

Referat i hovedpunkter fra opsamling af mødet mellem Sundheds og Rehabiliteringsudvalget og Seniorrådet 3. november 2021

Overskriften for dialogen var ensomhed i begge de to grupper.

Ensomhed kan tage udgangspunkt i tre dimensioner:

Social ensomhed – at føle sig uønsket alene

Emotionel ensomhed – at føle sig alene sammen med andre eller i sin relation til andre

Eksistentiel ensomhed – at miste meningen med livet

Transport er en kæmpe barriere. Hvordan kan vi arbejde med det?

- Ældre borgere kan opleve både fysiske og psykiske barrierer i forhold til at komme ud af egen lejlighed og dér bryde ensomheden og isolationen
- Transport er en udfordring, og derfor er det let at tabe nogle borgere. Hvordan kan man arbejde med kørselsordninger eller følgeordninger?
- Telefonvenner eller videochats kan også være en vej, hvis man ikke vil ud – det kan være med til at opbygge relationer, som gør det lettere at komme ud. Der blev henvist til erfaringer fra en studietur i Skotland, hvor borgere, som boede meget afsides, kunne være i kontakt med læge/sygeplejerske eller andre via videochats
- Vi henvender os til dem, der sidder alene hjemme, men der er en stor målgruppe, der ikke kan komme fra a til b. Så skal de bruge flextrafik, og det er der flere, der ikke magter. De vil derimod gerne have besøg hjemme, men det opleves ikke, at der er tilstrækkeligt med besøgs personer til rådighed i forhold til efterspørgslen
- Kan man lave fælles kørselsordning til kirker eksempelvis?

Styrke fællesskabet i boligområder

- Vigtigt at få samarbejde med andre eksempelvis kirken. Det kan være fælles læsning. Det sker bl.a. på biblioteker
- Kan kommunen agere som facilitator og igangsætter af sociale fællesskaber i lokalområder? Det kan være i de enkelte boligområder
- Gøre boligforeningen opmærksom på behovet og muligheden for lokaler til fælles arrangementer i den respektive boligforening
- I områder, hvor man bor tæt sammen, kunne der være mulighed for at gøre noget sammen. Der er et projekt i Mørkhøj, hvor borgere går tur sammen. Der er i igangsat 2 grupper, der skal køre videre selv.

Ønske om mulighed for at komme på et daghjem

- Det kræver overtalelse og overvindelse at komme afsted, når man er godkendt til daghjem.

Bofællesskaber – seniorbofællesskaber - generationsfællesskaber

- Seniorbofællesskaber har vist, at de kan skabe rammerne om det gode ældre liv. Man bliver lettere inddraget i fællesskaberne, når man bor med ligesindede og selv har besluttet sig for fællesskabet
- Seniorbofællesskaberne kan se forskellige ud. Det kan være opgangsfællesskaber, eller som VIVE peger på i deres rapport, at det kan være blandet på tværs af generationer. Fællesskabet og at gøre ting sammen er vigtigt
- I en boligforening kan der være et geografisk fællesskab. Der er dertil lokaliteter til formålet. Det kan være syklub o.a. det gør barriererne mindre

Ensomhed er tabu

- Hvordan mindsker man tabuet omkring det at være ensom, hvordan kan de forebyggende konsulenter tage bedre hånd om ensomhed i mødet med borgeren? En del borgere har meldt tilbage til seniorrådet, at de oplever, at forebyggerne har mange informationer, og at der er meget lidt tid til dialog
- Forebyggerne har også enke- og enkemandsbesøg, og dette skal fortsat prioriteres højt, da det har stor betydning for at mindske ensomheden, og giver borgeren mulighed for at komme ud og ikke lukke sig om sig selv.
- Særligt enkemænd er der bekymring for, fordi de lettere går til grunde, det opleves, at de er få, og at de glemmes. Et ønske om særlige input til enkemænd. Mændene mangler den dybe relation, som kvinder ofte har med veninder, derfor opleves det, at mændene mister mere, når de bliver alene – hvordan kan der igen opbygges dybe relationer med andre?
- Hvordan skabes der kontakt til dem, som ikke er i kontakt med en kommunal indsats?
- Et opmærksomhedspunkt er, at en del borgere kan blive ensomme, når de ophører med deres arbejde. Hvordan etableres der kontakt og muligheder for disse borgere?
- For at mindske eksklusion når man som borger endelig har taget mod til sig og valgt at tage med på tur, gå ned i en klub eller på kommunens caféer – så vil det være godt, at der er en værtinde i klubben, som særligt tager sig af de nye, så de føler sig velkomne og kommer til at møde andre. Når man er på kommunalt arrangerede ture, fx "kend din kommune", Danmarksrejser eller til julefrokost med senioridræt, så bør det arrangeres, så man kommer til at sidde med nogle, man ikke har mødt før. Det opleves ofte som, at alle har travlt med at sætte sig med dem de kender, og dermed bliver det sværere hvis man er alene