



Utredningsuppdrag - Ensamhet hos äldre

Bakgrund

Kommunfullmäktige beslutade 2024-06-18/§ 47 att ge omsorgs- och socialnämnden ansvar för utredningsuppdraget ensamhet för äldre, för att få en bild av hur ensamheten ser ut för äldre i Mjölby kommun. Utredningen ska enligt beslutet ske tillsammans med kultur- och fritidsförvaltningen. Utredningen ska färdigställas för att kunna utgöra underlag inför budgetbeslut våren 2025.

Sammanfattning

Socialstyrelsen har delat upp ensamhet i tre olika definitioner, social ensamhet, emotionell ensamheten och existentiell ensamhet

Sammanställningen av Folkhälsorapporten visar att antal äldre ökar vilket innebär att behoven av vård och omsorg kommer öka och ett ökat behov av arbetskraft. För att bidra till äldres livskvalitet och självständighet behövs ett hälsofrämjande och förebyggande arbete genom hela livet, kring social gemenskap och kring levnadsvanor i form av fysisk aktivitet och hälsosamma matvanor.

Det erbjuds många olika aktiviteter i Mjölby kommun men det är svårt att nå ut till alla. De tre mötesplatser som finns i kommunen har ungefär 100 unika besökare. Föreningar och andra aktörer erbjuder många aktiviteter för äldre men även de har svårt att nå alla.

Det finns behov av att fortsätta utreda hur Mjölby kommun ska kunna arbeta uppsökande och förebyggande för att motverka ofrivillig ensamhet. Men även hur vi som kommun kan erbjuda aktiviteter utifrån jämlika och jämställda villkor som är ett av målet med socialtjänstens omställning.

Beslutsunderlag

Tjänsteskrivelse - Utredningsuppdrag - Ensamhet hos äldre, 2025-03-10
Bilaga till tjänsteskrivelse – Synpunkter från äldre
Sammanställning av medborgardialogerna på mötesplatserna.
Faktablad – Äldres livsvillkor och hälsa, 2025-03-10
Muntlig föredragning av verksamhetschef Hälso- och sjukvård och hemtjänst

Omsorgs- och socialförvaltningens förslag till beslut

1. Omsorgs- och socialnämnden har tagit del av redovisad slutrapport.
2. Slutrapporten tillställs kommunstyrelsen.

Datum	2025-03-10
Diarienummer	OSN/2024:135

Antal invånare över 65 år Mjölby kommun per 2023-12-31										
Totalt antal invånare Mjölby kommun 2023-12-31: 28 576										
Varav antal invånare 65+ år: 6212, motsvarande ca 22 %										
Av dessa är ca 47 % kvinnor och 53 % män										
Tabellen visar fördelningen av invånare i femårsklasser från 65 år och uppåt										
Se filk 2 för samtliga åldrar										
Kön	65 år - 69 år	70 år - 74 år	75 år - 79 år	80 år - 84 år	85 år - 89 år	90 år - 94 år	95 år - 99 år	100 år -	Total	Andel män/ kvinnor 65+ 
Män	748	711	700	456	226	79	13	-	2933	47,22%
Kvinnor	704	730	753	559	304	162	60	7	3279	52,78%
Total	1452	1441	1453	1015	530	241	73	7	6212	
Andel av total bef	5,08%	5,04%	5,08%	3,55%	1,85%	0,84%	0,26%	0,02%	21,74%	
Källa: SCB MONA Supercross, hämtad 2024-11-19										

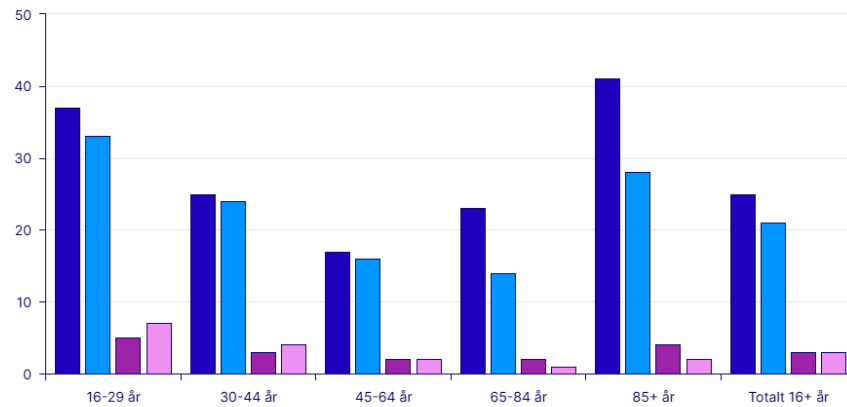
Tjänsteskrivelse

Datum 2025-03-10
Diarienummer OSN/2024:135

Datainsamling från SCB angående ensamhet och Kolada sammanställning från Socialstyrelsens nationella brukarundersökning "Vad tycker de äldre om äldreomsorgen?" samt medborgarundersökningen.

Besvär av ensamhet och isolering för personer 16 år och äldre efter ålder 2022

Andel (%) i respektive åldersgrupp



Diagramförklaring

● Kvinnor, lätta besvär ● Män, lätta besvär ● Kvinnor, svåra besvär ● Män, svåra besvär

Kommentarer

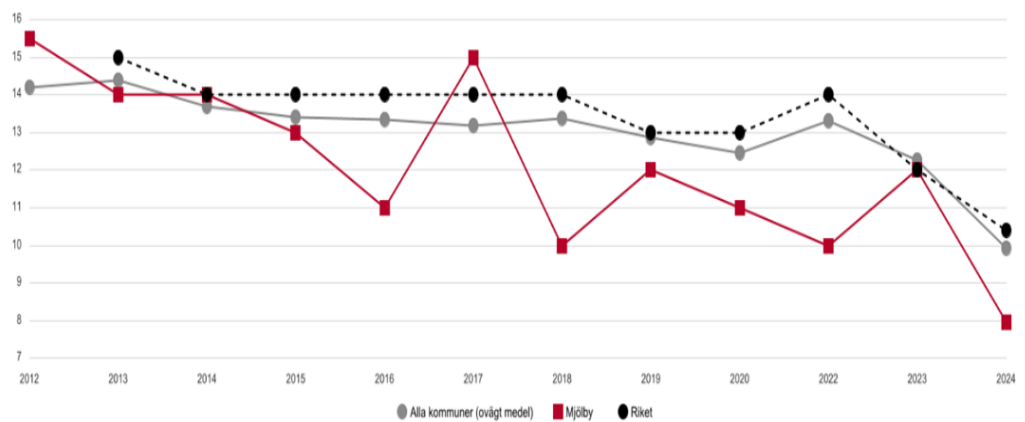
Redovisningen bygger på frågor i Nationella folkhälsoenkäten: Upplever du besvär av ensamhet och isolering?

Källa

Folkhälsomyndigheten, publicerad i På tal om kvinnor och män 2024, SCB

Sveriges officiella statistik

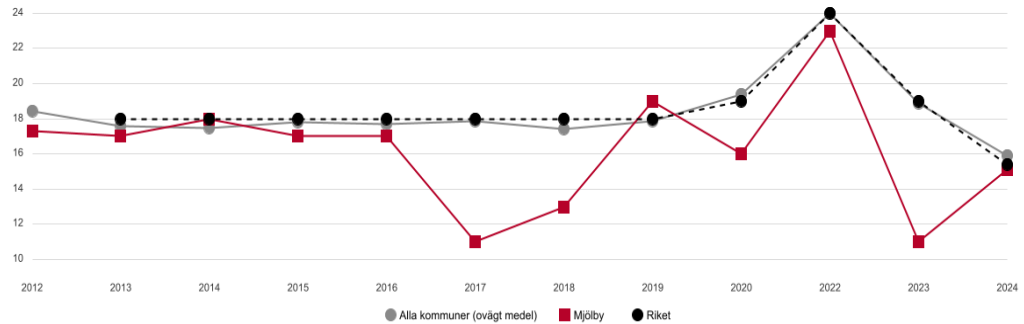
Brukarbedömning hemtjänst äldreomsorg - besvär av ensamhet, andel (%). Källa Kolada



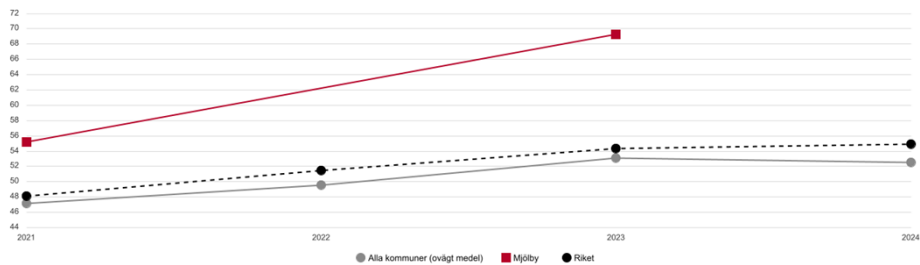
Tjänsteskrivelse

Datum 2025-03-10
Diarienummer OSN/2024:135

Brukarbedömning särskilt boende äldreomsorg - besväras ofta av ensamhet, andel (%). Källa Kolada



Medborgarundersökningen - Bra utbud av ställen (t.ex. träffpunkter) för äldre att träffas på i kommunen, andel (%). Källa Kolada



Vilka aktiviteter finns i dag för äldre i Mjölby kommun?

Aktivitetsdagar för personer som är 65 år och äldre anordnas fyra gånger per år av kultur- och fritidsförvaltningen och omsorgs- och socialförvaltningen. Aktivitetsdagarna är ett tillfälle att visa upp vilka möjligheter som finns för seniorer inom föreningslivet.

Kulturdag anordnas en gång per år i samverkan med Seniorföreningarna.

Medborgare som har fyllt 80 år blir inbjuden till en informationsträff för att få veta vilka insatser Mjölby kommun erbjuder för att underlätta vardagen. Ansvarig är anhörigkonsulent inom omsorgs- och socialförvaltningen.

Samarbete sker med vårdcentralen i Skänninge. Vårdpersonalen uppmärksammar personer som uttrycker ensamhet och kan då vara en länk till vidare kontakter.

Äldremottagningar finns på alla tre vårdcentraler i Mjölby kommun. De informerar bland annat om de aktiviteter som finns i kommunen. Genom att bygga förtroende kan frågor om ensamhet ställas.

Aktiv vardag. När en person beviljas trygghetslarm erbjuds ett fallförebyggande hembesök. Det är kostnadsfritt och genomförs av kommunens arbetsterapeut. Arbetsterapeuten kommer hem till personen och tillsammans går igenom situation och miljö. Här ges även möjlighet att informera om mötesplatser.

Tjänsteskrivelse

Datum 2025-03-10
Diarienummer OSN/2024:135

Mötesplatserna Tunet, Hatten och Zenit är öppna verksamheter. Deras månadsprogram publiceras på mjolby.se samt anslås på olika platser i kommunen.

Några besökssiffror

- Mötesplats Tunet januari-november 2024 = 1682 besök
- Mötesplats Hatten januari-november 2024 = 2951 besök
- Mötesplats Zenit 2023= 3737 besök, 2024= 3891 besök

Trygghetsboenden. Det finns Trygghetsvärdar som genomför aktiviteter på Trygghetsboendena. Som exempel erbjuds gäster som flyttar in på ett trygghetsboende ett välkomstsamtal för att skapa en kontakt och påbörja ett förtroende som krävs för det fortsatta salutogena arbetet. I välkomstsamtalet tas även frågor upp om den enskilde individens önskningar/intressen; om individen besitter någon kunskap som denne kan/vill delge övriga gäster eller om hon/han har önskemål om särskilda aktiviteter. Därefter följer ett salutogent arbete med ett kreativt förhållningssätt, där man som trygghetsvärd fortsätter att skapa förtroende och meningsfullhet för varje individ.

Trygghetsvärdarna arbetar med **ABC-modellen för god psykisk hälsa** och försöker inspirera kommuninvånare att vara aktiv, uppleva social gemenskap och ha syften och mål i livet.

ABC för god psykisk hälsa handlar om att **göra något aktivt, göra något tillsammans och göra något meningsfullt**. Detta sker i samverkan med region Östergötland

ABC för god psykisk hälsa är inspirerad av metoden Act Belong Commit (ABC), som har sitt ursprung i Australien.

Förebyggande arbete sker via Mötesplatser och trygghetsboenden. Men också via hemtjänsten och legitimerad personal som informerar om mötesplatser och aktiviteter. Omsorgs- och socialförvaltningen samverkar med Kultur- och fritidsförvaltningen som stödjer vissa föreningar som erbjuder aktiviteter.

Matens betydelse Att laga mat till sig själv och sedan äta maten ensam beskriver många som tråkigt och som det väljer bort. För äldre personer är ett av de främsta målen med hälsosamma matvanor att bevara fysisk funktion i så stor utsträckning som möjligt, vilket ger möjlighet till självständighet. Målet om att förebygga välfärdssjukdomar är fortfarande aktuellt långt upp i åldrarna. Men hos sköra äldre personer är måltidernas betydelse för att bevara god livskvalitet och funktionsförmåga högre prioriterad än betydelsen av att förebygga övervikt och livsstilsrelaterade sjukdomar. Flera av verksamheterna erbjuder mat till självkostnadspris vilket är en uppskattad aktivitet.

Samverkan sker med Bostadsbolaget. Bostadsbolaget bidrar med medel för att skapa aktiviteter för besökare/hyresgäster på mötesplatser och trygghetsboende.

Tjänsteskrivelse

Datum 2025-03-10
Diarienummer OSN/2024:135

Det finns digitala plattformar som är tillgängliga för alla och är kostnadsfria

En bra plats heter NADIO Scandinavia AB. Bakgrunden till tjänsten är en personlig upplevelse av att känna sig ensam som anhörig och ett behov av att vilja dela sina tankar och känslor med andra i liknande situation.

Demenslotsen. Demenslotsen är en digital vägvisare för dig som har en anhörigroll.

Samverkan civilsamhället, kyrkan m fl

Kyrkan är aktiva samarbetspartner med aktivitetsansvariga på Trygghetsboendena.

Hela människan är en mötesplats med ambitionen att se hela människan, besökarna ska komma in i ett sammanhang och vara goda förebilder för varandra.

Hela människan erbjuder olika aktiviteter så som bingo, kreativ stund, pop-up loppis, frukost, mat och fika till självkostnadspris. De delar ut matkassar till behövande. Omsorgs- och socialnämnden har IOP avtal med Hela människan

Volontärer från Väntjänsten är behjälpliga vid olika arrangemang. Väntjänsten består av en grupp frivilliga personer som vill stödja en medmänniska som behöver det.

Väntjänsten kompletterar hemtjänsten och utför därför insatser som inte hemtjänsten utför. Detta kan exempelvis vara att ta en promenad tillsammans, någon att samtala med, få sällskap till biblioteket, affären, kyrkan eller vårdcentralen.

Föreningsbidrag Kultur- och fritidsförvaltningen

De bidrag som avser pensionärsorganisationerna och funktionsrättsföreningarna regleras via ett tvåårigt avtal/överenskommelse. Vartannat år genomförs ett dialogmöte med samtliga föreningar för att hämta in kunskap om föreningens verksamhet och förutsättningar, dessa dialogmöten ligger till grund för bidraget. Bidragen är inte villkorade utan används utifrån föreningens egna behov, planer och verksamhetsidéer enligt föreningens stadgar och värdegrund. Pensionärsorganisationer vittnar om att det är svårt att nå de äldre och är väl medvetna om att det finns en grupp som är ensamma och många gånger också saknar förutsättningar att ta sig till de aktiviteter som erbjuds.

Alla föreningar som är registrerade i kommunens föreningsregister kan även söka utvecklingsbidrag/ projektstöd om man har en tanke om att göra något extra utanför den ordinarie verksamheten. Det kan till exempel vara att försöka nå en ny målgrupp som skulle kunna vara ensamma äldre. Kultur- och fritidsförvaltningen är ansvarig för föreningsbidragen.

Syfte

För att få en uppfattning om omfattningen av ofrivillig ensamhet bland äldre finns behov av en sammanställning av data för detta.

Tjänsteskrivelse

Datum 2025-03-10
Diarienummer OSN/2024:135

Lagrum

Socialtjänstlagen, Hälso- och sjukvårdslagen och Lag om stöd och service till vissa funktionshindrade.

Finansiering/ekonomiska konsekvenser

Kommunen behöver fortsätta utreda hur man ska arbeta uppsökande för att förebygga ofrivillig ensamhet. Det ska finnas förutsättningar för medborgarna i kommunen att kunna vara aktiva hela livet och på så sätt förebygga ohälsa och ofrivillig ensamhet.

Samråd

Medborgardialoger har genomförts med besökare på de tre mötesplatserna, Zenit, Hatten och Tunet. Se bilaga.

Bedömningar/övervägande

Det finns behov av att fortsätta utreda hur Mjölby kommun ska kunna arbeta uppsökande och förebyggande för att motverka ofrivillig ensamhet. Men även hur vi som kommun kan erbjuda aktiviteter utifrån jämlika och jämställda villkor som är ett av målet med socialtjänstens omställning.

Det erbjuds många olika aktiviteter i Mjölby kommun men det är svårt att nå ut till alla. De tre mötesplatser som finns i kommunen har ungefär 100 unika besökare. Föreningar och andra aktörer erbjuder många aktiviteter för äldre men även de har svårt att nå alla.

Antalet äldre ökar vilket innebär att behoven av vård och omsorg kommer öka och ett ökat behov av arbetskraft. För att bidra till äldres livskvalitet och självständighet behövs ett hälsofrämjande och förebyggande arbete genom hela livet, kring social gemenskap och kring levnadsvanor i form av fysisk aktivitet och hälsosamma matvanor

Det finns flera kommuner som arbetar med uppsökande och förebyggande verksamhet för att motverka ofrivillig ensamhet men det går inte att ta deras arbetssätt och överföra till Mjölby rakt av. Det behövs fortsatt utredning hur detta kan implementeras i med Mjölby utifrån kommunens invånare och dess behov.

Omsorgs- och socialförvaltningen

Päivi Pannula
Förvaltningschef

Petra Stämneryd
Verksamhetschef hälso- och sjukvård



Bilaga till tjänsteskrivelse ang ofrivillig ensamhet bland äldre i Mjölby kommun. Diarienummer OSN/2024:135

Några kommentarer från trygghetsvårdar och arrangörer av aktiviteter.

"Det är svårt att nå de äldre med utbudet"

"Det är svårt att ta sig till aktiviteter, saknar färdtjänst och kollektiv trafiken passar inte"

"Det är svårt att gå ensam till en aktivitet, har inte modet och kraften"

"Helgerna känns långsamma och tråkiga"

"Det är svårt och känsligt att prata om ensamhet"

"Får inte vara kravfyllt"-vill bara betrakta och se andra människor"

Trygghetsvårdarna har under 2024 och 2025 i mindre grupper av besökare ställa några frågor att reflektera över se svar nedan.

- **Varför pratar vi så mycket om ensamhet i vårt samhälle - vad beror det på?**

Inkomna svar: Att många är ensamma, om man inte har barn blir man ensam. Vi lever ju längre och ens partner avlider. Att den yngre generationen arbetar vill ha pengar karriär egna intressen/självständiga. Förr hjälpte man varandra mellan generationer.

- **Kan ni tillsammans sätta ord på -vad betyder ensamhet (ofrivillig ensamhet)?**

Inkomna svar: Allt är precis öde omkring dig inga barn inga släktingar. Oförmåga att ta sig ut och ta kontakt med andra.

- **Har ni idéer- Hur kan vi nå ut till fler äldre personer**

Inkomna svar: Fler seniorlägenheter plus, träffpunkter studiecirklar

- **Har ni idéer om innehåll i aktiviteter och social gemenskap**

Inkomna svar: Studiecirklar, allsång högläsning utflykter olika arrangemang

Vägledning Socialstyrelsen

<https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/ovrigt/2022-12-8239.pdf>

Sammanställning av medborgardialogerna på mötesplatserna

Vid tre medborgardialoger, som hölls vid mötesplatserna Hatten, Zenit och Tunet, deltog cirka 20 personer vid varje tillfälle. Från kommunen medverkade politiker från omsorgs- och socialförvaltningen samt från kultur- och fritidsförvaltningen samt en tjänsteperson från socialförvaltningen. Under dialogerna framkom att mötesplatserna spelar en avgörande roll i att minska ensamhet och skapa gemenskap för äldre. Samtliga mötesplatser fungerar som ett "andra hem" och erbjuder en trygg miljö för social samvaro. Deltagarna uttryckte ett behov av förbättrad marknadsföring, utökade aktiviteter och fler resurser för att mötesplatserna ska kunna utvecklas vidare. Trots ekonomiska utmaningar finns en stark vilja att engagera frivilliga och samarbeta med lokala aktörer för att stärka verksamheten.

Genom att skapa en trygg och inbjudande miljö, där äldre kan känna sig välkomna och delaktiga, kan mötesplatserna Hatten, Zenit och Tunet fortsätta att vara viktiga resurser för många människor. Med bättre struktur, ökade resurser och en tydligare organisation kan dessa viktiga sociala samlingspunkter fortsätta att utvecklas och blomstra.

Mötesplatsen Hatten

Mötesplatsen Hatten har en stor betydelse för många äldre och fungerar som ett "andra hem". Den bidrar till att minska ensamhet och skapa gemenskap, men det finns även önskemål om förbättringar. En av de största utmaningarna är bristen på tillgång till mötesplatser under kvällar och helger. För att möta detta behov föreslås utökade öppettider samt fler temakvällar, såsom film-, spel- och musikträffar. En önskan om snickerikväll vid någon av skolorna lyftes också som förslag. Det finns också en önskan om att anordna gemensamma middagar vid högtider, vilket skulle kunna genomföras i samarbete med frivilliga och lokala organisationer.

Många äldre uttrycker en vilja att engagera sig och bidra, men upplever att deras engagemang inte nyttjas fullt ut. För att ta vara på denna resurs skulle ett volontärnätverk kunna skapas, där äldre kan hjälpa till vid evenemang, vara värdar vid träffar eller delta i samtalsgrupper. Det är också viktigt att informera tydligare om hur de kan engagera sig, exempelvis genom anslag och muntlig kommunikation.

En annan utmaning är att fler personer behöver få kännedom om Hatten. För att öka synligheten föreslås att information om mötesplatsen sprids genom anslag på bibliotek, bion, bokcafé, butiker och vårdcentralen. Samarbete med lokala aktörer skulle kunna leda till bättre samordning av evenemang och aktiviteter. Ett förslag är att använda biografen för att visa informationsfilmer eller anordna specialkvällar i samverkan med Hatten. Biblioteket skulle även kunna bidra genom att hålla föreläsningar eller erbjuda teknikhjälp för äldre.

Samarbete med hemtjänst och volontärer kan ytterligare underlätta deltagande.

En annan viktig fråga är mötesplatsens begränsade budget, som knappt räcker till mer än kaffe. För att finansiera fler aktiviteter föreslås att externa bidrag söks från kommunen, fonder och företag. En modell där deltagare som har möjlighet kan bidra ekonomiskt till aktiviteter skulle också kunna övervägas. Sponsring från lokala företag kan vara en lösning för att exempelvis erbjuda gratis kaffe.

Slutligen finns det en efterfrågan på fler intressebaserade grupper, såsom matlagnings- och bakgrupper samt snickeri. För att möjliggöra detta kan små arbetsgrupper startas där deltagarna själva organiserar aktiviteter. Det skulle även vara värdefullt att involvera frivilliga och lokala experter för att hålla i workshops och kurser. Genom att sprida information om nya grupper via sociala medier, affischer och muntlig kommunikation kan fler lockas att delta.

Sammanfattningsvis är Hatten en uppskattad mötesplats som spelar en central roll i många äldres liv. Genom att öka tillgängligheten, förbättra marknadsföringen och utöka aktiviteterna kan verksamheten stärkas ytterligare. Samarbete med civilsamhället och lokala aktörer kan också bidra till att skapa en mer levande och inkluderande mötesplats.

Mötesplatsen Zenit

Deltagarna uttryckte att Zenit är en fantastisk plats, särskilt för nya inflyttade som lättare kan få nya vänner. Många kände inte till Zenit innan, och det framhölls som viktigt att nya besökare blir välkomnade. Föreståndaren och hans bemötande lyftes positivt, och lokaliseringen vid tågstationen var också en fördel. Det uppskattades att Zenit har ett brett program, inklusive friskvård och nya aktiviteter.

Det diskuterades hur Zenit kan nå fler, och deltagarna föreslog olika sätt att marknadsföra platsen, som affischer, förbättrad hemsida, annonsering i lokala tidningar, Facebook och utskick i form av vykort. Många ansåg att det kan vara svårt att ta första steget att komma ensam och nämnde att det fortfarande finns effekter från pandemin som gör att vissa har svårt att ta sig ut.

När det gäller ensamhet ansågs Zenit vara en viktig mötesplats för att motverka detta, även om många äldre inte vill prata om ensamhet. Det föreslogs även att Zenit skulle kunna arrangera större evenemang och marknadsföra dessa för att locka fler besökare. Ett blandat program som riktar sig till olika intressen var populärt, och förslag om teman som hälsa och digital teknik för samtal togs också upp.

Mötesplatsen Tunet

Mötesplatsen Tunet fungerar som ett andra hem och en trygg plats för att motverka ensamhet. Deltagarna beskriver den som en central del av deras liv, där de känner sig sedda och har möjlighet att umgås med andra. För många är det en ovärderlig tillflyktsort där de kan få social stimulans och meningsfulla aktiviteter som förgyller vardagen. Utan denna plats skulle många uppleva en djup ensamhet och vissa skulle till och med vara tvungna att flytta till ett äldreboende för att undvika social isolering.

Trots mötesplatsens stora betydelse för äldre möter verksamheten flera utmaningar. En av de största utmaningarna är bristen på en fast ansvarig person, vilket skapar instabilitet och försvårar planeringen av aktiviteter. För närvarande alternerar flera personer i personalstyrkan, vilket gör det svårt att upprätthålla kontinuitet och trygghet för deltagarna.

Ekonomiska begränsningar har också påverkat verksamheten, vilket har lett till en minskning av aktiviteter. I dagsläget finansieras många av aktiviteterna genom kaffeintäkter, men detta räcker inte för att täcka alla nödvändiga kostnader såsom städning, underhåll och material till olika evenemang. Tidigare populära inslag, såsom bakdagar och loppisar, har blivit svårare att genomföra på grund av resursbrist.



Faktablad: Äldres livsvillkor och hälsa

En viktig aspekt för hälsan i befolkningen är åldersstrukturen. Sverige har en åldrande befolkning och den åldersgrupp som förväntas öka mest framöver är den äldsta (>85 år). Det finns mycket som tyder på att antalet friska år inte ökar i samma utsträckning som medellivslängden. Psykisk ohälsa är vanligt bland äldre.

En äldre befolkning innebära en högre sårbarhet vid vissa hälsokriser (t.ex. pandemier), både för individen och för samhället.

En investering i hälsosamt åldrande, där insatserna inriktas på att främja och bevara hälsan, ökar tillgången på arbetskraft och minskar risken för att människor pensioneras i förtid. Hälsofrämjande och förebyggande insatser även upp i höga åldrar har positiva effekter på hälsan och livskvaliteten.

Mjölby kommuns vision 2045 är ett samhälle där vi har jämlika, goda och trygga livsvillkor. Det finns ett varierat utbud på boende som tillgodoser våra behov i livets alla skeenden. Invånarna känner tillit till varandra och de många och varierande mötesplatserna erbjuder gemenskap och sammanhållning.

Folkhälsorapport 2024

Styrkor

Tillit till andra människor har ökat i åldersgruppen 65+ år.

Fallolyckor har minskat hos kvinnor 65+ år under en tioårsperiod.

Utvecklingsområden

- Ensamhet**
- 40 procent av kvinnor 85+ år uppger att de besväras av ensamhet och isolering.
 - 70 procent av männen inom äldreomsorgen uppger att de besväras av ensamhet.
- Fallolyckor**
- Drygt 5 procent 65+ år behöver uppsöka sjukvården varje år pga fallolyckor.
 - Större andel kvinnor än män.

På gång (exempel)

Hållbar socialtjänst – En ny socialtjänstlag (SOU 2020:47)

Det handlar om livet – nationell strategi inom området psykisk hälsa och suicidprevention (Skr. 2024/25:77)

Tillsammans för god gemenskap i hela befolkningen - En nationell strategi mot ensamhet (2025)

