



Til Sundheds- og Omsorgsudvalget

29. marts 2019

Sundheds- og Omsorgsforvaltningens indsats mod ensomhed blandt ældre

I nærværende notat beskrives den eksisterende indsats til forebyggelse og bekæmpelse af ensomhed.

Sagsnr.
2019-0060027

Dokumentnr.
2019-0060027-5

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 SUF haft et målrettet fokus på forebyggelse og bekæmpelse af ensomhed – som bl.a. også er formuleret i både Ældrepolitikken 2015-2018 og den nye ældrepolitik 2019-2022.

Sagsbehandler
Trine Weisel Nilausen
Lluís Armangué

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.

Initiativerne i indsatsen 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.

Ensomhedsindsatserne 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, fejlnæring, stress, kognitivt funktionsevnetab, hjerte-kar-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 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?

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

Afdeling for Ældreliv

Sjællandsgade 40
2200 København N

EAN nummer
5798009290403

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 også rammes i højere grad ramt 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 SUF på forekomsten af ensomhed blandt borgere, der er i kontakt med forvaltningen. En 27 % 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 en 29 %. BRUS 2018 peger på en øget grad af ensomhed blandt beboerne på nogle plejehjem, hvilket også adresseres i handleplanen på området.

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.
<i>Eksempler på tiltag:</i> <ul style="list-style-type: none"> • Den årlige kampagne ”Danmark spiser sammen” og ”March mod Ensomhed” i samarbejde med Folkebevægelsen mod Ensomhed • Teaterforestillinger for ældre, som deler deres fortællinger om ensomhed i samarbejde med fonden C:ntact. • Offentlige kampagner målrettet en aftabuisering af ensomhed.
Nye fællesskaber for udsatte, ensomme borgere
<i>Hvad omhandler indsatsen?</i> Forvaltningen 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.

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.

<p><i>Eksempler på tiltag:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Erindringsklubben i samarbejde med Københavns Stadsarkiv (Kultur og Fritidsforvaltningen) • Fortæl for Livet-grupper • Fællesspisninger for borgere med etnisk minoritetsbaggrund i samarbejde med Muhabet • Turtjeneste og bogvenner for udsatte ældre med Røde Kors Hovedstaden • Etnisk Ressourceteam på Amager.
<p>Tilgængelighed til fællesskaber og frivillighed for alle ældre</p>
<p><i>Hvad omhandler indsatsen?</i> Initiativer, der understøtter udvikling af nye forebyggende fællesskaber i samarbejde med civilsamfundet og foreningslivet.</p>
<p><i>Eksempler på tiltag:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • ”Fodbold for Seniorer” med DBU og Ældre Sagen • Cykelfællesskaber med DGI • ”Mænds Mødested” i samarbejde med Senior Center Sankt Joseph og boligorganisationen VIBO • Puljen ’Nye lokale fællesskaber’, som sigter på at udvikle nye aktiviteter og fællesskaber tæt på de ældre i almene boligområder og i samarbejde med de almene boligselskaber.
<p>Mobiliserende og kompetenceudviklende indsats blandt udvalgte medarbejdere i Sundheds- og Omsorgsforvaltningen</p>
<p><i>Hvad omhandler indsatsen?</i> Initiativer, som understøtter, at de udvalgte 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"> • Kompetenceudvikling af udvalgte 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.

Økonomi

Ensomhedsindsatsen har samlet et årligt budget på 7,7 mio. Beløbet finansierer primært samarbejdsaftaler med forskellige civilsamfundsorganisationer om tiltag af forskellig størrelse jf. ovenstående eksempler.

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 2018 tildelt ca. 24 mio. kr. til dette formål, udmøntet efter ansøgning. Et af de politisk fastsatte kriterier for at modtage støtte er netværksskabelse og opbyggende 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. Ligeledes er der gennemsnitligt de sidste tre år udmøntet ca. 2 mio. kr. årligt. Der aktuelt er der ca. 6,5 mio. kr. i Boudlægspuljen.

Resultater af ensomhedsindsatsen

Med ensomhedsindsatsen er samarbejdet med civilsamfundsaktører og frivillige styrket, og SUF har fået nye redskaber til at nå målgrupper af borgere, 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.

BRUS viser, at det er lykkedes hjemmeplejen AMA at reducere andelen af borgere, der *ofte* er uønsket alene fra 9% til 6 % på et år – i samme periode, hvor der er arbejdet med at systematisere opsporing og opfølgning på ensomhed og blandt medarbejdere og i samarbejde med civilsamfundet.

SUFs bidrag til ensomhedsindsatsen for de yngre københavnere

Som det også blev drøftet i forbindelse med Sundheds- og Omsorgsudvalgets temadrøftelse om sundhed og forebyggelse den 24. maj 2018, er gode sociale relationer og netværk ofte en grundlæggende forudsætning for menneskers mentale og fysiske sundhed.

Derfor arbejder SUF også med at medtænke sociale relationer i en række sundhedsindsatser, og i samarbejde med andre forvaltninger, eksempelvis:

Partnerskaber med ungdomsuddannelserne, der sætter fokus på psykisk sundhed, røgfrihed, sunde alkoholvaner og seksuel sundhed. Partnerskaberne indebærer en række initiativer, som fremmer fællesskab og inklusion ved eksempelvis at sætte fokus på de unges pausekultur og herigennem understøtte etablering af inkluderende fællesskaber.

Ung i Forandring, som er et kortere, forebyggende psykologisk samtaleforløb for unge. Forløbet tilbydes på ungdomsuddannelser i København, jobcentre og UU vejledning til unge mellem 15-30 år. Ud over individuelle samtaler tilbydes på nogle skoler også gruppeforløb med udvalgte temaer.

Kursustilbuddet '*LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende*', som har bl.a. til formål at forebygge isolation og ensomhed hos pårørende til kronisk syge. 'Socialt samvær' er et af de selvhjælpsværktøjer, kursisterne lærer at bruge som redskab til at få mere energi og overskud i en presset hverdag. Desuden understøtter kurset netværksdannelse mellem de pårørende, der er i samme situation og derfor kender til hinandens udfordringer.

Holdforløb i Center for Diabetes og Center for Kræft og Sundhed med fokus på at håndtere sygdom gennem fællesskaber med andre i samme situation med henblik på at forebygge social isolation og sygdomsforværring.