

Han strikker til de som fryser – fysisk eller psykisk

Remi Tasc er sykepleier og har startet «Åmtanke». Et prosjekt hvor han og andre frivillige strikkere, strikker gensere til noen som trenger varme.



ÅMTANKE: – De grå tonene står for stabilitet, mens kontrastene symboliserer livets utfordringer og særegenheter. Stripene viser hvordan livet kan ta ulike retninger, forteller Remi Tasc. Foto: Julie Borge Blystad

Julie Borge Blystad

Sist oppdatert: 27.12.24 | Publisert: 27.12.24

– Det finnes mange måter å fryse på, sier Remi Tasc til Psykologisk.no.

LEDIG STILLING: Ledig kontor for psykolog på kveldstid ved Institutt for Psykologisk Rådgivning i Bergen

Han har startet Åmtanke – et strikkeprosjekt hvor folk kan donere penger til garn og frivillig strikke gensere til de som trenger varme, enten det er fysisk, psykisk eller emosjonelt.

For Åmtanke handler om mer enn ull og kuldegrader:

– Å fryse kan være en fysisk opplevelse, men også noe som skjer innvendig – følelsesmessig eller psykisk. Og det er en subjektiv opplevelse. Derfor er Åmtanke for alle. Alle kan oppleve at livet føles kjølig, til tider.

– Ingen er feilfri

Tasc jobber til vanlig som sykepleier på psykoseenheten på Gaustad. Han har videreutdanning innen traumer og voldsriskovurdering. Også strikker han – både på jobb og utenom.

For strikketøyet er alltid med. Mens trepinnene jobber maske for maske, forteller han om Åmtanke-prosjektet:

– For meg er strikkingen nesten som *fidget-toys*, jeg sitter alltid med strikketøyet når jeg ser TV og sånn. Også liker jeg jo det å kunne gi det bort, sier han og fortsetter:

– Akkurat nå strikker jeg en genser til broren til en dame som tok kontakt. Han er langtidsinnlagt et sted, forklarer Tasc.

Men egentlig trenger han ikke å vite grunnen for hvorfor noen trenger eller har lyst å gi bort en genser. For Tasc handler Åmtanke om tillit: Hvis noen trenger en genser, stoler han på at det finnes en god grunn eller en omtanke bak forespørselen.

Formålet med Åmtanke er å strikke ullplagg som gensere, votter, luer, sokker og annet som gis bort til «folk som fryser».

– Det finnes mange måter å fryse på. Det kan være fysisk, psykisk eller emosjonelt. Det er noe vi alle kan oppleve i løpet av livet, sier Tasc.

Navnet *Åmtanke* er bevisst feilstavet:

– Da genserne først og fremst gikk til folk på gata, ville jeg gi dem et lite overtak. Det er mye stigma knyttet til å være på gata, og mange ser ned på dem. Jeg tenkte at hvis noen besserwissere skulle kommentere at *omtanke* skrives med O, kunne de bare svare: «Det vet jeg, men omtanke med Å er også omtanke», sier Tasc og legger til:

–Ingen er feilfri.

Fra egenerapi til et internasjonalt prosjekt

Åmtanke feiret fem år i år. Da Tasc startet prosjektet, jobbet han innenfor rusomsorgen på Nesodden med det som ofte omtales som «de tyngste brukerne».

– Jeg jobbet tett med folk som virkelig slet. Én av dem fulgte jeg ekstra tett. Han var en ordentlig sliter, med mye bagasje, men også en skikkelig fin fyr, forteller Tasc.

Da mannen gikk bort, ønsket Tasc å hedre ham på sin måte.

– Han viste omtanke for sine medboere, enten det var å lage mat i mikroen, handle for dem eller dele dopet sitt. På sitt vis var det kjærlighet. Jeg bestemte meg for å strikke en genser som kunne gis bort til dem som brukte ufrivillig mye tid på gata i Oslo, sier Tasc.

Samtidig var Tasc i et vanskelig forhold preget av aggresjon og sosial kontroll, hvor han ikke fikk lov til å holde på med strikke-prosjektet.

– Da bruddet kom, trengte jeg noe for meg selv – noe som kunne hjelpe meg med å ta meg selv tilbake. Det ble starten på at prosjektet vokste. Alle kan trenge litt varme og omtanke, sier han.

Det som begynte som et lite prosjekt og en form for egenterapi, har i dag vokst til en landsomfattende dugnad. Tasc reiser nå både nasjonalt og internasjonalt for å holde foredrag og strikke – i tillegg til full jobb som sykepleier.

LES OGSÅ: Forsker foreslår strikking på blå resept

Soldater i Åmtanke-genser

Den første Åmtanke-genseren ble ferdig 6. juli 2019. Siden den gang har hundrevis av gensere blitt strikket og gitt bort – både rundt om i Norge og utenlands.

I begynnelsen dekket Tasc alle kostnadene selv, og det tok lang tid før han godtok å ta imot penger fra venner og bekjente som ville støtte prosjektet.

– Det var min greie, og det ga meg så mye å strikke og dele ut gensere. Å bruke 30 000 kroner i året på garn var helt greit for meg. Det er jo det folk bruker på snus, røyk og sånne ting, sier han.

Da krigen brøt ut i Ukraina, begynte Tasc å spørre seg selv: *Hva kan jeg bidra med?*

I samarbeid med Ukrainsk Forening Øst-Norge startet han den nasjonale dugnaden «Åmtanke til Ukraina», som resulterte i at mellom 150 og 200 gensere, luer og votter ble sendt til Ukraina.

Mange ønsket å engasjere seg, og Tasc begynte å dele ut strikkepakker til frivillige strikkere som ville bidra. Oppskriften på Åmtanke-genseren ble oversatt til flere språk og har blitt lastet ned titusenvis av ganger fra nettsiden.

På det mest intense, da nyhetene var fylt med bilder fra krigen, fikk Tasc en spesiell hilsen: bilder fra Bakhmut i Ukraina, hvor ukrainske soldater bar genserne han hadde laget.

– Da hadde prosjektet vokst enormt. Fra å være mitt lille prosjekt, var det plutselig sendt ut i verden til mennesker som virkelig trengte det, forteller han.

– Godhet smitter

Prosjektet fortsatte å vokse, og flere store strikkefestivaler har valgt Åmtanke som sitt

strikkeprosjekt.

For Tasc handler det om å se hverandre og gjøre en forskjell, maske for maske:

– Å skape noe for andre, bit for bit, er veldig fint. Jeg tror de som får en slik genser kjenner en godhet som sprer seg på en positiv måte, sier Tasc.

Han har også lagt merke til hvordan godhet kan inspirere videre. Flere som har mottatt gensere, spør om de kan bidra tilbake:

– Godhet smitter, sier han med et smil.

I år er det Frelsesarmeen som mottar gensere, og Tasc anslår at de runder rundt 100 gensere som blir gitt bort denne vinteren til mennesker som trenger det.

Hvor mye omtanke som faktisk finnes

For Tasc er Åmtanke for alle – uavhengig av politikk, religion, økonomi, kjønn, legning eller funksjonsevne.

– Alle kan trenge omtanke. Livet er sjelden bare en dans på roser. Enten man har hatt en dårlig eksamen, mistet noen, eller vært syk lenge, så kan en genser bety noe.

Tasc deler oppdateringer om Åmtanke på Instagram og Facebook, hvor prosjektet koordineres og donasjoner samles inn. Han oppfordrer alle som vil, til å prøve seg på en Åmtanke-genser – og stoler på at folk har gode hensikter.

– Ingen skal sitte med dårlig samvittighet hvis de ikke blir ferdig. Det skal være gode vibber hele veien. Om jeg har blitt lurt noen ganger? Mulig, men det går jo fint. Jeg tror folk stort sett er gode mennesker.

Tasc peker på hvor fint det er at så mange rundt i Norge ønsker å bruke tid på å strikke en genser til noen de ikke kjenner.

– Bare det å gi en genser til en fremmed, uten å få noe tilbake, sier noe om hvor mye omtanke som faktisk finnes der ute, avslutter Remi Tasc til Psykologisk.no.

LES OGSÅ: – Vi må slutte å sette kjønnene opp mot hverandre (+)