

## **Seniorboende (trygghetsboende) med aktivitetscenter**

### **Aktivitetscenter – kriterier**

---

#### **Bakgrund**

Utredningen ”Äldres boende i Stockholms stad” (ÄBO) tillsattes år 2015 med uppdraget att förtydliga syfte och målgrupp för stadens nuvarande boendeformer för äldre. Utredningen föreslår införandet av den nya icke biståndsbedömda boendeformen för äldre, trygghetsboende med aktivitetscenter. Äldreboendeutredningens delrapport godkändes av kommunfullmäktige den 28 november 2016 (Dnr 152-1056/2016).

I budget för 2017 anges att trygghetsboende med aktivitetscenter ska inrättas för att tillgodose behov av icke biståndsbedömt boende för äldre som söker trygghet och gemenskap. Boendeformen ska ersätta dagens trygghets- och seniorboenden. Omvandlingen påbörjar under 2017 och innebär att mötesplatserna vid de sju trygghetsboendena där Micasa är fastighetsägare övergår i stadsdelsnämndernas regi. Utgångspunkten är att stadsdelsnämnderna bekostar lokaler, personal och verksamhet.

#### **Benämning på den nya boendeformen**

Omvandlingen av dagens trygghetsboenden innebär att en ny boendeform tillskapas. I förslaget till utformningen av aktivitetscentren föreslås en ny benämning på den nya boendeformen, **seniorboende med aktivitetscenter**.

#### **Inledning**

Sociala relationer och gemenskap har stor betydelse för god hälsa och välbefinnande. Mötesplatser kan uppfylla en viktig del av äldres behov av sociala kontakter och verka förebyggande. Statens folkhälsoinstitut har identifierat fyra huvudfaktorer för ett gott åldrande; social gemenskap och socialt stöd, meningsfullhet, fysisk aktivitet och goda matvanor (*”Äldres hälsa”, 2008*).

#### *Social gemenskap och meningsfullhet*

Relationer med familj och vänner är betydelsefullt för ett gott åldrande. Därutöver kan mötesplatser behövas där äldre kan uppleva social gemenskap. Sociala nätverk kan stärka individens självbild och

öka känslan av tillhörighet och meningsfullhet i livet. För många kan välbefinnandet påverkas positivt av att känna sig delaktig, att man klarar sig själv och kan ha kvar sina tidigare, eller få nya, intressen i livet.

#### *Fysisk aktivitet och goda matvanor*

En av de insatser som har den största positiva effekten på människors hälsa är en ökning av den fysiska aktiviteten för dem som rör sig för lite. Hälsovinster är i stort sett desamma för äldre personer som för övriga. Likaså har maten och trivsamma måltider stor betydelse för hälsa och välbefinnande.

#### **Förebyggande arbete**

Hälsofrämjande insatser kan skjuta upp äldres funktionsnedsättningar och fördröja behovet av vård och omsorg. Budget 2017 anger att stadsdelsnämnderna ska öka och utveckla befintliga sociala mötesplatser, öppna dagverksamheter och träffpunkter för äldre. Syftet är att fler personer ska klara sig själva en längre tid med ökat välbefinnande.

#### **Stadens seniorboende (trygghetsboende) med aktivitetscenter**

Aktivitetscentren vid seniorboendena (trygghetsboendena) ska vara tillgängliga och levande verksamheter med ett varierat utbud av aktiviteter. Centren blir en mötesplats som främjar ett aktivt och hälsosamt åldrande hos stadens äldre. Social gemenskap, meningsfullhet och trygghet ska vara nyckelord i verksamheten.

#### **Stadsövergripande kriterier för aktivitetscenter**

Äldreförvaltningen har tagit fram förslag till stadsgemensamma kriterier för stadens aktivitetscenter vid seniorboende (trygghetsboende).

I centrala medelsreserven har under 2017 totalt 21 mnkr reserverats för omvandlingen till seniorboende (trygghetsboende) med aktivitetscenter. Stadsdelsnämnderna kan söka om medel för ändamålet i samband med tertialrapport 1.

#### **Syfte och mål med aktivitetscenter**

Aktivitetscentrets huvudsakliga uppgift är att ordna aktiviteter och främja social gemenskap, motverka otrygghet samt bidra till fysisk aktivitet för de boende i seniorboendet och äldre i närområdet. Målet är att deltagaren ska känna gemenskap och uppleva sin dag som meningsfull samt bidra till att stärka psykiska och fysiska funktioner.

#### **Målgrupp**

Aktivitetscentret vänder sig till de boende i seniorboendet (trygghetsboendet) samt för äldre bosatta i närområdet, inom Stockholms stad. Verksamheten vänder sig i första hand till personer som bor i ordinärt boende. Aktivitetscentret tillhandahålls som en service för stadens äldre och kräver inget beslut om bistånd enligt socialtjänstlagen. På aktivitetscentret har kommunen inte hälso- och sjukvårdsansvar.

### Lokaler

Stadsdelsnämnderna hyr de lokaler i fastigheten som behövs för aktivitetscentrat. Aktivitetscentrets lokaler ska vara belägna i, eller i direkt anslutning, till seniorboendet (trygghetsboendet). Lokalerna ska vara tillgängliga och vara utformade efter målgruppens behov.

### Bemanning och öppethållande

Aktivitetscentret ska drivas av stadsdelsnämnden där seniorboendet (trygghetsboendet) är beläget. Lägsta bemanning ska vara dagtid under vardagar med minst en personal som ansvarar för den dagliga driften. Tillsvidareanställd personal ska vara bas i verksamheten då personalkontinuiteten är viktig.

Bemanning och öppethållande anpassas efter lokala förutsättningar och behov utan att understiga grundkraven. Aktivitetscentret kan ha öppet även lördag och/eller söndag samt erbjuda kvällsaktiviteter. På helgen kan öppettiderna i så fall anpassas. Verksamheten bör även sträva efter att hålla öppet under sommarmånaderna och runt storhelger då syftet med verksamheten är att främja social gemenskap och bidra till minskad ensamhet. Utgångspunkten är att aktivitetscentrat ger den trygghet och sociala gemenskap som de boende har behov av.

Ett sätt att skapa trivsel och rörelse på seniorboendena (trygghetsboendena) kan vara att låta frivilligorganisationer ordna aktiviteter när aktivitetscentret inte är i behov av lokalerna.

### Måltider och kaffeservering

Det bör finnas tillgång till kaffeservering alla dagar då aktivitetscentret är öppet. Utgångspunkten är att det bör finnas möjlighet för besökarna att äta gemensamma måltider. Hur och i vilken omfattning gemensamma måltider organiseras bestäms av boendets förutsättningar såsom tillgång till kök eller uppvärmningsmöjligheter. Den enskilde betalar för all förtäring.

### Utbud av aktiviteter

Utgångspunkten vid utformning av aktiviteterna ska vara social gemenskap, meningsfullhet, fysisk aktivitet och kostens betydelse för hälsan. Utifrån lokala förutsättningar bör aktivitetscentret erbjuda

besökarna minst en daglig aktivitet. Ett månadsprogram kan med fördel tas fram.

Besökarnas behov och önskemål ska vara vägledande vid planering och utveckling av verksamheten. Viktiga samarbetsparter är de bo- eller trivselråd som finns i de flesta av Micasas senior- och trygghetsboenden. Aktiviteterna ska utformas med målet att passa olika människors behov, intresse och förutsättningar.

De sociala aktiviteterna bör utformas så att deltagarna få möjlighet att skapa nya relationer och gemenskap. Föreläsningar, studiegrupper och aktiviteter med kulturellt inslag bör erbjudas liksom IT-relaterade aktiviteter. Utöver möjligheten att äta eller fika tillsammans kan andra aktiviteter kring mat erbjudas, exempelvis studiecirkel om mat för äldre. Utbudet av fysiska aktiviteter kan omfatta enklare motionsaktiviteter och rörelsegrupper som kan utföras i den ordinarie lokalen utan krav på avancerade redskap.

#### Samverkan med föreningar och ideella organisationer

Engagemang från volontärer, pensionärsorganisationer och övrigt föreningsliv bör tas tillvara. En god samverkan med dessa kan bredda utbudet av aktiviteter, nå en bredare målgrupp och bidra till att aktivitetscentren blir levande mötesplatser.

#### Avgifter

Utgångspunkten är att aktiviteterna som erbjuds ska vara kostnadsfria för deltagarna. Kostnad för måltider och kaffe får tas ut. För vissa arrangemang kan avgift för medverkan tas ut liksom kostnaden för specifikt aktivitetsmaterial. Om avgift tas ut ska detta framgå av programmet.

#### Uppföljning av verksamheten

En nära dialog med besökarna och bo- eller trivselråd och utvärdering av verksamheten är av stor vikt för att en trygghetsskapande verksamhet tillskapas. Verksamheten bör kontinuerligt följas upp, utvärderas och utvecklas utifrån besökarnas önskemål och behov.