



Bilag 1

Beskrivelse af indsatsen til forebyggelse og bekæmpelse af ensomhed blandt ældre i Sundheds- og Omsorgsforvaltningen

10. november 2020

Sagsnummer
2020-0848717

Dokumentnummer
2020-0848717-1

I nærværende notat beskrives den eksisterende indsats til forebyggelse og bekæmpelse af ensomhed blandt ældre i København

Baggrund

I 2014 udarbejdede Sundheds- og Omsorgsforvaltningen (SUF) en analyse om ensomhed blandt ældre borgere i København. Analysen dannede afsæt for en ny tilgang til arbejdet med forebyggelse og bekæmpelse af ensomhed, og siden 2015 har Sundheds- og Omsorgsudvalget og Sundheds- og Omsorgsforvaltningen haft et målrettet fokus på forebyggelse og bekæmpelse af ensomhed – som bl.a. også er afspejlet i Ældrepolitikken 2015-2018 og den nye ældrepolitik 2019-2022.

Med budget 2015 blev der afsat midler til forebyggelse og bekæmpelse af ensomhed blandt ældre. Midlerne er udmøntet af Sundheds- og Omsorgsudvalget og finansierer forvaltningens eksisterende ensomhedsindsats. Med finansloven 2019 blev der derudover afsat midler til kommunernes indsats med forebyggelse og bekæmpelse af ensomhed, tab af livsmod, sorg og selvmord blandt ældre. Københavns Kommune er disse midler udmøntet af Sundheds- og Omsorgsudvalget i april 2019 til en videreudvikling af ensomhedsindsatsen med fokus på opsporing blandt modtagere af hjemmepleje og forebyggelse blandt de yngre seniorer.

Initiativerne i den samlede ensomhedsindsats, som beskrives nedenfor er fortrinsvist målrettet ældre københavnere over 65 år. Sundheds- og Omsorgsforvaltningen arbejder parallelt med understøttelse af borgernes sociale relationer og netværk som et element i den bredere sundhedsfremmende og forebyggende for alle borgere i København.

Ensomhedsindsatsen tager udgangspunkt i Københavns Kommunes kommende nye Ældrepolitik 2019-22; "Lev stærkt - Hele livet" og bidrager til at realisere såvel visionerne om Fællesskaber og Frihed, herunder borgerens mulighed for at mestre hverdagen selv.

Ensomhed - psykisk og fysisk sundhed

Ifølge forskningen er der sammenhæng mellem ensomhed og mobilitetstab, fejlernæring, stress, kognitivt funktionsevnetab, hjertekar-sygdomme, søvnforstyrrelse og depression. Ensomhed er en selvstændig risikofaktor for livstruende tilstande på lige fod med eksempelvis rygning, alkohol og fysisk inaktivitet. Sundhedsprofil 2017 peger også på sammenhæng mellem ensomhed og en række risikofaktorer: Forbrug af alkohol, usundt kostmønster, undervægt og

Center for Omsorg og
Rehabilitering
Afdeling for Ældre
Sjællandsgade 40
2200 København N

EAN-nummer
5798009290403

svær overvægt. Derudover er der sammenhæng mellem svage sociale relationer og mental sundhed, fx dårlig livskvalitet og højt stressniveau¹. Der er således mange gode grunde til at forebygge og bekæmpe ensomhed.

Hvor mange københavnere er ramt af ensomhed?

Ifølge Sundhedsprofilen 2017 har 20 % af borgerne i København svage sociale relationer og 10 % er ensomme² (Region Hovedstadens gennemsnit er på hhv. 21 % og 8 %). Ensomhed rammer hårdest blandt de unge og de ældste, ligesom borgere med ikke-vestlig baggrund, førtidspensionister, langtidssyge og enlige borgere er i større risiko for ensomhed end gennemsnittet. Der er en social slagside i forekomst af svage relationer og ensomhed, og i Københavns Kommune varierer forekomsten af ensomme borgere fra 8% i Indre By og Østerbro til 12 % i bydelen Bispebjerg (Sundhedsprofilen 2017).

Som en del af de årlige brugertilfredsundersøgelser (BRUS) måler Sundheds- og Omsorgsforvaltningen på forekomsten af ensomhed blandt borgere, der er i kontakt med forvaltningen. Undersøgelsen i 2019 viser, at 29 % af borgere i hjemmeplejen angiver, at de *ofte* eller *en gang i mellem* er alene, selv om de godt kunne tænke sig at være sammen med andre, mens andelen for borgere i plejehjem er 17 %.

¹ Sundhedsprofil 2017: Region Hovedstaden, Center for Klinisk Forskning og Forebyggelse.

² For en sondring mellem begreberne "social isolation" og "ensomhed" samt måling, se Sundhedsprofil for Region Hovedstaden s. 246. Til belysning af ensomhed anvender både SUF og Sundhedsprofilen The Three-Item Loneliness Scale, som er en kort version af ensomhedsskalaen UCLA Loneliness Scale. Ifm måling af svage relationer anvender man i stedet spørgsmål, der belyser hvor ofte respondenter er alene, selvom vedkommende godt kunne tænke sig at være sammen med andre.

Den eksisterende indsats mod ensomhed

Sundheds- og Omsorgsforvaltningens eksisterende ensomhedsindsats følger overordnet fire spor, som præsenteres med nogle konkrete eksempler nedenfor:

Debatskabende og mobiliserende indsatser
<i>Hvad omhandler indsatsen?</i> Initiativer, som har til formål at aftabuisere ensomhed og øge opmærksomheden på ensomhed som en fælles samfundsproblematik.
<p><i>Eksempler på tiltag:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Teaterforestillinger for ældre, som deler deres fortællinger om ensomhed i samarbejde med fonden C:ntact. • Initiativet 'Hej Nabo' sætter naboer og lokalsamfund i centrum for at understøtte et mere opmærksomt og hjælpsomt lokalsamfund. Initiativet er et samarbejde med foreningen Fucking Flink, der arbejder for og har erfaring med at skabe sociale bevægelser mod en mere flink kultur. • Den årlige kampagne "Danmark spiser sammen" og "March mod Ensomhed" i samarbejde med Folkebevægelsen mod Ensomhed • Offentlige kampagner målrettet en aftabuisering af ensomhed, eksempelvis: https://ensom.kk.dk/
Nye fællesskaber for udsatte, ensomme borgere
<i>Hvad omhandler indsatsen?</i> Sundheds- og Omsorgsforvaltningen sætter i samarbejde med civilsamfundsaktører initiativer i gang, som skaber mulighed for, at borgere i udsatte grupper, som oplever ensomhed, kan indgå i nye fællesskaber og styrke deres netværk. Indsatserne bygger på metoder og tilgange, som har dokumenteret effekt. Samtidig afprøves nye veje i pilotprojekter.
<p><i>Eksempler på tiltag:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Erindringsklubben og Svirrerklubber i samarbejde med Københavns Stadsarkiv (Kultur og Fritidsforvaltningen) • Fortæl for Livet-grupper i samarbejde med Ensomme Gamles Værn og Røde Kors Hovedstaden • Fællesspisninger for borgere med etnisk minoritetsbaggrund i samarbejde med Muhabet • Turtjeneste og bogvenner for udsatte ældre med Røde Kors Hovedstaden • Etnisk Ressourceteam på Amager.
Tilgængelighed til fællesskaber og frivillighed for alle ældre
<i>Hvad omhandler indsatsen?</i> Initiativer, der understøtter udvikling af nye forebyggende fællesskaber i samarbejde med civilsamfundet og foreningslivet.
<p><i>Eksempler på tiltag:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Strukturelt tiltag, hvor alle borgere, der bliver 65 inviteres i samme kalenderår til et gå-hjem-møde mhp. at præsentere mulighederne i København for at være frivillig eller deltage i aktiviteter (i 2021 afvikles mødet som webinar).

<ul style="list-style-type: none"> • Årlig messe for 60-70-årige som udbreder viden om aktiviteter og muligheder for at indgå i frivilligt arbejde • "Fodbold for Seniorer" med DBU og idrætsforeninger med p.t. fem forskellige herrehold og et damehold • Cykelfællesskaber i samarbejde med DGI • Flere seniorer i idrætsforeninger i samarbejder med 6 idrætsforeninger og Kultur- og Fritidsforvaltningen. • "Mænds Mødested" i samarbejde med Senior Center Sankt Joseph og boligorganisationen VIBO
<p>Mobiliserende og kompetenceudviklende indsats blandt udvalgte medarbejdere i Sundheds- og Omsorgsforvaltningen</p>
<p><i>Hvad omhandler indsatsen?</i> Initiativer, som understøtter, at medarbejdere med borgerkontakt sætter fokus på ensomhed i deres faglighed og i deres arbejdsgange, samt understøttelse af initiativer, som løfter samarbejdet mellem medarbejdere i driften og frivillige.</p>
<p><i>Eksempler på tiltag:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • "Tigerspring - Det kærlige skub" er et initiativ, som gennemfører systematisk i opsporing af ensomhed, samtale med borgere og match med relevante aktiviteter/fællesskaber. Medarbejdere vejleder borgeren til at opsøge nye aktiviteter og fællesskaber ud fra borgerens ønsker og behov. • Kompetenceudvikling af medarbejdere vedr. opsporing af ensomhed og udvikling af e-learning materiale om ensomhed • Etablering af frivilligt team på Plejehjemmet Rundskuedagen • Styrkelse af overgangen fra ældreklub til aktivitetscenter.

Øvrige relevante indsatser

Foruden ovenstående indsatser kan der peges på, at indsatsen ift. forebyggelse og bekæmpelse af ensomhed blandt ældre i Københavns Kommune også understøttes af to andre puljer, der bl.a. har til formål at fremme sundhed og fællesskaber:

- *Tilskud til §-79 klubber:* Københavns Kommune giver årligt tilskud til aktiverende og sundhedsfremmende tilbud i ældreklubber efter servicelovens § 79. Der er i 2020 tildelt ca. 25 mio. kr. til dette formål, udmøntet efter ansøgning. Et af de politisk fastsatte kriterier for at modtage støtte er netværksskabelse og opsøgende indsatser mod ensomhed. Der er desuden fokus på at understøtte nye grupper og aktiviteter og på, at ældre får mulighed for at være frivillige og bruge deres resurser til gavn for og sammen med andre.
- *Boudlægspuljen:* Kommunen forestår bisættelser eller begravelser af afdøde borgere, når der ikke er pårørende, der kan eller vil påtage sig opgaven. Når afdøde efterlader sig beskedne midler, kan Skifteretten overdrage boet til kommunen, der til gengæld varetager begravelsen eller bisættelsen samt rydning af bolig m.m. Sundheds- og Omsorgsudvalget godkendte i 2000, at mulige overskud efter begravelse/bisættelse fra afdøde borgere samles i den såkaldte Boudlægspulje, som anvendes til at afhjælpe ensomhed blandt ældre. Midlerne i puljen kan søges løbende og anvendes typisk

til arrangementer og ture, der skaber fællesskaber for socialt udsatte og ensomme ældre. Det er ikke muligt at forudse puljens størrelse pr. år, men i gennemsnit er der de seneste tre år tilgået puljen ca. 2 mio. kr. årligt.

Resultater af ensomhedsindsatsen

Med ensomhedsindsatsen er samarbejdet med civilsamfundsaktører og frivillige styrket, og Sundheds- og Omsorgsforvaltningen har fået nye veje til at nå målgrupper af ældre, som er sværere at nå med de traditionelle kommunale tilbud. I overensstemmelse med Ældrepolitikens tema om frihed sidestiller kommunen behov for hjælp ved både fysisk, psykisk og social mistrivsel gennem udvikling af tilbud i forhold til ensomhed, depression mv. Initiativerne i ensomhedsindsatsen har bidraget til dels et generelt større fokus på psykisk og social trivsel dels konkrete initiativer til fremme heraf.