



Språket vårt Per Egil Hegge



Per Egil Hegge er tidligere redaktør i Aftenposten og forfatter av flere bøker, blant annet om språk per.egil.hegge@aftenposten.no

Litt av en utopi

Utopi er et ord av gresk opprinnelse. Det betyr et idealsamfunn, gjerne så perfekt at det er vanskelig å tenke seg at det kan eksistere i virkeligheten. 1500-tallsfilosofen Thomas Moore er mest kjent for sitt verk *Utopia*. Det tilhørende adjektivet er utopisk. Sier vi at «dette er en utopisk plan», betyr det at vi ikke et øyeblikk tror planen kan settes ut i livet. Det motsatte av en utopi er en dystopi, som ofte blir følgen av forsøk på å skape en utopi. Det er visjonen om et samfunn som har de dårligst tenkelige egenskaper. Slike samfunn er skildret i skrekromaner som George Orwells *Nittetthundre* og *1984* og landsmannen Aldous Huxleys *Fagre nye verden*. Mindre kjent i vår del av verden er dystopiske romaner av russiske forfattere, som Jevgenij Zamiatins *Vi* og Andrej Platonovs *Fonteuigravingen*. Den siste er en allegorisk skildring av det stalinistiske samfunns mindre tiltalende sider og kunne følgende ikke utgis i Sovjetunionen.

I vår del av verden er den traustru hverdagen med sine gleder og problemer stort sett slik at vi ikke tenker så mye på utopier. Det var antagelig den underliggende årsaken til følgende betraktning i Adresseavisen på forsommeren, i en artikkel om ferieplaner: «Det å ha med sjefen på ferie er en ganske utopisk situasjon for folk flest». En imens den skriver: «Her bommer man vel litt på betydningen av ordet utopi?»

Skepsisen i den siste spørresetningen er vel begrunnet, de fleste er sannsynligvis innstilt på at kontakt med sjefen godt kan vente til ferien er over. Kan skje er det utenkelig, men neppe i betydningen ideelt. Godt vær, hyggelig samvær med familie og venner og minneverdige opplevelser er formodentlig mer ettertraktet, uten at slikt i den grad bør tilhøre fantasiens rike at det kvalifiserer for betegnelsen utopi.

KRONIKK

E-post:
kronikk@aftenposten.no
Maks. 6000 tegn
inkl. mellomrom.
Legg ved portrettfoto.

DEBATT

E-post:
debatt@aftenposten.no

Hovedinnlegg: Maks 3000 tegn inkl. mellomrom.
Legg ved portrettfoto.

Kortinnlegg:
400-1500 tegn
inkl. mellomrom.



Følg Aftenposten på Facebook. Her kan du diskutere innlegg og kronikker, og komme med innspill til Aftenpostens debattredaksjon. facebook.com/afmeninger



Følg Aftenposten på Twitter. Alle debattinnlegg postes daglig på vår Twitter. Få med deg innleggene på Norges beste debattside på twitter.com/luft_meninger



Mange innsatsvillige, oppegående seniorer deltar gjerne. Dette vil gi oss alle et varmere og triveligere samfunn å bli gamle i, skriver Odd Gramn. FOTO: GORM KALLESTAD/NTB SCANPIX

Fremtiden er i dag. Kreative eldre mennesker finnes overalt, det er bare å gi dem mulighet til å bruke sin positive innsatsvilje.

Jeg ser frem til min fremtid

Kronikk



Odd Gramn
(80 år i dag)

Dette tolker jeg som at min fremtid er nåtid – min fremtid er i dag – det er nå jeg må handle. Dagen i går kan jeg ikke gi annet innhold enn jeg alt har gjort den, dagen i morgen har jeg ikke noe løfte på, men dagen i dag, den har jeg. Det må jeg benytte meg av.

Positiv aldring

Sosial omgang blir viktigere med årene, også fordi det skaper utfordringer og aktivitet. Det er ukløkt å være likegyldig til sin egen utvikling, spesielt som gammel.

Daglig aktivitet for hode, hjerte og kropp er helsebringende og livsforlengende, det gir positiv aldring.

Aldri tidligere har eldre hatt slike muligheter til å mestre tilværelsen som vi har i dag, det gjelder å benytte seg av det. De fleste eldre, over 90 prosent av oss, er oppegående og aktive, med stor livslyst.

Det er i egen, i nærmiljøets og i samfunnets interesse at vi er å jour med de muligheter som i dag finnes for at vi kan klare oss selv, i eget hjem.

Det er høyst personlig hvordan man

Kultur- og debattredaktør:
Knut Olav Amås

Post Aftenposten, Debattredaksjonen,
Postboks 1, 0051 Oslo

Kronikker/debattinnlegg på nett

- luftposten.no/meninger
- Aftenposten returnerer ikke artikler som blir sendt på papir.



møter årene, men salig Hippokrates, legkunstens far, sa for over 2000 år siden «Du blir det du tenker!» Mange av dagens tenkere gir ham rett i dette. Det strider mot denne ånd å si: «Uff, det er fælt å bli gammel». Da blir det slik du tenker. Det er mer helse i å tenke positivt, gripe mulighetene for et rikere liv og møte egen fremtid med forventning.

«Eldrebeløge»

Språket vårt har fått et nytt, stigmatiserende ord: «Eldrebeløge». Den omtales som en slags tsunami som vil komme veltenne over folk og fe, og skape kaos. Men det er ingen bølge. Alle vet at det blir mange flere eldre fremover, permanent. Dette er ikke noe som går over, slik bølger gjør, og skipstakt hjelper ikke. Det krever en ny innstilling hos alle for å møte en permanent stor eldrefolkning. Selvfølgelig vil fremtidens eldre og samfunnet makte å skape leveverdige forhold for alle, bare vi forbereder oss på det, nå.

Ny teknologi

Det er forberedelse til dette jeg ser frem til å delta i. Allerede nå har informasjonsteknologien kommet oss til hjelp. I mange år har bilindustrien utvidet informasjonsteknologien. Det er ingen som lenger undrer seg over teknologien i dagens biler, som GPS, ryggekamera, elektroniske låser osv. Dette er nå på full fart inn på den hjemlige arena. Eldre behøver ikke lenger å engste seg når det ringer på inngangsdøren. Kamera og mikrofon vil fortelle hvem som står utenfor. Ingen slipper inn før systemet har god-

kjent stemmen. Litt mer avansert er det at denne teknologien er på vei inn i menneskekroppen. I 2013 vil alle sykdomsbærende være registrert. Det betyr at legene kan oppspore kilden for sykdom og sende inn dit en riktig dose med medisn for å helbrede. Dette som to små smakebiter på hva som venter oss av muligheter for større trygghet. Det er nå vår fremtid bygges, så følg med.

Lindrende humor

Legevitenskapen setter stadig søkelys på humorrets positive betydning for helsen. Endorfiner er stoff i kroppen som både forebygger og helbreder. Produksjonen av det øker når vi er i godt humør og når vi trives. Dette er velkjent for mange av landets «humorleger». Nå er det på tide at de trer frem og forteller om hvor viktig det er for helsen å bruke humøret. De har vært for tilbakeholdne, trolig i angst for ikke å bli tatt seriøst av sine kolleger.

På forsommeren i år ble «Nasjonalforeningen for lindrende humor» etablert. Den har fått en entusiastisk mottagelse blant helsepersonell, alvorlig syke og deres pårørende. Dette forum vil dokumentere humorrets livsforlengende betydning for helsen, ikke minst for alvorlig syke. Den eldre garde og humorlegene kan her dele sine erfaringer med andre, og dermed bidra til at flere blir aktive utøvere av humor som virkemiddel for helsen. Når eldre hjelper andre eldre med de mange, små dagligdags oppgaver som for eksempel litt krokete fingre og langsom gange kan skape vanskeligheter med, hjelper det ofte med humør.

Eldre hjelper eldre

Samhandlingsreformene medfører kortere liggetid på sykehus, mangel på helsepersonell og sykehjemsplasser. Dermed vil flere eldre bli boende hjemme. Det kan bli vanskelig for mange, ikke minst for pårørende. Mange av landets over én million seniorer ønsker å engasjere seg i noe positivt, ikke minst for å føle at man fremdeles er til nytte. Mange vil delta i «eldre hjelper eldre» ved å gi hjemmeværende hjelp som ikke krever helsefaglig kompetanse. Mange innsatsvillige, opppegående seniorer deltar gjerne når det blir muligheter for det. Dette vil gi oss alle et varmere og triveligere samfunn å bli gamle i.

Teknologi og praktisk medmenneskelighet vil påvirke eldre menneskers fremtid positivt. Det er grunn til å glede seg til å delta i denne utviklingen, der eldre kommuniserer nytt om nye muligheter, i egne, små nærmiljøer. Der kan vi lære av, og bistå hverandre, i et fellesskap som styrker egen livskvalitet. Kreative eldre mennesker finnes overalt, det er bare å gi dem mulighet til å bruke sin positive innsatsvilje. Landet vårt trenger dette. Det er på tide å starte oppretningen.

Vi er vår egen alderdoms smed.



Det er på tide å starte oppretningen. Vi er vår egen alderdoms smed.

Debat

Lars Halbrekken
Naturvernforbundet
Øystein E. Berg
Miljøagentene
Silje Lundberg
Natur og Ungdom

Det blir så tydelig sommerstid: Norge er en kystnasjon. Til kysten reiser vi for ro, natur, bad, båtturer og delvis sjømat. Og tenker vi etter, vet vi at kysten er mer enn sommeridyll. Livet i havet har dannet grunnlag for bosetting, næring og kultur her siden de første menneskene kom til Norge.

Vi mener en levende kyst er en kyst som også i fremtiden kan gi næringsutvikling, sunn sjømat og gode sommerdager. Det er dessverre ingen selvfølge. Truslene er mange: forurensning fra oljeindustri og fiskeoppdrett, nedbygging av strandsonen, klimaendringer og fremmede arter. Vi som er miljøorganisasjoner for barn, ungdom og voksne vil ha med flere på å slå et slag for en levende kyst!

Gamle synder

En første oppgave er å rydde opp i gamle synder. Ikke alle steder vil kan skryte av en ren kyst, til det har utslippene av farlig gift vært for mange. Langs norskekysten finnes nå 359 steder som er så forurenset at de kan true natur og helse. Vi må rydde opp i forurensing vi selv har skapt, og det haster! Flere steder finnes planer om opprydding, men pengene til gjennomføring uteblir. De siste årene har Regjeringen kuttet pengene til giftoppydding, i strid med faglige anbefalinger. Fortsetter trenden også i neste statsbudsjett, blir det lenge til vi kan friskmelde norskekysten.

Vi må unngå å gjøre de samme feilene igjen. Forurensning og søppel blir ikke borte selv om det kas-

Må gripe muligheten. En levende kyst må bety liv under havet som gir grunnlag for liv på land, også i fremtiden.

En levende kyst

tes på sjøen. Et skremmende eksempel på denne tankegangen ser vi ved at selskapene som ønsker å dumpe gruveavfall og kjemikalier i verdifulle norske fjorder, står i kø. I Repparfjorden i Finnmark vil de dumpe 5000 tonn kjemikalieholdig gruveslam i fjorden hver dag i 15 år. I Førdefjorden i Sogn og Fjordane ønsker et gruveselskap å dumpe 15 000 tonn hver dag i 50 år. Prosjektene vitner om en mangelfull forståelse for naturen, og Havforskningsinstituttet har advart mot konsekvensene, som kan bli et utradert liv i sjøen.

Samtidig må vi se truslene mot kysten i sammenheng. Miljøvernminister Bård Vegar Solhjell (SV) bør raskt få på plass en handlingsplan som sørger for at vi innen 2020 ikke lenger slipper skadelig forurensing ut i havet. En slik plan vil bidra til fortsatt liv i norske havområder – og et liv basert på verdiene i havet også på land.

Fremtidens generasjoner

Vi har bygd dagens Norge på havets ressurser, også olje og gass, som har vært med på å forme landet. Når vi – og stadig flere med oss – nå spør hvor lenge vi kan fortsette å dele ut nye områder til oljeindustrien, er det fordi bildet er endret siden vi fant den første oljen. Klimaendringer truer både livet i havet og livet på land over hele verden og skyldes burning av olje, kull og gass.

Oljeindustrien er i dag Norges største forurensere, og grensen for tilgangen til nye områder må være nådd.

En kyst for fremtidige generasjoner. Det er vårt sommerønske, og vi håper det kan oppfylles gjennom satsing på miljøvennlige næringer langs kysten, opprydding av gamle synder og regler som gjør at vi unngår nye tabber, satsing på fiskeri foran oljevirksomhet – og at vi aldri glemmer hvilken gave det er i livet under havet.

Skremsler til feil adresse

Sykepleier Anna Helene Rebnis skriver i Aftenposten 24. juli at sykehjemmene i Norge gir de gamle for dårlig omsorg. Hun gir eksempel fra sitt sykehjem i Ytre Enebakk der en Parkinson-pasient ikke får nok hjelp til å spise fordi det tar for lang tid for pleierne.

Jeg arbeider i nabokommunen Lørenskog og kan forsikre våre innbyggere at sykehjemmene i Lørenskog ikke har slike tilstander. Siden jeg ikke har ansvar for pleien, kan jeg gi honnør til sykepleierne og de andre omsorgspersonene på våre avdelinger. For dem som ikke har arbeidet her er det vanskelig å forestille seg den innsatsen som skal til for å vaske, stelle, kle på og gi frokost til en gammel boer. Hun har multihandicap, er dement, skriver, har hjertesykdom, Parkinson og er inkontinent for urin og avføring. Etter

én til to timer sitter vedkommende stille på dagligstuen pent påkledd uten lukt og blir matet av en student som er sommervikar.

Jeg vet ikke hensikten med Anna Helene Rebnis innlegg, men hvis hun vil ha flere hjelpepleiere må hun ikke skremme dem med et bilde som er feil, i alle fall her i Lørenskog. Hvis hun vil ha større bevilgninger, er adressen kommunestyret i Enebakk, ikke debattsidene i Aftenposten. Hvis tilstanden er så ille som hun beskriver, er adressen hennes overordnede, og hvis det ikke skjer noe, er adressen Fykesmannen i Oslo og Akershus. Jeg håper ikke hun har skremt pårørende som kanskje har fått en plass til sin gamle på sykehjem og endelig skal få en ferie.

Per Wiium
sykehjemlege i Lørenskog