



God fortsättning på det 34:e Minna-året!

Vi har börjat ett nytt verksamhetsår – som blir vårt 34:e då vi började 1989. Nya mammor. Nya barn. Vi strävar vidare. Våra tjänster är mer efterfrågade än någonsin, vilket är ett gott betyg på vår verksamhet, men också ett tecken på ett samhälle som ännu inte löst den enastående mammas problem.

- Vi kan blicka tillbaka på *ett andra pandemiår 2021* med bland annat
- **27 blivande mammor** i 5 vänta-barngrupper med 8 träffar per grupp
 - **21 mammor och barn** i 5 mamma-barn-grupper med 7 träffar per grupp
 - **349 enskilda samtal** med **80 olika personer** (67 kvinnor 13 pappor)
 - **30 parsamtal** med 13 föräldrapar
 - **3 myndighetsbesök** har genomförts
 - **16 mammor deltog i ”Mors dagar”** på Nimbus på Öckerö och fick god avkoppling och omvårdnad.
 - **8 utflykter** under sommaren, till Öckerö några gånger samt ”närflykt” till Johannebergsparken
 - **10-15 mammor med barn** har deltagit i **lunch och rytmik i Stallet i Haga varje torsdag under höstterminen**, i samarbete med Frälsningsarmén.

Allt detta har betytt otroligt mycket för våra Minna-mammor, men Minna finns för *dig*, därför att *du* behöver minna. Kanske inte varje dag. Men när du minst anar det så möter du en arbetskamrat, en församlingsmedlem, egna eller andras barn, en god vän, som plötsligt väntar det oväntade. Tillsammans kan vi bearbeta vandan, lösa praktiska problem, dela med oss av erfarenheter och vända oro till förväntan.

Minna behöver dig.

Du behöver Minna.

Tillsammans kan vi vänta det oväntade med förväntan.

Anders Henoch, Nina Jonnerhag

Kallelse till Ordinarie årsmöte tisdagen den 22 mars 2022 kl 19.00.

Vi presenterar verksamhetsberättelse och bokslut, ställer fråga om ansvarsfrihet samt väljer ny styrelse.

Anmäl deltagande till goteborg@minna.nu eller ring 031 – 82 66 11. Vi hoppas kunna mötas på Kjellbergsgatan 8, men vid behov så blir mötet via dator, och du får i så fall inloggningsuppgifter i samband med din anmälan.

Varmt välkommen att höra om, och påverka vår verksamhet! / *Styrelsen*

Glöm inte betala in medlemsavgift på 250 kr!

Swisha till 123 579 06 05 eller skicka till postgiro 429 38 60 – 5

Tillbakablick på vårt Minnasyster-projekt

Mellan 2018 och 2021 har Minna-mottagningen drivit ett Minnasyster-projekt med stöd av Allmänna Arvsfonden. Projektets arbetshäst har varit Marielle Hjälmedala som här ger några reflektioner och tillbakablickar.



- Berätta om din uppväxt!

Jag föddes 1972 av min 19-åriga ensamstående mamma. Jag växte upp i Lysekil och blev undersköterska 1990, men kom att arbeta 20 år i restaurangbranschen. Jag är mamma till två döttrar födda 1999 och 2002 och blev några år senare själv ensamstående. Jag utbildade mig till friskvårdskonsulent och arbetade några år med beroendebehandling, och utbildade mig sedan till beroendebehandlare med fokus på friskvård och kost.

- Hur fick du kontakt med Minna?

År 2015 fick jag arbete som undersköterska på BB och förlossningen på Östra sjukhuset. Vid en skidresa fick jag kontakt med en av Minnas styrelseledamöter (Veronika) och vi kom att samtala om mina dubbla erfarenheter som barn till ensamstående och själv ensamstående mamma, men även Minnas arbete. När Minnasysterprojektet började ta form blev jag kontaktad av Veronika, och fick tjänstledigt från Östra och axlade projektjänsten.

- Hur var det att vara "Minnasyster"?

Åh, det är den vackraste titel jag har haft! Jag har varit så glad över att få arbeta med ett tydligt barnperspektiv. Det är så många vardagliga situationer för en ensamstående mamma som kan vara nära nog oöverstigligen, till exempel när mamman drabbas av sjukdom och behöver sjukhusvård, och det har känts så bra att då kunna stötta. En annan situation är när det är dags att föda, och man inte har någon anhörig som har möjlighet att vara med. Där har jag fått vara "Doula" och närvara vid förlossningen, och flera gånger besökt mamman efteråt.

- Vad är dina bestående minnen?

Jag har känt mig ha varit en förlängning av verksamheten genom att kunna stötta mamman som kan känna sig ensam och utsatt efter att det svåra beslutet är taget. Det har också varit möjligt att göra utflykter, bland annat till Ullared, marknader med barnkläder, Vrångö, sommarläger eller utflykter som varit svåra eller oöverstigligen att genomföra för många av våra mammor på egen hand.

Berättat av *Marielle Hjälmedala*, nedtecknat av *Anders Henoch*

Minnas Mors dagar 2021



För andra året i rad hölls Minnas morsdagar i Göteborgs fina skärgård på Nimbus, Öckerö. Vi hade tre inplanerade dagar i början av sommaren och precis som önskat kom ett efterlängtat väderomslag just till dessa dagar! Utöver det härliga program som erbjöds mammorna kunde de även få njuta av riktigt fint sommarväder med solsken under vistelsen! Alla deltagande familjer fick eget rum på vandrarhemmet och god mat bjöds i Nimbus restaurang. På programmet var promenader till badplatser, massage och barnpassning, bastubad på kvällen med dopp i havet för den





Sol, vind och vatten – och ett barn!

modige, grillning på bryggan och fotmassage erbjöds till trötta fötter. Allt detta och ett härligt gemensamt häng med goa samtal och mycket lek för barnen gör detta till oförglömliga dagar! Tillsammans med Mette var även Birgitta Lindgren från Stallet med som ledare.

Som för övriga samhället har Minnas verksamhet fått anpassas efter rådande omständigheter kring pandemin. Vi hittade en lösning i att kunna genomföra lägerdagarna genom att några mammor i taget fick komma ut ett ”morsdygn”. Vi planerade så att de som avlöste varandra fick mötas vid en gemensam lunch i restaurangen. Upplägget fungerade mycket bra efter omständigheterna. Vi hade möjlighet att arrangera några extra morsdagar i augusti, även dessa dagar var händelserika med liknande upplägg som de tidigare då Minna-syster Marielle deltog.

Nu ser vi fram emot ett nytt år med nya härliga upplevelser!

Mette Grevle, föreståndare på Minna



Marianne Vestlund,

Ny styrelseledamot Marianne Vestlund

Sedan årsmötet 2021 har vi en ny ledamot i styrelsen: Marianne Vestlund. Hon har jobbat ideellt i föreningslivet sedan 35 år och fick höra om Minnas verksamhet via sin barndomskamrat Nina Jonnerhag. Hon tycker det är en fantastiskt viktig verksamhet, då den ensamstående mamman kan bli så ensam i sin lilla värld och behöva mycket stöd.

Marianne deltar i styrelsearbetet samt sköter uppdatering av vårt adressregister.

Vår barnläkare Zeibrant Thörn lämnar över stafetten

Zeibrant Thörn har varit med i Minna från första början tidigt 1990-tal, och vi undrar om han inte någon gång träffat *varje* minna-mamma! I *varje* mamma-barn-grupp har han deltagit vid något tillfälle och bidragit med sin djupa sakkunskap som barnläkare, och kunnat svara på frågor och bemöta oro och undran.

I december 2021 överlämnades en blomma till Zeibrant som ett litet bevis på tacksamheten från minnas personal och styrelse, men lika mycket från - faktiskt - tusentals minna-mammor.

Tänk så fort åren har gått!

Det har varit fantastiskt att få ha varit med på den resa som Minna-mottagningen har gjort! Jag är glad och tacksam över att Minna har fått en erkänd och berättigad plats och fortsatt möjlighet att stödja de enastående mammorna och deras barn.

Mycket har hänt, många fantastiskt fina charmiga barn har passerat förbi under dessa år. Att få möta vuxna Minna-barn som bland annat hjälpte till med serveringen i samband med 25-årsfirandet 2013, var för mig något alldeles extra, det kändes så bra! Det är något som jag kommer att bevara som ett mycket fint och kärt minne!

Pandemin har hindrat mig från att vara med på mammabarnträffarna under det senaste året och jag har nu kommit fram till att det är rätt tid för att lämna över stafettpinnen till en yngre kollega. Christina Nygren som nu tar över arbetar som barnläkare och är sedan tidigare väl förtrogen med Minnas verksamhet.

Tack till alla er barn, mammor, personal och medlemmar i styrelsen som jag har haft förmånen att få träffa respektive fått arbeta tillsammans med under åren på Minna!

/ Zeibrant



Zeibrant Thörn avtackas av vår föreståndare Mette Grevle i december 2021.



Vår nya barnläkare Christina Nygren och vår föreståndare Mette Grevle.

Vi välkomnar vår nya barnläkare Christina Nygren!

Christina har en läkarexamen från 2014, och genomgår för närvarande (2022) specialistutbildning till barnläkare. Hon fick kontakt med Minna genom sin kollega Zeibrant Thörn, men har också svärföräldrar som varit kontaktfamilj för en Minna-mamma, något som blev en solskenshistoria.

Christina är uppvuxen i Jönköping, har bott några år i Stockholm och finns på Västkusten sedan 2014. Hon har två barn i förskoleåldern. Hon tycker Minna gör underbara insatser, där alla som är eller har varit föräldrar vet att det är ett superhårt arbete där det kan behövas hjälp.

Du har väl betalat medlemsavgift till Minna-mottagningen?

Vi hoppas att du vill stå kvar som stödperson och medlem i vårt viktiga arbete genom att betala in medlemsavgift på 250 kr, genom att swisha till 123 579 06 05 eller skicka till postgiro 429 38 60 – 5 från din internetbank.

Så här kontaktar du oss:

Om du vill meddela oss något, t.ex. ändrad adress – eller din e-post – eller att du inte vill få utskick från oss – skicka ett mail till goteborg@minna.nu eller ett brev till Minna, Kjellbergsgatan 8, 411 32 Göteborg, eller ring till 031 – 82 66 11. Numret har telefonsvarare, så utanför kontorstid kan ett meddelande talas in.

Minna försöker spara porto och papper ...

För att spara pengar skickar vi i största möjliga utsträckning vårt medlemsbrev och annan information via e-post. Du som fått detta brev med ”pappers-post”: Om du har e-post så skicka ett mail till goteborg@minna.nu så sänder vi till din e-post nästa gång!

Anders Henoeh, Nina Jonnerhag

Styrelsen för Minna, Göteborg

Nina Jonnerhag, ordf.	073 – 344 61 94
Anders Henoeh, vice ordf	0732 – 10 32 39
Christina Holmberg, sekr.	073 – 313 26 31
Christina Lernbrink	070 – 409 58 55
Kerstin Hillerström	0760 – 17 08 33
Jennie Gustafsson-Hillerström	070 – 450 07 71
Lena Wallman	0739 – 755 965
Hanna Lernbrink, suppl.	073 – 731 55 77
Marianne Vestlund, suppl.	0733 – 10 73 25
Kerstin Norjavaara, valberedning	072 – 514 17 52

Minna-mottagningen

Minna-mottagningen, Göteborg, Kjellbergsgatan 8, 411 32 GÖTEBORG

031 - 82 66 11, Postgiro: 429 38 60 –5, Swish 123 579 06 05

Kuratorer: Mette Grevle, Mats Linde, Barnmorskor: Helena Isaksson, Annika Ekdahl-Wennerblom

Web: www.minna.nu, e-post: goteborg@minna.nu, Facebook-grupp: "Minna-mottagningen"