

2017-11-27

**TJÄNSTESKRIVELSE**

Dnr ÄLN 2015/241-7

Äldreenheten

## **Åldersvänlig kommun – Seniorers möjligheter att delta i sociala aktiviteter**

### **Förslag till beslut**

Äldrenämnden noterar informationen till protokollet.

### **Sammanfattning**

Nacka kommun valde att bli fullvärdiga medlemmar i det europeiska nätverket The Covenant on Demographic Change 2015. I och med medlemskapet åtog sig kommunen att göra en kartläggning av Nacka utifrån Världshälsoorganisationens (WHO) modell för åldersvänliga kommuner, samt att ta fram en strategi för hur kommunen ska möta den åldrande befolkningens behov inom ett eller flera områden i modellen. 2016 gav äldrenämnden uppdraget att kartlägga utbudet av förebyggande insatser för äldre utifrån WHO:s modell för åldersvänliga kommuner till social- och äldre direktören. Projektet påbörjades våren 2017.

Syftet med projektet var att kartlägga Nacka utifrån WHO:s modell för åldersvänliga kommuner - delområdet social delaktighet och identifiera utvecklingsområden för hur kundernas möjligheter att delta i sociala aktiviteter kan utökas.

Äldreenheten har redovisat resultatet av projektet i rapporten ”Åldersvänlig kommun – Seniorers möjligheter att delta i sociala aktiviteter”.



Projektet genomfördes inom ramen för äldre enhetens ordinarie budget. För att säkerställa djup och kvalitet valde äldre enheten att avgränsa projektet till äldreomsorgens sköraste kunder. Det genomförde med tre delundersökningar. I den första undersöktes kundernas behov av sociala aktiviteter. I den andra undersöktes kundernas förutsättningar att delta i sociala aktiviteter. I den tredje undersöktes vilka möjligheter kunderna har att delta i sociala aktiviteter. Möjligheterna avgörs av kundernas förutsättningar att delta och Nackas utbud på sociala aktiviteter. Äldre enheten identifierade följande utvecklingsområden:

Erbjuda sociala aktiviteter till de sköraste kunderna

1. Dagverksamheten behöver utvecklas, den är viktig för de sköraste kunderna.
2. Vissa av Nackas förebyggande verksamheter är fullsatta.
3. För att kunderna ska kunna planera sin tid behöver hemtjänsten komma i tid.

Nyttja hela potentialen i det civila samhället

1. Kulturhusen kan bli viktiga mötesplatser både för kunder och seniorer generellt.
2. Nå ut med information om det civila samhällets sociala aktiviteter till kunderna.
3. Seniorer kan enbart få tider i kommunens idrottsanläggningar efter klockan 21.00. Det är få seniorer som har ork eller intresse att utöva idrott efter klockan nio på kvällen.

Existentiell hälsa

1. Möta kundernas behov av att reflektera över existentiella frågor.
2. Möta kundernas behov av socialt stöd i tid och på rätt sätt.

## Ärendet

Nacka kommun valde att bli fullvärdiga medlemmar i The Covenant on Demographic Change 2015. Det är ett nätverk som skapades hösten 2015 med syfte att samla lokala, regionala och nationella myndigheter och andra intressenter som förbinder sig att samarbeta och genomföra evidensbaserade lösningar för att stödja ett aktivt och hälsosamt åldrande. I och med medlemskapet åtog Nacka kommun sig att göra en kartläggning av Nacka utifrån Världshälsoorganisationens (WHO) modell för åldersvänliga kommuner, samt att ta fram en strategi för hur kommunen ska möta den åldrande befolkningens behov inom ett eller flera områden i modellen.<sup>1</sup>

Nacka kommun har ett övergripande mål att det ska finnas attraktiva livsmiljöer i hela Nacka. En del av äldre nämndens fokus för att nå målet är att det ska finnas lättillgängliga mötesplatser som stimulerar till aktiviteter och uppmuntrar till olika former av möten. I arbetet för att nå målet ska äldre nämnden göra en kartläggning för med utgångspunkt i ett eller flera av WHO:s områden för att vara en åldersvänlig kommun med syftet att identifiera

---

<sup>1</sup> The Covenant on Demographic Change hemsida: <http://www.afeinnovnet.eu/content/towards-covenant/>  
[Hämtat 2017-10-18]



utvecklingsområden.<sup>2</sup> Äldreenheten valde att fokusera på området social delaktighet eftersom nämndens mål främst berör det området. Fokus för nämnden är bland annat att det ska finnas ett varierat utbud av aktiviteter för god fysisk och psykisk hälsa, självständighet och socialt sammanhang samt att möta behovet av mötesplatser för äldre i takt med att Nacka förtätas.<sup>3</sup>

Syftet med projektet Åldersvänlig kommun är att kartlägga Nacka utifrån WHO:s modell för åldersvänliga kommuner - delområdet social delaktighet samt identifiera utvecklingsområden för hur kundernas möjligheter att delta i sociala aktiviteter kan utökas.

Inom ramen för projektet har vi genomfört tre delundersökningar. Med den första undersökte vi vilket behov kunderna kan ha av att delta i sociala aktiviteter. I den andra undersökte vi vilka förutsättningar de har att delta i sociala aktiviteter. Det gjorde vi genom att undersöka deras funktionella förmåga. Med den tredje undersökte vi vilka möjligheter de har att delta i sociala aktiviteter. Det gjorde vi genom att kartlägga utbudet av sociala aktiviteter i Nacka och sätta det i förhållande till kundernas förutsättningar. Vi har redovisat resultaten genom att besvara följande frågeställningar i rapporten:

- a) Vilka behov har kunderna av sociala aktiviteter?
- b) Vilka förutsättningar har kunderna att delta i sociala aktiviteter?
- c) Har kunderna möjlighet att delta i sociala aktiviteter i?

## Utvecklingsområden

### Erbjuda sociala aktiviteter till de sköraste kunderna

Vi har identifierat tre utvecklingsområden kopplade till att erbjuda sociala aktiviteter till de sköraste kunderna:

#### 1. Dagverksamhet är viktigt för de allra sköraste kunderna

Dagverksamheten är i princip den enda möjligheten till social aktivitet (utöver aktiviteter hemma med familj och vänner) för ca 400 av de 617 kunder som ingår i vår undersökning. Vår bedömning är att den framför allt är viktigt för personer med kognitiv nedsättning (till exempel demenssjukdom) men även vara viktig för personer med enbart stor fysisk funktionsnedsättning. Att dagverksamheten är en viktig pusselbit i kommunens förebyggande arbete har redan uppmärksammats och det pågår en översyn av verksamheten. Målet är att lämna förslag på nya mål, villkor, ersättningsmodeller och ersättningsnivåer under våren 2018. I Äldreenhetens uppföljning av dagverksamheten har det konstaterats kvalitetsbrister i samtliga dagverksamheter om än i varierande grad.<sup>4</sup> En orsak till kvalitetsbristerna är att äldre utan och med kognitiv nedsättning går på samma verksamhet vilket leder till att verksamheten inte blir kundanpassad.

<sup>2</sup> Nacka kommun, Mål och Budget 2017–2019. s.58

<sup>3</sup> Nacka kommun, Mål & Budget 2017–2019, s.58

<sup>4</sup> Nacka kommun, Äldreenheten (2017) Kvalitetsgranskningsrapport av dagverksamheter.

## **2. De förebyggande verksamheterna har ökad intresse**

Nacka kommun finansierar ett flertal verksamheter som primärt har en förebyggande funktion. Flera av verksamheterna är mycket populära men kapaciteten är begränsad. Det har inneburit att grupperna snabbt blivit fullbokade vid anmälan och listor med reservplatser har varit nödvändiga att användas. Detta gäller framför allt för Balansskolan och Qigongen.

## **3. Hemtjänsten behöver komma i tid.**

För att större delen av de sköraste kunderna ska kunna ta sig till sociala aktiviteter behöver de stöd av hemtjänsten. När hemtjänsten inte kommer på utsatt tid kan kunderna inte planera sina liv. Det har inneburit att flera kunder har slutat med sociala aktiviteter som de egentligen skulle vilja gå på. På samma sätt som att punktligheten i hemtjänsten är avgörande för kundernas sociala delaktighet är även färdtjänstens punktlighet det. I Socialstyrelsens nationella brukarundersökning är kunderna nöjda med punktligheten. Från omsorgsforskningen vet vi att det ofta är de sköraste äldre som inte svarar på enkäter eller att de fylls i av anhöriga. Svaren kan därför vara missvisande för de sköraste äldres upplevelser av hemtjänsten. Vi har därför svårt att bedöma hur omfattande problemet är.

## **Nyttja hela potentialen i det civila samhället**

Inom ramen för projektet har vi undersökt vilka möjligheter till sociala aktiviteter som det civila samhället kan erbjuda seniorer. Vi ser tre utvecklingsområden:

### **1. Kulturhusen som mötesplats för både kunder och seniorer**

Vår bedömning är att Nackas olika kulturhus och Folkets Hus kan fylla en viktig funktion som social mötesplats både för seniorer i stort och för äldreomsorgens kunder. I dagsläget är kulturhusens aktiviteter främst aktuella för kunder med ingen eller liten fysisk funktionsnedsättning. Kunder med större, fysiska eller kognitiva, nedsättningar skulle ha svårt att delta då det inte finns någon omvårdnadspersonal på plats. Om det däremot skulle finnas personal är det möjligt att kulturhusen skulle kunna bedriva sociala aktiviteter även för kunder med funktionsnedsättningar.

### **2. Nå ut med information om det civila samhällets sociala aktiviteter till kunderna**

För många äldre finns det relativt många möjligheter men de måste veta om vilka de är. De behöver få informationen på ett sätt som passar dem. Äldreenheten ger ut seniorguiden som ett medel för att sprida information om äldreomsorgens verksamheter. Ett utvecklingsområde är att även sprida information om det utbudet som finns inom det civila samhället.

### **3. Äldres möjlighet att utöva idrott**

Det är enligt vår bedömning få pensionärer eller kunder inom äldreomsorgen som har ork eller intresse att utöva idrott efter klockan nio på kvällen. Föreningar tilldelas tider i kommunens idrottsanläggningar i enlighet med Nacka kommuns riktlinje ”Fördelningsprinciper som tillämpas för idrottslokaler och idrottsanläggningar”. I riktlinjen anges att barn och unga upp till och med 20 år samt personer med funktionsnedsättning ska



prioriteras vid tilldelning av tider. Seniorer (personer över 21 år) hänvisas till tider efter klockan nio på kvällen.

## **Existentiell hälsa**

Vi tror att det är viktigt att ta hänsyn till och möta personens existentiella hälsa. Vi har identifierat två utmaningar kopplat till den existentiella hälsodimensionen.

### **1. Möta kundernas behov av att reflektera över existentiella frågor**

För de flesta innebär den sista fasen i livet en gradvis försämring av fysiska och kognitiva funktioner vilket kan skapa ett behov av att omdefiniera synen på sig själv. Åldrandet kan även aktualisera behov av att få samtala om och reflektera över existentiella frågor som till exempel mening i livet och livet efter döden. Preliminära resultat från Nestor FoUs utvärdering av projektet Seniorliv i balans visar att deltagarna upplever det som viktigt och meningsfullt att få prata om livets stora frågor tillsammans med andra seniorer. Detta leder till ökat välbefinnande. Projektet syftar till att främja fysisk och psykisk hälsa bland seniorer genom gruppsamtal. Metodiken bekräftar slutsatser från forskning om den existentiella hälsodimensionen som visat att samtal om frågor rörande existentiell hälsa får bäst effekt om de förs i grupp där deltagarna är med på lika villkor.

### **2. Möta kundernas behov av socialt stöd i tid och på rätt sätt**

En skör och bräcklig kund som till exempel drabbas av en fallskada kan gå från att vara självständig till att vara beroende av hjälp från andra. Det är viktigt att inte bara se till den fysiska sjukdomen i situationen utan även till den existentiella. Om en kund förlorar förmågan att gå vid 82 års ålder kan det vara så att man behöver motivation och hitta tillbaka till ett hopp om fler år av välbefinnande. Familj, vänner och omvårdnadspersonal behöver ge den äldre socialt stöd vid omvälvande livshändelser. För att säkerställa att rätt stöd ges behöver det finnas rutiner eller arbetssätt som säkerställer att stödet kunden behöver sätts igång i tid och att roller och ansvar för det är tydligt.

## **Kundernas behov av social aktivitet**

I projektets första delundersökning besvarades frågan: Vilka behov har kunderna av sociala aktiviteter? Vi delar in behovet av sociala aktiviteter i två övergripande områden: behovet av social gemenskap och behovet av socialt stöd. Dessa kan mötas med sociala aktiviteter. Social gemenskap är starkt kopplad till god hälsa och välbefinnande i livet. Deltagande i sociala aktiviteter gör det möjligt för äldre människor att fortsätta utöva sin kompetens, att bidra till samhället och att känna välbefinnande.<sup>5</sup> Sociala kontakter och socialt stöd har positiva effekter på hälsan även vid hög ålder. Stödet fungerar som en "hälsobuffert" vid olika svårigheter i livet, till exempel vid förlust av partner eller vid fallskador. En individs

---

<sup>5</sup> WHO (2007) Global age friendly cities. s.38

sociala nätverk bidrar också till att stärka individens självbild, öka känslan av tillhörighet och utgöra en hjälp att klara av vardagens bestyr.<sup>6</sup>

I vår undersökning av kundernas behov av socialt stöd har vi haft ett särskilt fokus på den existentiella hälsodimensionen för att den lyfts som ett viktigt utvecklingsområde för vården och omsorgen.<sup>7</sup> De senaste 25 årens forskning om den existentiella hälsodimensionen har visat att den kan bidra till hälsovinster inom alla områden av hälsa – fysisk, psykisk och social.<sup>8</sup> Att komma in i den sista fasen i livet som för det mesta innebär en gradvis förlust av fysiska och kognitiva funktioner kan skapa ett behov av att omdefiniera synen på sig själva. Speciellt vid fallskador och stroke, besked att man fått en demenssjukdom eller att ens partner avlidit. Förlusten aktualiserar frågor om livet efter detta, om ensamhet och till och med om en egen dödslängtan. Dessa frågor kan seniorer behöva prata om och diskutera med andra. Samtalen i grupp kan leda till insikter om hur man kan tackla sina nya förutsättningar.

Kundernas behov av socialt stöd kan se olika ut. Vissa har nära familjerelationer och har därför inte större behov av ytterligare sociala aktiviteter. En individs sociala nätverk bidrar till att stärka individens självbild, öka känslan av tillhörighet och utgör en hjälp att klara av vardagens bestyr.<sup>9</sup> Processen att åldras innebär en förändring i värderingar och tankar om livet från ett materialistiskt och rationellt synsätt till ett mera andligt och gränsöverskridande perspektiv. Det kan leda till större behov av reflektion och att äldre trivs med att inte vara socialt delaktiga i den utsträckning som de varit tidigare i livet. Det är därför viktigt att utgå från att äldre inte behöver mer social aktivitet bara för att de är mindre socialt aktiva.<sup>10</sup>

## **Kundgruppernas förutsättningar och möjligheter att delta i sociala aktiviteter**

I projektets andra och tredje delundersökning undersökte vi kundernas förutsättningar och möjligheter att delta i sociala aktiviteter. Inom ramen för dessa genomförde vi en målgruppsanalys där vi grupperade kunderna efter deras fysiska- och kognitiva funktionsförmåga. Det resulterade i att vi delade in kunderna i fem kundgrupper. Se figur 1. nedan.

---

<sup>6</sup> Statens folkhälsoinstitut rapport (2005) Hälsoutveckling och hälsofrämjande insatser på äldre dagar. s.7

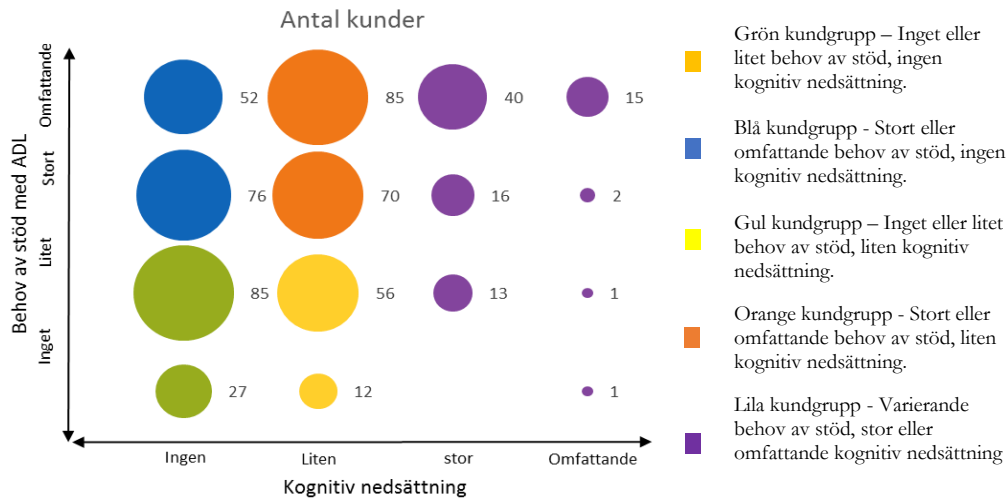
<sup>7</sup> SOU (2017:21) Läs mig! Kvalitetsplan för vård och omsorg om äldre personer. s.65.

<sup>8</sup> Konstenius, C. & Melder, C., 2013 I S. R. Suvanto (2014) Äldres psykiska hälsa och ohälsa – Prevention, förhållningssätt och metoder. S.XX

<sup>9</sup> Statens folkhälsoinstitut rapport (2005) Hälsoutveckling och hälsofrämjande insatser på äldre dagar. s.7

<sup>10</sup> Tornstam, L., i Wadensten, B. (2003) Gerotranscendence from a Nursing perspective – from Theory to implementation. s.13

**Figur 1. Målgruppsanalys**



Den vertikala axeln visar kundernas behov av stöd vid aktiviteter i det dagliga livet (till exempel med att duscha, klä på sig, toalettbesök, förflyttning) och den horisontella visar deras kognitiva förmåga. Storleken på bubblorna anger antalet kunder.

## Resultat från målgruppsanalys och verksamhetskartläggning

Nästa steg i analysen var att undersöka deras förutsättningar och möjligheter att delta i sociala aktiviteter. Nedan beskrivs resultatet för grupperna som visas i diagrammet ovan.

### Den gröna kundgruppen har goda möjligheter att delta i sociala aktiviteter

De hindras inte av någon kognitiv nedsättning och i mindre mån av sina fysiska nedsättningar. Vissa har ett socialt nätverk som de kan få stöd och hjälp av. Olika former av föreningsliv och fysiska aktiviteter av måttfull karaktär finns i utbudet och är något som denna grupp kan delta i. Mötesplatser likt Nackas olika Folkets Hus och kulturhus kan fylla en viktig funktion för kunderna i gruppen som har ett behov av sociala aktiviteter och av att skapa nya relationer. Flera i denna grupp adderas till projektets urval av biståndshandläggarna på grund av deras låga psykiska hälsa. Det är inte självklart att de deltar bara för att de har möjlighet. Såväl kundernas psykiska som existentiella hälsa påverkar deras motivation att delta.

### Den blå kundgruppen har möjlighet att delta i sociala aktiviteter om de får stöd

De hindras inte av någon kognitiv nedsättning men har stora omvårdnadsbehov. Majoriteten har ett socialt nätverk som de ofta har kontakt med och kan få hjälp av med praktiska problem. Deras möjlighet att delta avgörs i stor grad av hjälpbehovet. Det är viktigt för hemtjänstpersonal och färdtjänst att komma på utsatt tid för att eliminera stress för kunden. Dagverksamhet skulle kunna vara ett alternativ för denna grupp. En del personer i denna grupp är så pass mobila att det skulle kunna delta i dagverksamhet

och/eller i vissa av kommunens andra förebyggande aktiviteter som till exempel Balansskolan eller Seniorluncher.

### **Den gula kundgruppen har begränsad möjlighet att självständigt delta i sociala aktiviteter**

Förutsättningarna påverkas negativt av deras kognitiva och fysiska nedsättningar. De kan lätt tappa bort sig om de är i obekanta miljöer, de har problem med förmåga att minnas och kan ha svårt att hitta ord. Hälften har ett socialt nätverk som de ofta har kontakt med och kan få hjälp av med praktiska problem. De kan delta i sociala aktiviteter i bekanta miljöer. Dagverksamhet är viktig för att möjliggöra sociala aktiviteter för denna grupp. Aktiviteter inom föreningslivet är en möjlighet men då krävs det att personen har varit där tidigare så att miljön är bekant.

### **Den orangea kundgruppen har möjlighet att delta i sociala aktiviteter om de får stöd och om de är i bekanta miljöer.**

Deras förutsättningar påverkas negativt av deras nedsatta fysiska och kognitiva förmåga. Det gör dem beroende av stöd från äldreomsorgen och anhöriga för att kunna vara socialt delaktiga. Majoritet av gruppen har ett socialt nätverk som de kan få stöd och hjälp från. Punktlighet av hemtjänstpersonal och färdtjänst är viktig för deras möjligheter att delta i sociala aktiviteter. Dagverksamhet med inriktning på begynnande kognitiv svik skulle kunna vara bra för dem.

## **Ekonomiska konsekvenser**

Fokus för projektet har varit att identifiera utvecklingsområden. Vi har inte givit förslag på hur utmaningar ska mötas. Därav finns det inte förslag att bedöma ekonomiska konsekvenser av.

## **Konsekvenser för barn**

Projektet har inte bedömts få några konsekvenser för barn.

Vlasta Marcikic  
tf. enhetschef  
Äldreenheten

Tobias Jobring,  
Projektledare  
Äldreenheten

Gabriella Nyhäll  
Planerare/Utvecklare  
Äldreenheten