

HÄLSA.

Han skapade aktivitetssajt – hittade nya kompisar

Ofrivillig ensamhet är ett samhällsproblem med allvarliga konsekvenser. Detta var något som Christian Altenius efter när han flyttade ifrån ett sammanhang till ett annat. Lösningen blev en kontaktannons på en dejtingsida där han efterfrågade nya kompisar att hitta på saker med. Intresset visade sig vara stort. I dag driver han aktivitetssajten Citypolarna, där människor över hela landet kan lägga in evenemang med förhoppningen om att skapa nya kontakter.

Det har snart gått 20 år sedan Christian Altenius lanserade konceptet där personer som känner sig ensamma kan finna likasinnade genom olika aktiviteter som man själv lägger upp som ett evenemang på nätet.

Bakgrunden till detta är Christians egna erfarenheter av att vara ensam.

- Jag hade flyttat ifrån Skåne tio år tidigare för att studera, och bodde i Stockholm. Sedan hände livet. En relation tog slut och även på arbetet knakade det i fogarna. Jag behövde en nystart, så jag flyttade hem. Jag fick ett kanonjobb, en kanonlägenhet och kände att det här blir jättebra.

Men?

- Jag märkte efter en tid att jag jobbade väldigt mycket, kände mig stressad i kroppen utan att kunna sätta fingret på varför. Även fast jag tränade på gym för att må bra, så mådde jag inte bättre. Det är klart att jag någonstans förstod vad det hela handlade om. Jag hade inga kompisar.

Kompisarna som alla bodde i Stockholmsområdet, hälsade Christian på så ofta



Att förebygga ensamhet, verka för gemenskap och skapa sociala sammanhang, det är Citypolarnas huvudfokus säger medgrundaren Christian Altenius.

FOTO: ABEBE ASRES

han kunde. Gärna med natttåg varje helg. Tills det inte blev hållbart längre.

- Jag minns det så väl. Jag låg i min nattkupé, klockan var 23.34 när jag just där och då sa till mig själv halvhögt att "Christian, det här går inte längre. Erkänn det: Du vågar inte vara själv". Jag var ofrivilligt ensam. Något behöver hända och det nu!

Detta var alltså före sociala mediernas intåg i var mans mobil.

- Året var 2006. Vilka kanaler kunde man gå igenom då för att hitta nya kompisar?

Dejtingsajter visade sig vara inkörsporten för just detta skulle det visa sig.

- Jag skapade en form av kontaktannons på en sån där sajt där jag rakt upp och ner skrev något i stil med att jag var nyinflyttad och behövde

nya kompisar, i synnerhet killkompisar.

Responset lät inte vänta på sig. En dygn senare hade Christian fått en uppsjö av vänförfrågningar.

- På en sommar hade jag lyckats få ihop 300 kompisar på det här sättet, vilket var superkul. Facebook eller Instagram fanns inte då.

- Jag insåg att det fanns ett behov från båda håll, män och kvinnor som sökte sätt att lära känna nya människor på, utan att det för den sakens skull behövde vara en kärlekspartner man var ute efter.

2008 lanserades vad som kom att bli grunden till aktivitetssajten Citypolarna som drivs som en ideell förening och som i dag har medlemmar över hela landet, däribland Västerbotten och Umeå.

Vilka riktar sig Citypolarna till?

- Citypolarna är som en "kompisklubb", där medlemmarna själva lägger upp olika aktiviteter för varandra, fritt fram att hänga på. Perfekt för dig som exempelvis är nyinflyttad, föräldraledig, nyseparerad, ja egentligen för vem som helst som vill variera sin umgängeskrets och de aktiviteter man hittar på under sin fritid.

Hur kommer man då i gång?

- Det är bara till att välja en av de många aktiviteter du tycker verkar spännande och hänga med. Alla på Citypolarna vet att det hela tiden kommer nya människor, så det är bara till att ta mod till sig, kliva fram och säga "Hej! Jag är ny här!", så är du redan en i gänget!

Att bli medlem i City-

polarna är gratis och du kan registrera dig direkt. Som Citypolare kan du lägga upp egna aktiviteter i kalendern och delta på alla aktiviteter som är vita -öppna aktiviteter. Dessa är sökbara på nätet och når därför många. Vill du även delta på aktiviteter i kalendern som är färgade - plusaktiviteter - behöver du bli Citypolare Plus, det kostar 295 kronor per år. Plusaktiviteterna är inte sökbara på nätet och syns bara för andra Citypolare.

Slutet av januari anordnade Seniorortorget i Umeå en tvåveckors kampanj med namnet Säg hej. Syftet var att fler människor i alla åldrar skulle känna sig mindre ensamma. Och öka vänskapen i samhället. Christian var en av dem som deltog under eventet.

- När jag var uppe i Umeå

Det här är Christian

Namn: Christian Altenius
Ålder: 53
Bor: Ängelholm, Skåne
Familj: Sambo, två barn i skolåldern och en mysig katt som heter Kalle.
Gör: Social entreprenör. Det vill säga, tar fram lösningar på olika samhällsrelaterade utmaningar.
Intressen: Att göra mycket ihop med familjen, gärna utomhus. Scoutledare.
Hemsidor: Citypolarna: citypolarna.se, Hela Sverige säger HEJ: sverigehej.se och Altenius Social Innovation & Communication: altenius.com.

och föreläste på temat Socialisera mera!, så var det just vikten av gemenskap och samhörighet som var i fokus. Om hur viktigt det är att vi håller i våra olika sociala sammanhang genom hela livet. Inte hade jag väl då kunnat ana att vad som skulle följa några veckor senare med de tragiska händelserna i Örebro.

Han fortsätter.

- En tragedi där bilden av gärningsmannen blir allt tydligare: en socialt isolerad, desillusionerad och ensam person. Ensamhet, detta gift som påverkar vår psykiska och fysiska hälsa. Man brukar prata om att ensamhet dödar. Nu ser vi även hur ensamheten kan forma en massmördare. Men mitt i allt det tragiska kan jag ändå inte annat än bli en smula varm om hjärtat, när nu uttryck som gemenskap, samhörighet, och närhet dyker upp. Det finns hopp. Och vi vet att ensamhet inte behöver vara en slutstation. Det finns alltid en väg tillbaka till gemenskap och sociala sammanhang.

Lina Wahlremo Sjöländer



Christian Altenius och Seniorortgets Mia Wählin, poserade glatt inför Weekends fotograf i samband med Säg hej-kampanjen i januari månad, där en av programpunkterna var diskodans.



Christian Altenius, medgrundare till de sociala nätverket Citypolarna, är en av dem som Seniorortorget bjöd in som gäst till Umeå i samband med deras tvåveckors kampanj Säg hej i slutet av januari i år.



- Just nu, i på många vis kärva tider, är det så otroligt viktigt att vi är där för varandra, hur klyschigt det än må låta. Att vi ser varandra i vardagens lilla och stora. Inger hopp för varandra. Tar hjälp av varandra. Och allt det här börjar med ett enkelt Hej".