksamheten.

Samtidigt framkommer i intervjuer med arrangörerna att tendensen är minskad andel aktiviteter och ökad andel fri tid. Om de vid initieringen av verksamheten hade som målsättning att aktivera deltagarna har de efterhand tvingats förhålla sig till en verklighet där deltagarna inte vill bli aktiverade utan ges möjlighet att själva styra över sin vistelse. Men aktiviteterna har inte enbart påverkats av deltagarnas motstånd mot aktiviteterna utan det kombineras också med ett reflekterande från

organisatörernas sida över syftet med vistelsen och deltagarnas förmodade behov. Ibland kan detta reflekterande korsas med egna erfarenheter där organisatörerna kunnat positionera sig i de äldre deltagarnas roll och utifrån det fått större insikt om deltagarnas ovilja till att aktivera sig i lekar, aktiviteter och organiserad träning:

J: Du nämnde nåt om aktiviteterna och att du provat massa aktiviteter och sen upptäckt att oj, nej, det behöver vi inte ha.

I: Nej, för att de inte var i behov av det. Det är ju inte därför de åker ner, för att bli aktiverade. De åker ju ner för att träffa vänner (I2: och att bada), prata, få sol, sitta ute i trädgården och bara vara eller åka ner till havet. Och om man inte badar kan man ju doppa fötterna i alla fall. Känna havsluften. De var inte där för att springa runt med mig och passa tid och väntan. Jag körde på med lite fester hemma sen istället. Så det var ingen som ville, de tyckte jag var jättelöjlig. (J: Jaha) Jag blev så full i skratt nu när jag var på semester, för då var vi på en sån där all inclusive där man inte behöver betala, det gjorde vi nu förra året. Då låg jag där och solade och så börjar de tjata. 'Vad håller han på med?' sa jag till min väninna. Han vill att vi ska leka. (skratt) Och jag började ju skratta för att precis det har jag ju själv gjort, jag trodde att de skulle leka. Det är ju samma sak. Jag har ju inte åkt dit för att leka med honom. Jag vill ju ligga och sola. Så det är så vi får förstå det.

I det här exemplet ser vi hur arrangören genom personliga erfarenheter av att bli aktiverad på semestern börjat betrakta sin roll på äldrekollet på ett nytt sätt. Det gör att hon omprövar sättet att göra kollo och att göra ålder på kolonien. Man skulle kunna säga att hon frångår nyttoperspektivet och synen på den ideala ålderdomen i ett Active ageing-perspektiv för att istället betrakta de deltagande från ett vuxenperspektiv där det inte handlar om att åtgärda och aktivera. Genom detta normaliserar hon också deltagarna genom att se dem i en position likvärdig hennes egen.

I viss mån går det även att knyta val av aktiviteter till en tänkt målgrupp i termer av ålder. Det här framgår av den återkommande diskussion om vilket ålderskodat utbud som anses lämpligt för målgruppen. Exempelvis diskuteras vilka musikgenrer deltagarna uppskattar eller vilka matpreferenser de har.

J: Vad brukar det vara för musik?

I: Det är från deras egen tid, så 30-, 40-, 50-tal, gamla visor, gamla schlagers också. Sen så är det nån som är klassiskt skolad som tar med sig sin luta eller sin mandolin och spelar också, och det är också uppskattat. Så det finns mycket.

Valet av underhållningsmusik anses i vissa verksamheter behöva förändras för att möta den nya gruppen pensionärer.

I1: Ja men 40-talisterna, det är en ny generation. Då får det bli nåt nytt. Kollo blir det ju säkert för de är jättetända på det, men det kanske blir kollo i en annan form. Det vi har drivit har vi gjort för den äldre generationen

Det är tydligt att vissa kollon starkt kommit att påverkas av diskursiva föreställningar av "vem" dagens pensionär är. Dagens nya pensionär förväntas vara piggare och vilja bestämma mer över sin vardag. De förväntas också vara mer världsvana och därför ställa helt andra krav på verksamheten och de aktiviteter som erbjuds.

I2: Nej men de yngre pensionärerna är liksom mer ute, ute i världen mer och tittar, och mer teknik och så. Det är liksom inte som 80-85 åringarna på samma vis. Där var det liksom, där var det inte så stor skillnad mellan 85 åringarna och 65 åringarna innan men nu tycker jag att det liksom glappet märks tydligare.

I1: Och det är det att de är tuffare, de är yngre i sitt sätt att tänka och vara.

I2: Så världen har vidgats på ett annat vis än när man kanske är 85. Då har man inte haft den möjligheten att vidga sig på samma vis som dagens 65 åringar har så att därför tycker jag att det märks lite skillnad.

I1: Ja.

J: Påverkar det er verksamhet på nåt sätt?

I2: Ja.

I1: Vi får ju vara mer flexibla vad gäller aktiviteterna, vad de vill ha för nåt de här nya som kommer in vad ska vi tänka på för nåt där. De kanske inte nöjer sig med att sitta och dricka en kopp kaffe tillsammans eller så. De kanske vill ha lite annat och kanske lite mer tuffare aktiviteter och kanske mer teknik, och så vidare.

I2: Det kanske inte ska vara Lasse Berghagen.

I1: Nej, det funkar inte heller.

Framförallt betonas att dagens äldre kommer att ha mer attityd och ställa högre krav på sin omgivning. Diskussionen om aktiviteter och vilka som är på kollo kan också

kopplas till genus. På de kollon vi har varit är merparten av deltagarna kvinnor. De flesta i personalen är också kvinnor. I intervjuerna diskuterades vad detta kunde bero på. Är det på grund av att kvinnor är överrepresenterade i dessa åldrar? Är det ekonomin som styr kvinnorna till subventionerade verksamheter? Kanske är det så att aktiviteterna och de sociala umgängesformerna på kolonierna är mer anpassade efter kvinnors sätt att aktivera sig och umgås? Teorierna var många i samtalen kring varför det var så mycket kvinnor och så få män ute på kolonierna. De ansvariga vittnade också om hur svårt det var att få med nya män i verksamheten. Hur de försökte få med män från träffpunkterna men att dessa inte ville. De få män som var ute på kolonierna idag kom oftast dit med sin fru. Det var få ensamstående män som vågade sig ut på kolonierna. Därför kan man ju också se berättelsen om 104-åriga Einar som åkt ut på koloni och träffat sin Lily som något exklusivt, ändå lever liknande berättelser starkt på kolonierna och lyfts av organisatörerna i våra samtal. Det kan handla om ett kärlekspar vid varje koloni men de får stå som symbol för de mirakel som kollot inbjuder till och för hur kollot är en väg in i den sociala gemenskapen och till och med kärleken.

## Maten och måltidens betydelse för hälsa och gemenskap

I barnkoloniens historia har maten haft en central betydelse både som hälsofrämjande faktor i det att barnen skulle komma ut på kolonierna och äta upp sig men också som en socialt ordnande och fostrande faktor. I de gamla kolonierna byggdes den strikta dagordningen utifrån måltiderna och barnen vägdes dessutom vid ankomst och vid avfärd (Münger 2000). På dagens äldrekollo är det ingen som väger deltagarna eller tvingar i dem mat, men matens hälsofrämjande roll finns ändå med i diskussionerna.

I1: De skall få komma tillbaka en stund och få känna det som när de var friska.

I2: Med hemlagad mat och nybakat. Man känner ju dofter från köket.

I1: Vi insåg att alla gäster där inte lagade sin mat själva, inte kunde nu, men att de skulle få uppleva detta en gång till.

I2: Istället för att få hem maten i en låda som hemtjänsten kom med.

I1: Smör och grädde, det var jätteviktigt att det användes rikligt. Många av våra äldre är undernärda idag. Fel kost.



J: Så med smör och grädde är det ändå nån slags direkt närings...

I1: Ja, för oss är det så. Det är det när det gäller äldre människor. När du är där med sjukdomar och så, så behöver du hull. Du har väldigt långa fastetider också och de äter inte så ofta som de borde. Kroppen behöver ännu mer näring när man blir äldre fast vi tror tvärtom, och hjärnan behöver enormt mycket fett för att hålla sina hjärnceller igång och det påverkar ju livet. Vi pratar ju mycket om det.

När vi talar om hälsofrämjande här är det således inte den gröna maten eller det låga kolesterolet som är det eftersträvansvärda, kanske tvärtom. Det viktiga är att de äldre, liksom dåtidens barn kommer till kolonierna och äter upp sig. I båda fallen finns en tanke om att detta är en grupp människor som i vanliga fall har en bristande kosthållning med för lite näring och att det gäller att få dem att äta ordentligt och skapa bättre förutsättningar för kroppen att klara av sjukdomar och andra påfrestningar. En aspekt av detta att äta bra och mycket är faktiskt det sociala:

I2: Och många tycker ju om att få gemenskap när de äter, så det är mycket roligare än när de sitter själva. Man slarvar inte så mycket med maten då.

I1: Nä, man blir ju tjock där.

J: Ärdet så?

I2: Mm.

I1: Jo, det blir ju att de går upp några kilon. Det pratar de om. De äter ju kanske inte så mycket hemma. Många gör inte det.

Hälsotänket kring maten på kollolet är här och nu. Vi har inte kunnat se några tankar om att man försöker influera deltagarnas matvanor utanför kollolet eller påverka dem att äta annan mat än de gör idag. Snarare handlar det om att äta upp sig på plats för att klara livet utanför kollolet, eller om att arrangörerna vill skapa en matmiljö som bidrar till känslan av den njutningsfulla miljön och skapa referenspunkter för gemensamma samtal om ett "förr". På samma sätt som gemenskapen används som en faktor som påverkar de äldre att äta mer så används maten också på vissa ställen som ett sätt att skapa gemenskap genom gemensamma referenspunkter i barndomen eller i tidigare livet. Därför erbjuds på flera kollolet "mat från förr" eller "traditionell husmanskost". Det skall vara mat som alla känner igen. Detta resonemang förutsätter ju naturligtvis en relativt homogen grupp av besökare med liknande historiska

och kulturella preferenser. Samtidigt som maten på detta sätt skapar gemenskap så stänger det också ute de grupper av människor som inte känner igen sig i denna matkultur. Därför kan man säga att igenkänningen endast är partiell (i värsta fall imaginär) eftersom den grundar sig på organisatörernas föreställningar om äldres barndom, minnen och preferenser.

Eftersom åldersspannet på kollolet i praktiken rör sig över flera generationer blir utfallet att några känner igen maten från sin barndom medan några möter maträtterna för första gången i sitt liv. Därigenom blir organisatörernas bild av vem en äldre person begränsande. Deltagarna förväntas uppskatta musik från förr, mat från förr, aktiviteter från förr. Detta innebär även att stort fokus för samtalet riktas in mot det som varit förr. I den här argumentationen kan vi spåra tankar om de äldre som "has beens", det vill säga att deras önskemål och beteenden tolkas utifrån ett då istället för ett nu. Det blir inte intressant vilken sorts matkultur de äldre har, eller kan tänkas vara nyfikna på idag utan vad de kan ha ätit när de var barn. Från ett maktperspektiv kan detta beskrivas som att arrangörerna riktar deltagarnas fokus bort från den nuvarande livsfasen som äldre mot minnet av livet som barn. Härmed nedvärderas livet, erfarenheterna och känslorna som äldre, vilket ytterligare bidrar till att reproducera samhällets åldershierarki.

I skapandet av en gemenskap genom gemensamma preferenser ingår även traditioner såsom kräftfest, surströmmingsfest, logdans, allsång, åka häst-och vagn och tidningar och aktiviteter kopplade till kungahuset (kanske kan även bingo och tipspromenad räknas med här). Argumentet är att detta ska väcka positiva känslor och öppna för samtal gemensamma barndomsminnen eller livshändelser. Här framkommer en romantiserad och på många sätt nostalgisk bild av att vara äldre som skiner igenom i kolloverksamheten, en bild som alltså även kopplar görandet av ålder till en nostalgisk svenskhet. Liksom i resonemanget om maten ovan kan vi här resonera kring vilka dessa gemenskapskapande principer stänger ute. Alla ingredienser ingår i en medelklasskonstruktion av den goda svenska sommaren. Det är en kombination av historisk nostalgi, moral, social fostran och friluftaktiviteter. Aktiviteterna är på intet sätt speciella för äldrekolonierna per se utan är något som är frekvent förekommande i sociala arrangemang såsom läger, barnkolonier, festligheter etcetera i Sverige.

## Gemenskapen och den sociala omsorgen

Utmärkande för barnkolonierna är att det var en form av organiserad lägerverksamhet med ledare och boende i sovsalar eller i rum i gemensamt hus. Det finns ett schema med aktiviteter för vistelsen och personal som tar hand om de som kommer dit (Münger 2000). När vi talar om olika grader av institutionalisering och likheter

med tidigare kolloverksamhet är det just dessa faktorer vi jämfört med och vi kan se att äldrekollo rör sig på en bred skala där vissa påminner väldigt mycket om barnkollo i sin utformning medan andra ligger närmare det som varit semestervistelse för husmödrar. Förhållandet till den påtvingade sociala tillvaron och fostran är dock delikat på de äldrekolonier som vi har studerat. Gemensamt för samtliga kollon är att när vi har frågat dem direkt om huruvida de försöker påverka sina deltagare till en viss livsstil eller till vissa värderingar så säger de spontant nej. Det är äldre personer som är där och då är fostran eller påverkan till en viss livsstil inte viktigt, de ska slippa sådant. Men sedan när vi fortsätter diskussionen framkommer att det finns ganska tydliga värderingar hos de som anordnar kollon som genomsyrar verksamheten. I första hand handlar det om den sociala gemenskapen och inkluderingen av de som är där.

I2: Sen var det två stycken som bott på samma gata i över 40 år, tror jag, men aldrig hade sett varandra, så när de väl kom till kollot så och började de prata om var de bodde. Efter det så träffas de regelbundet. Så att det är jättekul.

Vid fyra kollon använder man sig fortfarande av principen samboende (i varierande grad, antingen i samma rum, eller samma stuga) och då är en av de första uppgifterna att para samman lämpliga rumskamrater och sätta upp namnskyltar vid dörarna. Detta bidrar till den institutionella känslan. Val av rumskamrat sker på två kollon frivilligt och på två av kollona är det bestämt i förväg av personalen som parar ihop lämpliga rums/stugkamrater utifrån vad de anser skulle vara bra kombinationer, men också utifrån deltagarnas önskemål om rums/stugkamrater. Vid övriga kollon har man frångått principen om delat boende med hänvisning till deltagarnas integritet. Samboende och eget boende diskuteras i intervjuerna utifrån fördelar och nackdelar. Fördelarna med samboende, menar man, är just att det bryter isoleringen och ökar möjligheterna för de som bor tillsammans att lära känna varandra och nackdelarna är att man tummar på individens integritet och möjlighet till ett eget rum där man kan avskärma sig från den annars kollektiva tillvaro som kollot utgör.

Annars är det just gemenskapen som lyfts fram som det undergörande och det som är verksamhetens positiva kärna. Gemenskapen blir en terapi i sig själv för de som deltar i kollot. Organisatörerna berättar om olika vägar att få med nya deltagare in i denna gemenskap. Det handlar om annonsering, information på Träffpunkter men också om att direkt försöka fånga upp personer antingen i privata samtal på träffpunkterna eller via påtryckningar via hemtjänst om att personen borde anmäla sig till kollo eller, som i vissa fall, att barnen anmäler sina föräldrar.

I1: Där är säkert många som är jätteensamma. Och därför är det så roligt när man hör barnen som ordnar för dem och ser till att de kommer iväg. Att de vet liksom det här att vi vill gärna att mamma eller pappa skall följa med på detta här, va, det känns jättebra.

I flera av samtalen landar vi på liknande exempel som vi tolkar som ett omyndiggörande av de äldre. Barnens roll som den myndiga och föräldrarnas roll som den omyndiga är något som återkommer även i relation till gemenskapen och omsorgen på kollo. Det kan bland annat handla om badsituationer där organisatörerna tar på sig ett ansvar för och ett kontrollerande av de äldres aktiviteter.

Men arrangörerna berättar också om situationer där deltagarna gått in i en roll som omyndiga och där ledarna gör dem myndiga igen. Detta är särskilt tydligt i frågan om alkohol och hur alkoholen på något sätt markerar vuxet beteende och myndighet i agerandet. Därför blir alkoholen och praktikerna som involverar alkohol ett omtalat ämne och något som kan skapa förvirring i rollerna ute på kollo. Ett sådant exempel är där personalen upptäckte att de äldre hade med sig små spritflaskor och satt och ”smygsöp” på rummen. Reaktionen från personalen på detta var att ”det är ju ändå vuxna människor det handlar om det är klart att de inte skall behöva sitta och smyga med alkoholen på sina rum”. Därefter påbörjades medvetna utflykter på onsdagarna med en kombination av torghandel och besök på Systembolaget inför kvällens fest. Bemyndigande kan också handla om att bli tilltrodd förmågan att bestämma över sitt eget liv även om handlingarna går på tvärs med medicinsk rådgivning. I nedanstående exempel handlar det om en man som har diabetes som gärna vill äta kakor.

I2: Sen kan det ju finnas såna som har bekymmer, med det var ju inga bekymmer för dem i köket om det var laktosfri eller det gick jättebra de ordna det med. Vi hade ju också en farbror som var både laktosintolerant och glutenintolerant och diabetiker. Vem var först vid kakfatsbordet tror du? Sockerskålen?

J: Men hur hanterar man det då?

I2: Vi fick ju faktiskt... sockerskålen fick vi ta bort. Och kaffebrödet fick inte stå framme riktigt så länge. Men han blev inte dålig. Han var inte dålig ett enda år han var nere. Han var med i flera år.

I1: Vi frågade dottern också och hon sa, låt pappa göra det, han behöver det, han är så gammal. Han fick fuska när han var där nere.

I2: Han sken som solen när han såg det här kom fram.

I3: Han låg ju ute i stora salen, det glömmet jag aldrig det. Då hörde jag dörren öppnas och så tänkte jag, nu kommer gubben med rollator fram till sockerskålen och pepparkakor och alltihopa.

I detta exempel framkommer en dubbelhet. Å ena sidan vill kolloledaren gärna lyfta hur mannen får ökat frihetsutrymme ute på kollot genom att de låter honom ”fuska”, å andra sidan är bemyndigandet undergrävt av att de faktiskt tagit kontakt med och pratat med hans dotter om det hela och därmed gjort honom omyndig vad gäller beslut om sin egen hälsa.

Det finns också något intressant i dotterns svar att ”låt pappa göra det han är så gammal”. Det vill säga att den höga åldern blir ett argument för att kunna strunta i hälsoråden. Han måste få njuta lite nu när han inte har så lång tid kvar. Här återkommer frihetsaspekten av åldrandet. Den nya frihetstiden när man får göra lite som man vill.

## Sammanfattande diskussion

Som framgått i rapportens olika kapitel har medicinateret ”Här händer nästan mirakel” en viktig symbolisk betydelse för hur sommarkollon för äldre förstås av såväl arrangörer som deltagare. Hur ska vi som äldreforskare förhålla oss till begreppet ”mirakel” och till berättelser som på liknande sätt vittnar om positiva förändringar av äldres hälsa och välbefinnande? Även om mirakel kanske är ett väl starkt ord för att beskriva det som sker på kollo så kan det konstateras att vistelsen tycks ha en starkt positiv inverkan på deltagarnas upplevelse av livskvalitet och hälsa. Vår mening efter att ha genomfört intervjuer med arrangörer och deltagare, liksom efter att själva ha vistats i verksamheter och gjort observationer, är att de äldrekollon som arrangeras på olika håll i Sverige fyller en viktig funktion för de äldre som får möjlighet att delta. Av studien framgår dessutom att det inte bara är deltagarna som påverkas positivt av vistelsen på kollo. Även för arrangörerna, inte minst för de frivilliga som hjälper till med verksamheten, har vistelsen på kollo ett viktigt värde, vilket antyder att en kolloverksamhet skulle kunna ha positiv inverkan på en större äldreomsorgsorganisation.

Både arrangörer och deltagare berättar om nya vänskaper som uppstått på kollo och som sedan upprätthållits i vardagen, genom privata middagar, på träffpunkter eller i form av spontana möten på stan. I några exempel har det bildats grupper som umgås i vardagen och som väljer att åka på kollo tillsammans. Även om vi med instrumenten inte kunnat visa på en förändring i livstillfredsställelse före och efter kollovistelsen, så är de många utsagorna som vittnar om kollots betydelse för deltagarnas upplevda hälsa och välmående entydiga.

Vad gäller påverkan på deltagarnas funktionalitet så berättas återkommande av såväl arrangörer som deltagare om hur de äldre blivit både starkare och friskare på kollo. Detta har även framkommit i observationerna. Det är emellertid svårt att dra några slutsatser om vad som är orsak och verkan. Blir deltagarna friskare och rörligare som en följd av att ha vistats på kollo, eller beror rörligheten, som en av kvinnorna berättar, på att de tränar under året för att kunna åka på kollo? Med en annan studiedesign skulle det vara möjligt, och mycket intressant, att följa upp denna fråga med mätningar av förändringar i deltagarnas hälsa och funktionalitet under vistelsen på kollo.

## Äldrekollot från ett strukturellt perspektiv

Barnkolloversksamheten uppstod i en tid då barnet och barnets kropp stod i politiskt fokus (Münger 2000). Barnet var centralt för de generella folkhälsopolitiska interventionerna och forandet av en hälsosam befolkning (Hörnfeldt 2009). I vår samtid är det i stället äldre och äldres kroppar som står i fokus genom den demografiska utvecklingen. Att äldre successivt kommer att utgöra en allt större andel av befolkningen innebär samhällsliga utmaningar på ett sätt som påminner om den tidigare växande andelen barn. Samhällets förhållningssätt till äldre under 2000-talet kan så till vida sägas likna samhällets förhållningssätt till barn i början av 1900-talet. Det är tydligt att det finns samhällsekonomiska och folkhälsopolitiska intressen i kommande generationers aktiva och produktiva åldrande, både lokalt, nationellt och internationellt (jfr FUTURAGE). Från det här perspektivet blir det symptomatiskt att kolloversksamheten överförs, eller snarare utvecklats, från barn till äldre.

På samma sätt som sommarkollon för barn antas äldrekollot svara mot en "brist" (på hälsa, välbefinnande, livskvalitet och social samvaro) i deltagarnas vardag. Från ett dylikt problemorienterat perspektiv är det sannolikt att de aktiviteter som erbjuds antas kunna leda till att denna brist motverkas – till att skapa sammanhang där deltagarna kan mötas och samtala, delges kunskap om en hälsosam livsstil, erbjudas näringsrik mat, öka den fysiska rörligheten och skapa en större tilltro till den egna förmågan. Syftet med de aktiviteter som erbjuds på äldrekollot är från det här perspektivet att uppnå positiva hälsoeffekter genom att deltagarna förmås göra något de annars kanske inte velat eller trott sig kunna göra.

Föreställningar om vilka aktiviteter och aktivitetsmönster som är mer eller mindre passande och aktuella i olika skeden av livet är vanliga och kommer till uttryck på olika sätt i gerontologiska teorier som inte sällan fått populär spridning. Dessa är t.ex. aktivitetsteorin (att äldre som fortsätter att vara aktiva är mer nöjda), disengagemangsteorin (att äldre har behov av att dra sig tillbaka och minska sin aktivitetsnivå och att samhället skjuter dem åt sidan), teorin om "successful aging" (att äldre kan undvika sjukdom och ohälsa genom att förbli aktiva), kontinuitetsteorin (att äldre personer har utvecklat en stabil livsstil med värderingar och sociala relationer som inte bör förändras utan utnyttjas vid förändringar), gerotranscendence (en fas av nya insikter, mognad och vishet där det egna jaget, tid, rum, liv och död omdefinieras). Arrangörernas förhållningssätt till, och val av aktiviteter på kollot, liksom hur de diskuterar vilka aktiviteter som kommande generationer äldre kan tänkas vilja delta i, kan på olika sätt sägas avspegla dessa teorier. Det vill säga fenomenet äldrekollo måste förstås både i relation till sin kulturhistoria och till samtida diskursiva föreställningar om äldre och åldrande.

När vi initierade den här studien antog vi att begreppet kollo skulle vara en central utgångspunkt för hur verksamheterna arrangerades. Efterhand stod det emellertid klart att kollobegreppet är komplext så tillvida att det kan ge både positiva och negativa associationer. I intervjuer med verksamhetsledare framträdde två skilda begrepp – ett nostalgiskt kollobegrepp som konnoterade svenskhet, friluftsliv och barndomens lyckliga somrar och ett stigmatiserande kollobegrepp som tvärtom gav associationer till fostran, kontroll och social intervention. Oavsett vilket så är en helt central innebörd i kollobegreppet dess associationer till barn, antingen i termer av frihet och lekfullhet eller av ofrihet och infantilisering. Vilket av dessa båda begrepp som var verksamt i arrangörernas föreställningsvärld inverkade på deras vilja att använda begreppet, men samtliga arrangörer förhöll sig till fenomenet kollo på något sätt.

I samtliga tre delstudier antyds att skillnaden mellan ett barnkollo och ett äldre-kollo är valfriheten och självbestämmandet. Men eftersom valfriheten och självbestämmandet sker i ett institutionaliserat kollektivt rum blir den ofrånkomligen beskärdd av social kontroll och mer eller mindre avsiktliga påtryckningar, både från ledare och från andra deltagare. Detta beskrivs inte sällan vara själva poängen med kollo; att förmå deltagarna att göra sådant de inte trodde att de ville eller kunde, eller sådan de inte tidigare provat, allt för att uppnå en förväntad positiv effekt. I flera sammanhang är det tydligt att deltagarna har fråntagits sitt självbestämmande genom att normer om aktivitet och hälsa genomsyrar hela verksamheten. Det framgår inte minst vid de aktiviteter som är till synes neutrala, såsom eftermiddagskaffe, men som innebär att deltagarna mer eller mindre ”tvingas” till fysisk aktivitet när detta kaffe serveras nere vid sjön.

Den franska filosofen Michel Foucault beskriver i *Diskursens ordning*, olika ”utestängningsprocedurer” som organiserar och påverkar vårt handlande, via sanktioner och bestraffningar. Den tydligaste av dessa utestängningsprocedurer är förbudet (Foucault 1993). Det som är förbjudet i en livsfas blir accepterat i en annan och förbudet upprätthålls med hjälp av oönskade påföljder för den som försöker bryta mot detsamma. I några exempel har vi sett att aktiviteter omgärdats av uttryckliga restriktioner och förbud till följd av ett tydligt säkerhetstänkande, såsom i fråga om badandet vid ett av de observerande kollona. I vissa fall kan emellertid ansvarstagandet och omsorgen övergå i ett fråntagande av agens och tillförlitlighet liknande det som man kan se drabbar barn (jfr Hazan 1994). Detta kan liknas vid det som Coupland och Coupland (1993) beskriver som en välvillig men paternaliserande attityd, vanlig inom äldreomsorgen. Attityden återspeglar sig i sättet att prata om och till äldre på ett åldersdiskriminerande, förminskande sätt, som om de vore barn.

Men förbud kan även uttryckas i subtilare form än genom uttalade påbud. Ett förbud kan även figurera som en tyst överenskommelse om vad som är rätt och vad



som är fel i olika sammanhang och i olika livsfaser. Dessa överenskommelser kan handla om konventioner om vilka kläder som är lämpliga att bära eller vilka aktiviteter som är passande för barn, vuxen eller gammal. Vi kan tala om det här som att vissa vanor, handlingar, beteenden och uttrycksformer är ålderskodade. I den här studien har det framgått att även om det finns ett ideal, och ges uttryck för en vilja att överskrida ålderskodade handlingar, exempelvis genom berättelser om äldre deltagare som åkt rutschkana, så präglas verksamheten samtidigt av upprätthållandet av åldersnormer. Även om vissa berättelser kretsar kring deltagarnas vilja att ”bli barn på nytt” under vistelsen på kollo, så finns det samtidigt ett motstånd mot detta förbarnsligande som synliggör vikten av att som äldre bibehålla positionen som självständig vuxen individ och den samhälleliga status som följer med denna position.

# Referenser

## Källor

### *Intervjuer och observationer*

Tio transkriberade intervjuer med verksamhetsansvariga, genomförda under perioden mars till oktober 2015.

Arton transkriberade intervjuer med deltagare vid ett äldre kollo, genomförda under juni respektive oktober 2015.

Fältanteckningar från observationer vid två äldre kollo i Sverige i juni respektive augusti 2015.

### *Mediematerial*

*Arbetarbladet* 20140626, "Pillbågsskytte med mormor"

*Blekinge Länstidning* 20150822, "Kollo för friskhet och livsenergi"

*Dagens Nyheter* 20080804, "Sommarkollo lockar äldre. Enskede-Årsta-Vantörs äldreomsorg satsar på aktiviteter för att förebygga ensamhet"

*Expressen* 20010619, "Gamla lever rullan på kollo"

*FinnvedenFredag* 20080826, "Sommarkollo för äldre"

*Katrineholmskuriren* 20120704, "Kollo med bingo"

*Katrineholmskuriren* 20130711, "Varför kollo för pensionärer?"

*Kyrkans tidning* 20050623, "På Stenfasta är allt möjligt"

*Mitt i Sundbyberg* 20110719, "Somrig vecka för samlade seniorer"

*Sydöstran* 20090819, "Äldre kollo - populärt så det förslår"

*Sydöstran* 20110630, "Många äldre vill åka på somarkollo till Sörgården"

*Uppsala Nya Tidning* 20140625, "Matglada seniorer på kollo"

## Litteratur

Alftberg, Åsa, 2012. *Vad är det att åldras? En etnologisk studie av åldrande, kropp och materialitet*. Lund: Institutionen för kulturvetenskaper, Lunds universitet.

Anderson, Benedict, 1991. *Den föreställda gemenskapen*. Reflexioner kring nationalismens ursprung och spridning. Göteborg: Bokförlaget Daidalos.

Andersson, Janicke, Lukkarinen Kvist, Mirjaliisa, Nilsson, Magnus, Närvänen, Anna-Liisa, 2011: *Att leva med tiden. Samhälls- och kulturanalytiska perspektiv på ålder och åldrande*, Studentlitteratur; Lund

Andersson, Janicke, 2007. *Konsten att leva länge. Föreställningar om livets förlängning i handböcker 1700-1930*. Stockholm: Carlssons bokförlag.

Andersson L. Loneliness and perceived responsibility and control in elderly community residents. *J Soc Behav Pers* 1992;7(3):431-43.

## REFERENSER

- Andersson L. Loneliness research and interventions: a review of the literature. *Aging Ment Health* 1998; 2(4):264–74.
- Ball, William L., 1995. "The theoretical Analysis of Policy Arguments". <http://www.trenton.edul-ball/personal/polarg.html>. 18 augusti 1996. (Paper presented at Midwestern Political Science Association, 1992.)
- Bennett T. och Gaines, J, 2010. Believing what you hear: the impact of aging stereotypes upon the old. *Educational Gerontology*, 36, sid. 435-445
- Blaakilde, Anne Leonora, 2007. "Löper tiden från Kronos? Omkronologiserings betydelse för föreställningar om ålder". Jönsson, Lars-Eric och Lundin, Susanne (red.). *Åldrandets betydelser*. Lund: Studentlitteratur.
- Butler, Judith, 2006. *Genus ogjort: kropp, begär och möjlig existens*. Stockholm: Norstedts Akademiska Förlag
- Coudin G och Alexopoulos T, 2010. "Help me! I'm old!" How negative aging stereotypes create dependency among older adults. *Aging & Mental Health*, 14:5, pp. 516-523
- Coupland, Nikolas och Coupland, Justine, 1993. "Discourses of ageism and anti-ageism", *Journal of Aging Studies*, volume 7, number 3, pages 279-301
- Eriksson, G, 2014. GAP i vardagens aktiviteter -instrument som mäter delaktighet genom att fånga skillnaden mellan vad klienten vill göra och faktiskt gör. (Occupational Gaps Questionnaire) version 1.2. Nacka: Förbundet Sveriges Arbetsterapeuter.
- Foucault, Michel, 1993. *Diskursens ordning*. Brutus Östlings Bokförlag Symposion; Stockholm/Stehag.
- Foucault, Michel, 1980. *Power/Knowledge*. Colin Gordon(red.) New York: Pantheon Books.
- Fugl-Meyer, A. R., Melin, R., och Fugl-Meyer, K. S, 2002. Life satisfaction in 18- to 64-year-old Swedes: in relation to gender, age, partner and immigrant status. *J Rehabil Med*, 34(5), 239-246.
- FUTURAGE*, 2011. A Road Map for European Ageing Research. The University of Sheffield.
- Gilleard, C och Higgs P, 2000. *Cultures of Ageing. Self, citizen and the body*. Harlow: Prentice Hall
- Hagan Hennessy C, 1989. Culture in the use, care and control of the aging body. *Journal of Aging Studies*, 3:1, pp. 39-54
- Hazan, H, 1994. *Old Age, Constructions and Deconstructions*. Cambridge: Cambridge University Press
- Hörnfeldt, Helena, 2009. *Prima barn, helt u.a.: Normalisering och utvecklingstänkande i svensk barnhälsovård 1923–2007*. Göteborg och Stockholm: Makadam förlag.
- Idvall, Markus, 2011. Den särskilda sommarkolonin för barn med sockersjuka. Mötesplats och fristad i 1940-och 50-talens Sverige. *Socialmedicinsk tidskrift* vol. 88 (3): 249-256.
- Jolanki O.H, 2009. Agency in talk about old age and health. *Journal of Aging Studies* 23, pp. 215-226
- Jylha M, 2004. Old age and loneliness: cross-sectional and longitudinal analyses in the Tampere Longitudinal Study on Aging. *Can J Aging* 2004; 23(2):157–68.
- Jönsson, Håkan 2002. *Ålderdom som samhällsproblem*. Lund: Studentlitteratur.
- Kvale, Steinar och Svend Brinkman 2009: *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur
- Krekula, Clary & Johansson, Barbro, 2016: *En introduktion till kritiska åldersstudier*. Malmö: Gleerups Utbildning AB. S. xx-xx.
- Laz, C, 2003. Age embodied. *Journal of Aging Studies*, 17(2003), 503-519, Elsevier Inc.
- Laz, C, 1998. Act your age. *Sociological Forum*, vol. 13, No.1, 85-113
- Mannerfelt, Charlotte, 1999. *Det rätta pensionärlivet. Ideal, moral och civilisation*. Stockholm: Resursförvaltningen för skola och socialtjänst. FoU-rapport nr 1999:3.
- Mc Hugh, K.E, 2000. The "Ageless self". Emplacement of identities in Sub Belt retirement communities. *Journal of Aging Studies*, 14:1, pp. 103-115
- Montepare J.M, 2009. Subjective age: Toward a guiding lifespan framework. *International Journal of*

- Behavioral Development*, 33, pp. 42-46
- Münger, Ann-Charlotte, 2014. *Stockholms sommakolonier under 130 år. En behovsprövad välfärdstjänst eller fritidsverksamhet för alla?* Stockholm: Stockholmia förlag.
- Münger, Ann-Charlotte, 2000. *Stadens barn på landet: Stockholms sommarlovskolonier och den moderna välfärden*. Linköping studies in arts and science, 208. Linköping: Tema barn, Linköpings Universitet.
- Nilsson, Gabriella 2011. Age and Class in the Third Age. Talking about Life as a Mappie. *Etnologia Scandinavica*, 41 (1): 71-88.
- Nilsson, Gabriella 2013. Breaking free and settling down. Contradictory cultural meanings of moving away as retirees. I: Blaakilde, Anne Leonora & Nilsson, Gabriella (red). *Nordic Seniors On the move. Mobility and Migration in Later Life*. Lund: Lund Studies in Arts and Cultural Sciences 4. s. 27-49.
- Nilsson, Magnus, 2008. *Våra äldre. Om konstruktioner av äldre i offentligheten*. Linköping: Institutionen för Samhälls och välfärdsstudier, Linköpings universitet
- Närvänen, A-L, 2009. Ålder, livslopp, åldersordning. Jönson, Håkan (red.) *Åldrande, åldersordning, ålderism*. Linköping, Linköping University Interdisciplinary Studies,
- Radloff, L. S, 1977. The CES-D scale: A self report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurements*, 1, 385-401.
- Rowe John W. och Kahn Robert L, 1997. "Successful Aging" *The Gerontologist*, vol. 37, nr 4.
- Stewart T.L, Chipperfield J.G. , Perry R. P och Weiner, B, 2012. Attributing illness to 'old age': consequences of a self-directed stereotype for health and mortality, *Psychology and Health*, 27:8, pp. 881-897.
- Sundhall, Jeanette, 2016. Att synliggöra vuxenhetsnormer-barns möjligheter att förstås som politiska subjekt. *Kritiska åldersstudier*. Malmö: Gleerups Utbildning.
- Turner Bryan S, 1997. "From governmentality to risk, some reflections on Foucault's contribution to medical sociology". *Foucault, Health and medicine* Alan Petersen & Robin Bunton (red.). London: Routledge.
- Turner Bryan S, 1987. *Medical Power and Social Knowledge*. London; Sage Publications.



## Författarpresentationer

JANICKE ANDERSSON (projektledare) disputerade 2007 vid NISAL, Linköpings universitet, med avhandlingen *Konsten att leva länge- Föreställningar om livets förlängning i handböcker 1700-1930*. I avhandlingen studeras förhållandet till åldrandet och livets förlängning ur ett idéhistoriskt perspektiv. Sedan 2011 är hon anställd som forskarassistent på CASE och den pågående forskningen där (utöver projektet om Äldrekollo) inriktas på bilder av ”det nya åldrandet och de nya äldre”. Detta studeras utifrån flera perspektiv, dels medialt förmedlade bilder via program som ”Pensionärsjävlar” och dels utifrån äldres förhållande till sitt eget åldrande via flertalet fokusgruppintervjuer med en grupp äldre.

LISA EKSTAM är legitimerad arbetsterapeut och disputerade 2009 vid Karolinska Institutet. I sin avhandling studerade hon förändringar i vardagen i samband med stroke utifrån ett individ- och parperspektiv. Efter disputationen har Lisa varit involverad i ett interventionsprojekt för personer med stroke och deras anhöriga. Mellan 2012-2014 har hon haft en post-doc anställning vid Lunds Universitet i ett projekt om bostadsanpassningar och är idag verksam som adjunkt och forskare i gruppen Delaktighet, åldrande och vardagsliv vid Institutionen för hälsovetenskaper, samt på CASE, Lunds universitet. Utöver detta pågående projekt kring fenomenet äldrekollo studerar Lisa bostadsanpassningsprocessen över tid, i nära samarbete med flera kommunala verksamheter.

GABRIELLA NILSSON är docent i etnologi vid Institutionen för kulturvetenskaper, Lunds universitet. Hennes forskning har alltsedan avhandlingen *Könsmakt eller häxjakt? Antagonistiska föreställningar om mäns våld mot kvinnor* (2009) kommit att fokusera maktordningar i olika former. En av hennes forskningsinriktningar har behandlat frågor om förhållandet mellan livsstil, normer för ålder och åldrande och kategoriseringar som klass och kön. Detta intresse har föranlett studier av nyblivna pensionärer som flyttat till Österlen i Skåne, respektive till bostadsområdet Victoria Park i Malmö. Tillsammans med folkloristen Anne-Leonora Blaakilde har hon redigerat antologin *Nordic Seniors On the move. Mobility and Migration in Later Life* (2013).







