

Inriktningsdokument för fortsatt arbete med att förebygga ensamhet bland äldre



Inriktningsdokument för fortsatt arbete med att förebygga ensamhet bland äldre

Ett delprojekt inom Framtidssäkrad välfärd

Inom ramen för Framtidssäkrad välfärd har omsorgsnämnden och föreningslivet tagit fram ett inriktningsdokument för fortsatt arbete med att förebygga och motverka ofrivillig ensamhet bland äldre.

Ensamhet i siffror

Statistiska centralbyrån genomför regelbundet undersökningar av levnadsförhållanden i Sverige. Från och med undersökningen 2020 ställs frågor specifikt om ensamhet. Resultaten redovisas på nationell nivå.

I hela åldersgruppen 65+ år var andelen som kände sig ensamma hela tiden eller för det mesta 6,7 %, men ökade till 9,9 % i åldersgruppen 80+ år. Ser vi enbart till åldersgruppen 85+ år var det så stor andel som 17 % som kände sig ensamma hela tiden eller för det mesta.

Samhällsviktig satsning

Studier visar att isolering och brist på stöd påverkar den psykiska hälsan. Andelen personer som inte deltar i sociala och kulturella aktiviteter ökar med åldern. Äldre med nedsatt psykiskt välbefinnande rapporterar oftare att de saknar emotionellt eller praktiskt stöd. Det finns samband mellan social isolering och depressiva symptom hos äldre.¹

Målet med en överenskommelse om samverkan med föreningslivet är att med gemensamma ansträngningar minska äldres upplevelse av ofrivillig ensamhet samt bidra till att skapa ett sammanhang och en känsla av gemenskap.

En förväntad effekt av ökade sociala kontakter och en känsla av socialt sammanhang är ett ökat välmående hos äldre.

Detta kan i sin tur kan skjuta upp behov av olika stödinsatser från kommunen och därmed dämpa ökningstakten för det samlade behovet av vård- och omsorgsinsatser och därmed behov av personal inom dessa verksamheter.

¹ *Psykisk ohälsa vanligt bland personer 65 år eller äldre – men det går att förebygga*, Ett kunskapsstöd om äldres psykiska ohälsa, Folkhälsomyndigheten, 2021

Gemensamt engagemang

Föreningar spelar en viktig roll i samhället. Både för att skapa gemenskap och aktiviteter och därmed förebygga ofrivillig ensamhet, men även för att ge människor möjlighet att påverka sin vardag och samhället i stort.

Omsorgsnämnden samverkar sedan många år med det lokala föreningslivet, kopplat till verksamheter och aktiviteter för kommunens äldre. Föreningslivet har genom sitt arbete och engagemang bidragit till att omsorgsnämndens olika former av stöd, såsom föreningsbidrag, aktivitetspeng för 75+ och aktivitetsbidrag, fått ett meningsfullt innehåll med goda effekter för kommuninvånarna.

Omsorgsnämndens insatser för att förebygga ofrivillig ensamhet

Genom *föreningsbidraget* får flera av kommunens pensionärsföreningar årligen stöd för att aktivera och stimulera pensionärer till olika aktiviteter med avsikt att motverka ensamhet, isolering, inaktivering och psykisk ohälsa.

Omsorgsnämnden fördelar även ett *aktivitetsbidrag*, som föreningarna i samverkan med aktivitetshusen använder för att arrangera sociala sammankomster. Alla äldre är välkomna till dessa sammankomster men särskilt fokus ska vara att nå ut till kommuninvånare som inte vanligtvis har möjligheter att delta i arrangemang och aktiviteter som anordnas för pensionärer.

Kommunens *aktivitetshus* har uppdraget att erbjuda en verksamhet som är inriktad på att skapa en ökad gemenskap mellan individer, livsglädje och samhörighet bland kommunens äldre. Syftet är att öka det fysiska och psykiska välbefinnandet genom socialt umgänge och gemensamma aktiviteter. Genom t.ex. verksamhetsråd ges målgruppen inflytande över utbudet av aktiviteter.

Aktivitetscheck för kommuninvånare som är 75 år och äldre ska främja sociala, fysiska eller kulturella aktiviteter och därmed förebygga ensamhet. Ett flertal av kommunens pensionärsföreningar är idag godkända aktivitetsutförare.

Under 2021 har en *äldre- och anhöriglots* tillsatts. I uppdraget ingår att arbeta med uppsökande verksamhet i ordinärt boende för samtal, stöd och hjälp att bryta ofrivillig ensamhet, såsom introduktion till kommunens aktivitetshus. Äldre- och anhöriglotsen samverkar med pensionärsföreningar, aktivitetshusen m.fl. Äldre och anhöriglotsen har hög tillgänglighet för kommunens äldre, med dagliga telefontider.

I det fortsatta arbetet med att förebygga ensamhet bland äldre ska omsorgsnämnden verka för att:

- sprida information om föreningarnas verksamhet via t.ex. förebyggande hembesök, äldre- och anhöriglots samt aktivitetshus, med syftet att nå ut till fler äldre som ännu inte tagit steget att kontakta en förening.

- personal som utför insatser i ordinärt boende och personal i aktivitetshuset informerar om föreningarnas aktiviteter och arrangemang och därmed är ett stöd för pensionärsföreningarna att nå målgruppen med information.
- underlätta en ökad samverkan mellan aktivitetshuset och föreningslivet.
- myndigheten i samband med att den enskilde får ett beslut om dagverksamhet eller plats i vård- och omsorgsboende eller annan insats där det bedöms lämpligt, informera den enskilde och dess närstående om Vellinge Demensförenings verksamhet och överlämnar föreningens kontaktuppgifter.
- erbjuda pensionärsföreningarna informationsinsatser med fokus på bemötande vid demenssjukdom och att se och upptäcka tidiga tecken på demenssjukdom.
- anordna minst en föreläsning per år riktad till kommunens seniorer, med ett hälsofrämjande perspektiv utifrån olika teman t.ex. ofrivillig ensamhet, läkemedel för äldre, att äta rätt på äldre dar etc. Syftet är att skapa möten mellan kommunens äldre och samtidigt öka kunskapen om det normala åldrandet och ge förebyggande tips på hur man håller sig frisk längre.

Föreningarnas arbete med att förebygga ofrivillig ensamhet bland sina medlemmar

Pensionärsföreningarna samt Vellinge Demensförening erbjuder en stor mängd aktiviteter och mötesplatser som ger möjlighet till gemenskap och att bryta isolering.

Inom föreningarna tas ett stort socialt ansvar för medlemmarna, då man förutom att anordna en mängd aktiviteter, med stor variation utifrån intressen, även arbetar uppsökande och tar kontakt med enskilda medlemmar.

En del föreningar, såsom Vellinge Demensförening erbjuder sina medlemmar såväl information och utbildning som individuella stödsamtal.

Utöver detta kommer föreningarna även att verka för att:

- sprida information om möjligheten att ta kontakt med kommunens äldre- och anhöriglots när de har frågor, känner oro för någon annans situation etc.
- hålla dialogen om ofrivillig ensamhet levande internt i föreningarna.

Detta inriktningsdokument gäller under 2022-2023. Föreningarna ska tillsammans med kommunen göra en översyn av innehållet i inriktningsdokumentet vartannat år.

Inriktningsdokumentet har tagits fram av:

Omsorgsnämnden

Föreningarna i Kommunala pensionärsrådet

Vellinge Demensförening