

Gunhild Berger ser muntligt berättande som läkandets konst

Månadsträffen den 10 oktober 2019 inföll mitt i De äldres vecka och har firats i Finland sedan 1954. I dag har Finland ungefär 5,5 miljoner invånare. Av dessa är drygt 1,1 miljon över 65 år. Det betyder att var femte människa i Finland är ålderspensionär. Enligt befolkningsprognosen kommer över hälften av de vuxna i Finland att vara över 65 år gamla år 2030.

Men hur mår våra åldringar och kan vi enbart genom mediciner och vitaminer hålla oss pigga och alerta? Naturligtvis har motion och näringsrik föda stor betydelse för välbefinnandet. På senare tid har även muntligt berättande som läkandets konst lyfts fram som ett vägande alternativ.

Det betonas **Gunhild Berger** från Pedersöre som själv är en flitig motionär med 12 Vasalopp bakom sig och orientering som specialintresse. Hon berättar att hon hittar bättre i skogarna runt Karleby än i själva stadskärnan. Dessutom är hon en uppskattad guide. I samband med medeltidsdagen i september pilgrimsvandrade hon från stenkyrkan i Såka till festligheterna på Kyrkbacken.

Gunhild var dagens gäst och trollband mötesdeltagarna när hon talade om muntligt berättande som läkandets konst. Hon har arbetat som bibliotekarie i hela sitt arbetsföra liv och läst sagor och annan litteratur både för barn och åldringar. Hon vet hur ett fängslande berättande inverkar positivt på vårt psykiska välbefinnande.

Aktiv och kunskapshungrig

Gunhild Berger berättar att hon är medlem i ALBA-Suomi-Finland som är en ideell förening och ett samlande nätverk för läkande berättare. Hon deltar i konferenser och utbildningsdagar på olika håll i Norden och hämtar ny kunskap för att utvecklas inom sitt specialområde.

När hon började var berättandet ganska ovanligt, men under årens lopp har det blivit allt populärare. Det anordnas berättarfestivaler, symposier och kurser i läkande berättande med tanke på terapeutiska processer. Men också inom fredsarbete, vid konfliktlösningar och personlighetsutveckling har det blivit ett alternativ.

Även om Gunhild jobbat på bibliotek använder han aldrig böcker eller papper när hon håller sina berättarstunder. Det gjorde hon inte heller under besöket i Mikaelnsalen där hon gav exempel på hur läkande berättande kan påverka ens sinnesstämning. Hon trollband mötesdeltagarna och höll trådarna i sin hand från början till slut.

Regionens höstmöte hålls i Karleby

Vid månadsträffen uppträdde Pensionärskören under John Storbackas ledning med flera sånger. Lotteriet gav många lyckliga vinnare och föreningen klirr i kassan. Ordföranden informerade om händelser som passerat revy och kommande händelser. Den 1 november står Vi Norrifrån som lokal arrangör för SPF Österbottens höstmöte som hålls i Mikaelnsalen i församlingscentret. I mötet deltar ca 100 personer från Sideby i söder till Karleby i norr.



Dagens föredragshållare Gunhild Berger flankeras av Birgitta Sundvik och John Storbacka (Ole Granholm)