

## Kjære faddere og venner av HN

Denne gangen tenker jeg at det er vår tur til å skrive dette informasjonsbrevet herfra. I år er det tredje gangen Morgan og jeg besøker Hogar Norma i sommerferien vår. Vi føler oss takknemlige og velsignet over å ha muligheten til å gjøre dette, å kombinere arbeid og ferie her med familien og beboerne.



Dette året var spesiell for oss, da vi fikk muligheten til å komme hit og dele tid med familien etter at vi mistet vår niese, Linda, til sykdom i februar. De på hjemmet er også fortsatt påvirket, siden Linda jobbet som assistent her og alltid vil bli husket med mye kjærlighet. Temaet psykisk helse er veldig viktig, og vi er takknemlige for at vi har tid til å snakke og dele gleder og sorger med dem. Jeg ser at dette er det viktigste for dem, bortsett fra maten 😊 Personlig er det en total avslapning for meg å kunne sitte med dem, le, snakke og gråte. Et eksempel er gleden ved å se hvordan stuen, der de tilbringer ettermiddager og kvelder, ble nydelig med nye malinger og farger. Deres glede, takknemlighet og et "jeg er glad i deg" betyr alt!

Med vårt opphold her kunne også bestyrerne slappe av litt mer med den ekstra hjelpen. Det er mye arbeid, og det er aldri tid til å kjede seg. Ved å være her ser vi også behovene og utfordringene på nært hold. Man kan ikke gjøre alt, men vi klarte å gjøre viktige reparasjoner litt etter litt (og det er fortsatt mye som gjenstår). Denne gangen investerte vi i å forskjønne veggene innendørs med maling og gardiner, og vi skal fortsette med de andre rommene. Kjøkkenet og badet er vår største utfordring, siden de trenger en total fornyelse med nye møbler og tilbehør. Også her, som andre steder, har prisene økt mye!

Når det gjelder helse, ser vi at beboerne er sunne med god og variert mat og fysisk aktivitet. Denne måneden skal de få fullstendige helsetester, som er viktige. For de eldre vil rutiner som mammografi, celleprøver og andre bli gjennomført litt etter litt. Her fungerer ikke helsesystemet slik som i Norge, så alle disse testene er dyre, men det er en god investering for å unngå sykdom. Fysioterapistudentenes hjelp er veldig populær og til stor nytte. Beboerne har nå sine treningsrutiner, og på den måten beveger de seg mer.



Vi er veldig glade for at kjøkkenhagen fungerer i år også, og vi nyter allerede forskjellige grønnsaker. Det er plantet mais i forskjellige farger til ulike formål, samt tomater, gulrøtter, maniok, poteter og søtpoteter som vil gi avling frem til desember. Varme, regn og jord gjør at alt vokser, og det er en velsignelse. Våre beboere elsker all slags grønnsaker.



Hvis dere ønsker mer informasjon om Hogar Norma kan dere ta kontakt med oss. Jeg ønsker dere alt godt for høsten som nærmer seg, og håper vi sees snart.

Med kjærlighet,  
Lourdes (og Morgan)