

Det är andelen vuxna i den svenska befolkningen som var engagerade i någon form av ideellt arbete år 2014.

Det är antalet hjälporganisationer i Sverige med 90-konton. Vissa skickar pengar eller andra resurser direkt till de behövande medan andra gör preventiva insatser.

## Volontär – en chans att göra

När tandläkare Claes Rydevik blev pensionär sålde han sin klinik och förverkligade en dröm: att arbeta som volontär.

– Det ger så oerhört mycket, både glädjen att få göra en insats och att samtidigt få många nya vänner, säger han.

TEXT: MATS KARLSSON  
FOTO: CLAES RYDEVIK

Redan som ung arbetade Claes Rydevik ideellt med barn och ungdomar, bland annat inom scouterna och som ledare på seglarläger.

Men han hade bestämt sig för att resa ut som volontär under längre perioder den dag han blev pensionär. Och så blev det. Efter att han sålt den Praktiker-tjänstanslutna kliniken, som han drev vid Hornstull på Söder i Stockholm under åren 1977–2013, fick han möjlighet att förverkliga sina planer.

GENOM ROTARYS LÄKARBANK fick han information om ett projekt vid Gundua Health Centre i Kenya. Det var ett volontäruppdrag på sex veckor. Rotarys Läkarbank betalade resan och han fick ett traktamente som i stort täckte kostnaderna för mat och logi.

Uppdraget gick ut på att vara med och bygga upp tandvårds-



● I volontärarbetet ingår även undervisning. – Det finns ett stort behov av information om kost och munhygien, säger Claes Rydevik.

### Claes Rydevik

ÅLDER:  
65 år.

ARBETE:  
Privattandläkare 1977-2013.

UTBILDNING:  
Tandläkarexamen i Stockholm 1977.

FRITID:  
Reser ofta med frun, inte minst med husbilen, samt tillbringar en hel del tid i fritids-  
huset i Dalarna.

verksamheten. Någon sådan hade inte funnits vid centret. I arbetet ingick också att utbilda personal som sedan skulle kunna arbeta som assistenter och tandsköterskor. Vid centret var och är tandvården främst inriktad på barn i åldrarna 3 till 15 år eftersom det inte finns någon skoltandvård där, men man tar även emot vuxna.

I volontärjobbet ingick också att besöka skolor för att informera om munhälsa, och att screena barn, som sedan får kostnadsfri vård vid centret. Den fria vården sponsras av Rotary. Äldre patienter får betala en liten avgift.

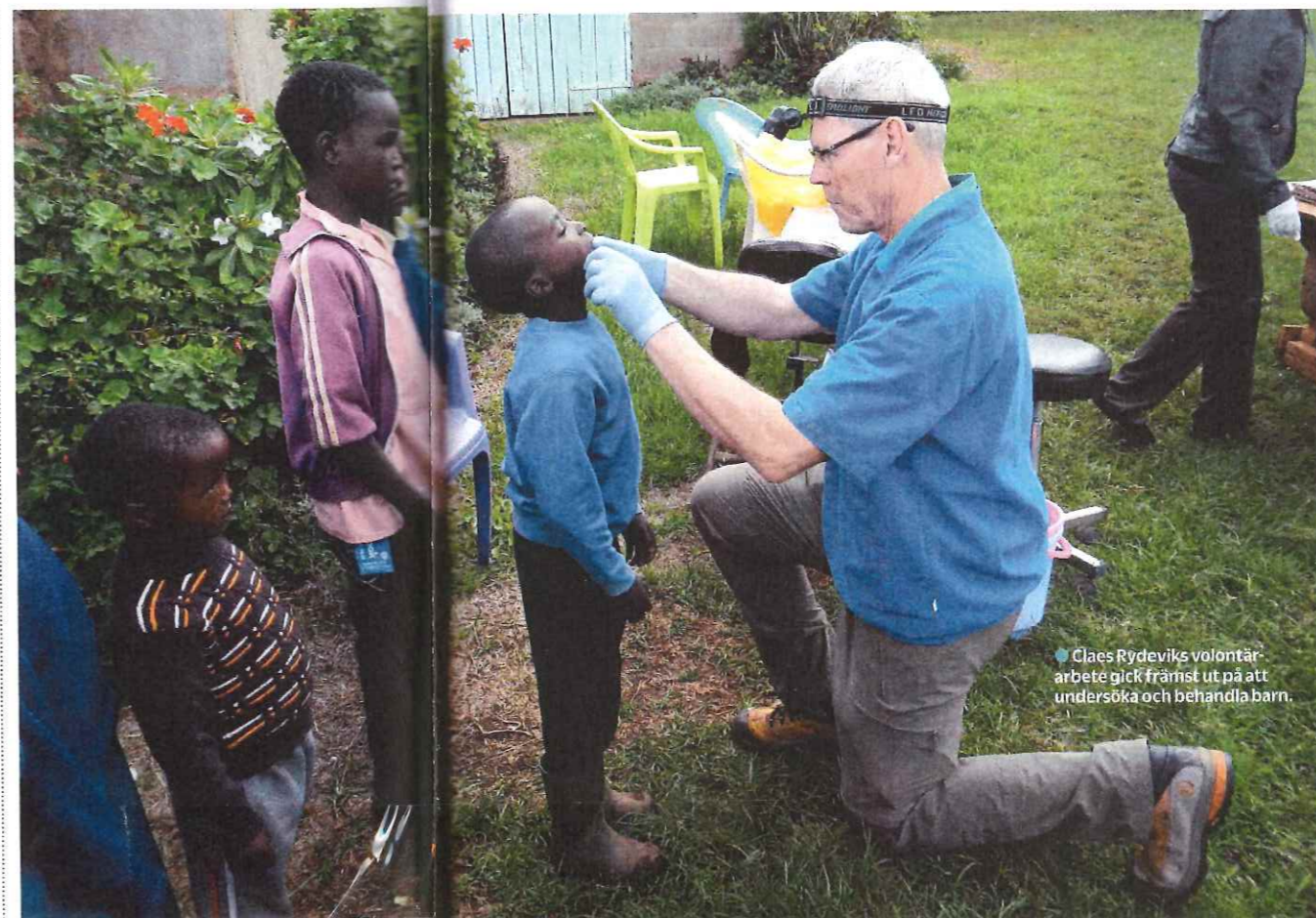
– Det finns ett stort behov av information om kost och munhygien. Patienterna har ofta mycket karies. Behandlingsbehovet är främst extraktioner, exkavering, fyllningsterapi samt depurationer, berättar Claes Rydevik.

ARBETSTIDEN HAR I huvudsak varit förlagd från måndag till fredag, från 8 till 16, men har också påverkats av hur stor patienttillströmningen varit. Förutom klinikarbetet har det också inneburit många och ibland långa resor tillsammans med tandsköterskan till olika skolor.

Trots att den orala hälsan ofta är mycket dålig bland befolkningen har han inte känt frustration inför den omfattande vårdinsats som behövs.

– Nej, det har bara varit positivt; jag åker ju ner för att hjälpa till, och finns det ett stort vårdbehov är jag och Rotarys Läkarbank på rätt plats. Trots allt bidrar jag ju med det jag kan och hinner, säger han.

Efter den första volontärperioden har han rest tillbaka tre gånger.



● Claes Rydeviks volontärarbete gick främst ut på att undersöka och behandla barn.

– Det var så givande och så meningsfullt, inte minst att få arbeta tillsammans med fantastisk kompetent kenyansk personal. Dessutom är det en adrenalinkick av stora mått att stå på en skolgård framför 300-500 knäpptysta elever och informera om kost och munhygien och sedan få screena eleverna tillsammans med den kenyanska tandsköterskan.

Och han ska resa tillbaka; i januari blir det ytterligare en sexveckorsperiod i Kenya, denna gång till ett par andra platser

## skillnad

där han ska hjälpa till med att bygga upp en mobil tandvårdsverksamhet.

Claes Rydevik uppmanar andra att utnyttja möjligheten att arbeta som volontär.

– Det ger så mycket glädje och tillfredsställelse, säger han, och passar samtidigt på att ge några tips:

– Längre vistelser gör att man får en bättre upplevelse eftersom man hinner lära känna kultur och människor bättre. Att lära sig lite av det lokala språket är bra. Men också att vara flexi-

bel – tidsbegreppet är annorlunda; har du bett någon komma vid 10-tiden innebär det kanske att personen kommer någon gång under dagen. ●

### Organisationer med volontärer

Det finns ett flertal organisationer som skickar ut tandläkare som volontärer, bland andra:

- Tandläkare utan gränser
- Operation Smile
- Rotary
- Rotarys Läkarbank
- Projekt Abroad
- Skandinaviska institutet
- Ncuma Tandhälsa
- Stadsmissionen

# 7

tips till dig som vill arbeta som volontär

**1 Kontrollera den organisation** du är intresserad av att arbeta för; be att få referenser från andra tandläkare som gjort volontärtjänst för organisationen. Hur tyckte de att det var att arbeta med organisationen? Hur såg arbetsvillkoren ut?

**2 Ingår rese- och sjukförsäkring** i arrangemanget eller måste du ordna detta själv? Måste du ha visum?

**3 Kontakta en vaccinationsmottagning** för att få information om vilken/vilka vaccinationer som är nödvändiga.

**4 Vissa organisationer** står för resan samt traktamente för att täcka mat- och boendekostnaden, andra låter volontärerna betala ur egen ficka.

**5 Stanna om möjligt** en längre tid än ett par veckor eftersom du då får en chans att komma in i arbetet och den nya kulturen.

**6 Har du möjlighet** så försök lära dig några ord och fraser i språket innan du reser – det är alltid uppskattat bland dem du arbetar med eller bland patienterna du möter.

**7 Även om behovet** av vård är oerhört stort – tänk på att varje insats gör skillnad.