

# Rapport från projekt Äldre i utsatthet – Att höra till projektår 2 /2020

## Övergripande projektdel Norrmalm, Vällingby och Skärholmen

*Ansvarig projektledare för Norrmalm, Vällingby och Skärholmen – Kerstin Andersson, Sociala Missionen.*

**I stadsdelarna Norrmalm har vi successivt identifierat och haft kontakter med en rad aktörer, från staden och frivilligsektorn, med verksamhet för målgruppen.**

Insatsen leder till kunskap om varandras verksamheter vilket kommer de äldre tillgodo genom att därigenom få hänvisning till aktiviteter som motsvarar behov och förväntningar.

### Metoder som prövats:

- **Information och dialog med aktörer inom frivilligsektorn på Norrmalm**
- **Information och dialog med äldreheten på Norrmalm**
- **Bildande av nätverk** för samverkan och samordning inom stadsdelen.

Inplanerade frukostmöten med deltagare från frivillig och offentlig sektor, genomförda våren 2020 och hösten 2020 i samarbete med diakon inom Adolf Fredriks församling. I samlingarna deltog sammanlagt c:a 30 personer, representanter från stadsdelsförvaltningen, organisationer och församlingar.

- **Deltagande i frukostmöten i Hässelby**, informations- och erfarenhetsutbyte mellan organisationer, församlingar och stadsdelsförvaltning.
- **Planering av gemensamma seminarier för anställda och volontärer.**

Projektet ansvarade för planering och genomförande av seminarieeftermiddag, Immanuelskyrkan Norrmalm, hösten 2020. C:a 35 deltagare från stadsdelsförvaltning, församlingar och organisationer lyssnade till två föreläsare och representanter från stadsdelen och organisationer på Norrmalm som berättade om sina respektive verksamheter och om hur man hanterat den situation som uppstod i samband med Corona.

Forskare Kerstin Thelander informerade om sin rapport "Ensamhet dödar" och sjukhuspräst Kerstin Dillmar föreläste utifrån sitt arbete att som sjukhuspräst, volontär eller anhörig möta människor i kris.

För att ha krafter att rätt bemöta personer i utsatta livssituationer krävs energi och inspiration och kunskap och delande av erfarenheter är ett sätt att få påfyllnad. Utifrån en positiv respons i samband med utvärdering **planeras ytterligare en seminariedag, i Skärholmen, mars 2021.** I Skärholmen utgår inbjudan till stadsdelens äldreheten, till organisationer och församlingar inom närområdet.

**Start av nya lokala mötesplatser för målgruppen med gemenskapsstärkande aktivitet, temakvällar, rådgivning, stödverksamhet, lotsning/länkning till andra aktörer mm. utifrån erfarenheter från I Gemenskaps pågående verksamheter i Vällingby, Södermalm, Östermalm och Norrmalm.**

- Utifrån Coronasituationen har etablering av nya mötesplatser för större grupper omöjliggjorts under 2020. I ett tidigt skede efter Coronas utbrott tog vi kontakt med Sociala Missionens medlemsförsamlingar för att efterfråga behov och erbjuda insatser utifrån församlingarnas situation. I detta sammanhang framkom behovet av mötesplatser för mindre grupper, antingen vid fysiska möten eller via digitala möten och idén om **Berättargrupper/ Livsnära samtal** föddes. Vi planerar nu (mars 2021) en gruppledd utbildning i samarbete med studieförbundet Bilda och vi kommer efter utbildningen att inbjuda till grupper på

olika platser inom Stockholmsområdet, bland annat genom Sociala Missionens c:a 40 medlemsförsamlingar. För många äldre är erbjudande om digitala möten inte realistiska och i väntan på Coronas avslut erbjuds telefonkontakter för att hindra isolering och känsla av utanförskap.

#### Skärholmen:

Inom projektet finns en pågående planering gällande samarbete angående en öppen mötesplats i Skärholmen. Utifrån projektet har vi erbjudit kompletterande insatser. I Skärholmen planeras lokal och former för öppen verksamhet och under 2020 har vi fortsatt arbetet med att implementera och utveckla dessa planer och vi vill fortsätta arbetet under 2021.

#### Vällingby:

**Projektet har möjliggjort ett samarbete med den öppna mötesplatsen/Kafé i Gemenskap (Ny Gemenskap)** i Vällingby, öppet varje vardag. 50-70 besöker varje dag mötesplatsen i Västerorts kyrkan. 30-40% är personer över 65 år. På grund av Coronasituationen har lokalen tidvis varit stängd för besökare och måltid har serverats utomhus vilket påverkat projektets insatser, individuell rådgivning och ledare av allsång.

Inplanerades individuell rådgivning och samtalsstöd varje vecka av socionom eller jurist. Erbjudandet fick under våren avbrytas på grund av Coronasituationen. Under hösten 2020 återupptogs besöken av jurist men fick avbrytas i november. C:a 10 personer erhöll stöd i en komplicerad livssituation. Vi avser att fortsätta med denna insats så snart det utifrån Coronasituationen blir praktiskt möjligt.

Inom mötesplatsen i Vällingby erbjöds ledare för efterfrågad allsångsverksamhet. Allsång erbjöds vid ett tillfälle varje vecka vilket av gästerna mottogs med entusiasm. Under perioden april - september och oktober-december avbröts insatsen på grund av restriktioner i samband med Coronapandemin. Vi avser att fortsätta med denna insats så snart det utifrån Coronasituationen blir praktiskt möjligt.

### **Projekt del Farsta – Sköndal:**

*Ansvarig verksamhetsledare för projekt del Farsta – Sköndal Anette Kyhlström, Hela Människan i Stockholms län.*

I början på projektår 2 gjorde Hela Människan i Stockholms län en större kartläggning av alla mötesplatser som finns för äldre inom st. Farsta – Sköndal. Vi kunde då konstatera att det inte finns brist på mötesplatser utan snarare tvärtom. Frågan vi ställde då var varför så många äldre i området känner sig ensamma och inte kommer till dessa befintliga mötesplatser. Enligt Socialstyrelsens utredning känner sig sex av tio äldre i Farsta ensamma trots att de har hemtjänst. Efter ett antal intervjuer med äldre som uttalat sig i frågan påbörjade vi start av en ny verksamhet, Anonyma Ensamma, en verksamhet som Sofia församling haft stora framgångar med. Centrumkyrkan i Farsta, i vilken Hela Människan i Stockholms län har lokaler, används redan av såväl AA-grupper, NA-grupper och Alanon, så att starta ytterligare grupper på dagtid för äldre ensamma fanns det stora möjligheter för.

Vi förberedde gruppverksamheten och i samarbete med Kulturhuset/Stadsteatern också föreläsningar kring ämnet "Att känna sig ensam" som var tänkta att hållas i Farsta Centrums kulturhus. Tyvärr kom pandemin i vägen och 70+are fick uppmaning om att stanna hemma och inte vistas i större sammanhang.

Vi fick tänka om och ställa om. Att starta verksamhet med fysiska samlingar eller att samla människor till föreläsningar för att informera om att vi skulle starta AE fanns det inte möjlighet till. Istället tog vi en annan väg, den genom telefonen. Vi vet att många som arbetar inom hemtjänsten vittnar om att deras kunder inte tycker att personalen har tid att stanna och prata lite. Man får sin matlåda och den praktiska omsorg som man som kund har fått biståndsbedömning för och efter det finns det inte tid kvar för att prata. Utifrån detta föddes en ny del av projektet som vi kallar **Vänringen – "Ring så pratar vi!"**

Redan innan Coronapandemin drog över vår värld och kom till Stockholm fick vi erfara att väldigt många människor, särskilt äldre personer, kände sig ensamma. Hemtjänsten räcker inte till för att lindra den känslan utan får ofta tillfredsställa de mest basala praktiska behoven. Att sitta ner och samtala om ditt och datt finns inte tid för. Tidsbrist är för många anhängiga också ett skäl till att inte

hinna småprata med sina äldre släktingar och bekanta. Många äldre har inte heller några anhöriga alls att vända sig till. Efter att pandemin bröt ut har vi erfarit att ännu fler har fått ensamhetsbekymmer. Telefonen är väldigt tyst och man vågar sig heller inte ut i samhället där smittan sprids. Alla har inte någon hemtjänst utan blir därför än mer isolerade. Att få en matkasse ställd utanför dörren blir bara ytterligare en tyst kommunikation.

Som en del av projekt Äldre i utsatthet/Att höra till har Hela Människan i Stockholms län sedan i april 2020 ansvarat för att inom std Farsta - Sköndal lansera verksamheten Vänringen – ”Ring så pratar vi!” Vi vet att många äldre lyssnar på radions *Ring så spelar vi* på lördagsförmiddagarna. Det är något som känns tryggt, varför vi valde just att appellera på det namnet. När pandemin och dess restriktioner är över går det också att utveckla detta koncept med ”Ring så promenerar vi”, ”Ring så fikar vi”, osv. Detta kan också leda till att fler av de som känner sig ensamma kan via kontakt med sin telefonvän också hitta till de mötesplatser som finns inom std.

Vi har, med hjälp av hemtjänst, vårdcentraler och andra aktörer, inbjudit äldre personer att ringa till oss och anmäla sitt intresse för att få en telefonvän. Volontärer söker vi via Volontärbyrå, vilka vi i Hela Människan i Stockholms län samverkat med under många år. Volontärerna anmäler sig på Volontärbyråns hemsida, där vi har ett konto. När vi får in en intresseanmälan från en presumtiv volontär utbildas denne och därefter matchar vi ihop volontären med någon äldre med liknande intressen.

Volontären har uppdraget att 1 – 2 gånger per vecka ringa sin telefonvän och prata bort en stund. Samtalen kan handla om vad som helst som t.ex. pelargoner, väder och vind, men också om mer existentiella frågor. Finns det önskemål från den äldre om att få självård finns även två diakoner att tillgå.

Alla volontärer får genomgå en utbildning för att bli behöriga. Vi ber också alltid om ett utdrag ur belastningsregistret. Volontären får inte ha annan kontakt med den äldre än via telefonen och ska följa en checklista som fylls i vid samtalen. Man journalför inte samtalen, men som ansvariga för verksamheten vill vi veta när man har ringt, hur den äldre uppfattas och om volontären uppfattar att det behövs någon mer insats för att den äldre ska känna sig sedd och bekräftad. Att känna sig ensam kan leda till suicidtankar vilket vi är oerhört lyhörda för och uppmanar våra volontärer att genast ge oss diakoner respons på om så skulle vara fallet.

Vi önskar, om möjlighet finns, att få fortsätta med denna så viktiga verksamhet och arbetar för att kunna implementera den i Hela Människan i Stockholms läns ordinarie verksamhet. Vi vill också verka för att utöka verksamheten Vänringen till fler stadsdelar.

Vi kan ju också konstatera att pandemin inte ännu verkar ge med sig utan dessvärre ser vi ju återigen en ökning av smittspridningen. Isolering och karantän har påverkat många äldre psykiskt och förmodligen har vi många år framför oss då vi behöver arbeta för att bryta ensamhets känslor och psykisk ohälsa som kommit till följd av pandemin.

### **Övergripande sammanfattning:**

Under projektår 1 och 2 har vi fått vara kreativa och flexibla. På grund av pandemin under 2020 har en hel del av projektet fått ändra former och hitta nya vägar. Vi kan dock se att vi har kommit en bit på väg för att i framtiden också kunna implementera projektets erfarenheter och nya verksamheter in i våra ordinarie verksamheter. Det finns dock fortfarande utvecklingspotential och saker inom de olika verksamheterna som måste sätta sig innan vi kan anse oss vara i hamn.

Stockholm den 8/1 2021

Stygruppen för  
projekt Äldre i utsatthet – Att höra till

gm/

**Agnetha Dalemark**  
Sociala Missionen  
verksamhetschef

**Sven-Erik Wånell**  
Sociala Missionen  
ordförande