



Malmöinitiativ om vänskapsbänkar

Med gula vänskapsbänkar vill Bosse Persson sätta igång samtal om psykisk ohälsa.

Helsingborg har haft gula vänskapsbänkar runtom i staden sedan 2021 för att uppmuntra till samtal om psykisk ohälsa och suicid. Tanken är att man ska kunna slå sig ner på en av dem när man behöver någon att prata med. Bosse Persson är aktiv i Lokalt forum, ett nätverk för patient-, brukar- och anhörigföreningar i Malmö. Han tycker att det är dags även för Malmö att skaffa gula bänkar och skickade i somras ett Malmöinitiativ till stadens politiker.

Varför vill du att vi ska ha gula vänskapsbänkar i Malmö?

– För att man ska våga prata och fråga om psykisk ohälsa. Man kan ju ha så kallade "ambassadörer" också, jag menar folk med egen erfarenhet av psykisk ohälsa, som delar med sig av sina berättelser. Kanske att man kan lyssna på deras inspelade berättelser i sin telefon om man har en QR-kod på bänkarna.

Hur kan bänkarna uppmuntra till samtal om psykisk ohälsa?

– Det blir legitimt att prata om psykisk ohälsa om man marknadsför de här bänkarna och vad de är till för. Och att man vågar sätta sig för att prata och lyssna. Att våga be om hjälp finns ju också med i det hela, det är en början att våga prata.

Varför är det viktigt att prata om psykisk ohälsa?

– Mer och mer människor går ut med att de lider av psykisk ohälsa på något sätt. Det visar ju behovet av att man bryr sig om varandra. Och det är väl det som är en brist i dagens samhälle, att man är ganska så egotrippad.

Om politikerna säger ja till ditt förslag – hur tycker du att man ska göra när man ser att någon sitter på en gul bänk?

– Man kan ju börja med ett hej till exempel. Om man sätter sig där vill man i regel någonting, och då kan ju första frågan också vara ”hur mår du”?

Politikerna i funktionsstödsnämnden ställde sig positiva till Malmöinitiativet den 28 november, vilket innebär att Malmö kommer få 12 gula vänskapsbänkar under 2023.

Lämna ditt eget Malmöinitiativ

Har du ett eget förslag på hur du vill att Malmö ska utvecklas? Malmöbor i alla åldrar kan skicka in Malmöinitiativ. När ett förslag får minst 100 röster skickas det till politikerna i den nämnd som ansvarar för frågan. Läs mer på malmo.se/malmoinitiativet.

Vänskapsbänkarna i Helsingborg

Läs mer om vänskapsbänkarna i Helsingborg på helsingborg.se/vanskapsbankarna.