

Notat om: Initiativer mod ensomhed hos ældre borgere i forbindelse med coronakrisen		
Sagsbehandler: Anne Kamille Klausen	Dato:	04-05-2020
Til:	J. nr.:	00.01.00-A00-6-20

Baggrund og målgruppe

Regeringen og de øvrige partier har for nylig indgået en aftale om initiativer til svækkede ældre i forbindelse med covid-19. Der er afsat midler til initiativer, der på forskellig vis bidrager til at fastholde social kontakt og øge livskvaliteten for svækkede ældre.

Forvaltningen er på den baggrund i gang med at undersøge mulige initiativer, der kan iværksættes i den kommende tid for at forstærke indsatsen mod ensomhed hos ældre borgere i Rødovre Kommune som følge af coronakrisen. Disse initiativer beskrives i nærværende notat.

Målgruppen er ældre, særligt hjemmeboende ældre, der oplever sig alene og ensomme. På plejehjemmene er der personale, herunder aktivitetsmedarbejdere, til at yde omsorg og skabe indhold i hverdagen, så der er en særlig opmærksomhed på (svækkede) hjemmeboende ældre, da de er mere overladt til sig selv og dermed i større risiko for at blive socialt isolerede.

Ensomhed er usundt

Det er ikke farligt at føle sig ensom i korte perioder, men hvis ensomheden bider sig fast, kan det være skadeligt.

De nødvendige restriktioner og forandringer i hverdagen som følge af coronakrisen indebærer ekstra udfordringer for mange ældre, både de ældre der i forvejen er svækkede og socialt isolerede, og de ældre, der før coronakrisen havde en aktiv hverdag med sociale aktiviteter, foreningsdeltagelse og frivilligt arbejde. Disse aktiviteter er sat på pause på ubestemt tid, og de ældre er mere overladt til sig selv. Det påvirker trivselen, og de menneskelige omkostninger kan være omfattende.

Forskning på området viser, at ældre mennesker, som oplever ensomhed, overordnet set har forringet livskvalitet og livsglæde samt et dårligere helbred end ældre, der ikke oplever ensomhed. Samtidig viser undersøgelser, at ensomhed har lige så stærk indflydelse på dødeligheden som rygning, alkoholindtag, fysisk inaktivitet og overvægt. Ensomhed og svage sociale relationer er ikke kun et socialt problem, men øger også presset på sundhedssektoren.

De ændrede vilkår i hverdagen med øget social isolation kræver et styrket fokus på ensomhed og øger behovet for tiltag, der kan medvirke til at reducere ensomhed blandt ældre i Rødovre Kommune.

Eksisterende initiativer tilpasset den aktuelle situation

Heldigvis er vi i gang.

Oversigt over frivillig coronahjælp

Rødovre Kommune har blandt andet udarbejdet en oversigt over frivillig coronahjælp på kommunens hjemmeside. Her kan borgerne få et overblik over de frivillige organisationer – landsdækkende og lokale – der tilbyder praktisk hjælp og rådgivning i denne vanskelige tid.

Rødovre Kommunes medarbejdere bruger oversigten til at rådgive og henvise borgerne til de frivillige tilbud. For eksempel oplyser de forebyggende sygeplejersker i visitationen og hjemmeplejen til eksempelvis Ældre Sagens telefonvenner.

Øget fokus på ensomhed på ældreområdet

Alle medarbejdere, der har kontakt med ældre borgere, har stor fokus på ensomhed. De forebyggende sygeplejersker i visitationen har telefonisk kontakt med skrøbelige ældre, der eksempelvis lige er udskrevet fra hospitalet, bor alene og er demente eller har en dement ægtefælle, har mistet ægtefælle/samlever, borgere med skrøbelig psyke eller psykisk sygdom samt borgere med kroniske sygdomme.

De kan ikke gennemføre fysiske hjemmebesøg, men i telefonen taler de med borgerne om, hvordan de har det, hvordan de klarer sig under coronakrisen, og hvad der optager dem. De kan også rådgive borgerne ud fra deres aktuelle situation og henvise til relevante samarbejdspartnere.

I hjemmeplejen har medarbejderne også øget fokus på, at de ældre ikke bliver dårligere som følge af den øgede sociale isolation. Demenskoordinatoren og hjemmeplejens demensmedarbejdere er i kontakt med de demente borgere og deres pårørende, og dagcentermedarbejderne har kontakt til de mest sårbare af deres brugere.

Rødovre Frivilligcenter

Foruden den kommunale hjælp har Rødovre Frivilligcenter også tilbud til Rødovres ældre borgere. Frivilligcentret har samlet en række links til coronahjælp på deres hjemmeside, og de har tilpasset flere af deres aktiviteter til situationen. Blandt andet blev Rødovre Veterancafé skudt i gang via et online møde. Derudover har de oprettet en digital dialoggruppe på facebook, hvor frivilligcentret faciliterer dialog mellem medlemsforeningerne og andre fra foreningslivet i Rødovre. Selvhjælpsgrupperne som eksempelvis grupperne for pårørende til demente er sat på pause, men tovholderne for de enkelte selvhjælpsgrupper har telefonisk kontakt med gruppens medlemmer og er i gang med at undersøge, om gruppen kan mødes virtuelt.

Nye, forebyggende initiativer

Mange ældre klarer sig udmærket under coronakrisen. De finder løsninger og lever med begrænsningerne samt med hjælp fra netværk og det omgivende samfund. Men med udsigt til et efterår, hvor mange ældre sandsynligvis vil være utrygge ved at deltage i sociale aktiviteter på grund af smittefare, er der behov for at undersøge hvilke initiativer, der kan igangsættes for at støtte skrøbelige ældre, herunder hvordan kultur- og fritidsaktiviteter kan åbnes under særlig hensyntagen til de ældre.

Kultur- og fritidsinstitutionerne er centrale; de har mange aktiviteter for ældre og tilbyder stærke fællesskaber. Disse er dog sat på pause.

- Aktiv Fritid, der holder til i Rødovrehallen, har mange aktiviteter for ældre som gymnastik, folkedans, badminton, petanque osv.

- Vestbadet besøges af mange ældre hver måned, særligt i morgentimerne er der mange ældre gæster, der benytter svømmehal, holdtræning i vand og i sal.
- Der er ligeledes en stor gruppe ældre, der gør flittig brug af Rødovregård.
- Ligesom de benytter Kulturhuset Viften, hvor der i biografen ugentligt holdes 'seniorfilm', og der laves musikarrangementer målrettet de ældre.
- Oplevelsescenter Vestvolden laver masser af rundvisninger for ældre både ude på volden og inde i bunkeren.
- Heerup Museum har generelt mange sårbare ældre blandt de besøgende, som bliver mødt af en udvidet service med fokus på de ældres behov. Museet samarbejder også med plejecentrene og får blandt andet løbende besøg af ældre i små grupper fra Engskrænten, ligesom museet har stået for et større erindrings- og sanseprojekt med børnehavebørn og ældre på plejehjemmet Ørbygård.
- På Rødovre Biblioteker er der også tilbud målrettet de ældre. Her kan nævnes 'Bogen kommer', hvor biblioteket finder og kører materialer ud til ældre, der ikke selv kan komme på biblioteket, Lydavisen, hvor Rødovre Lokal Nyt indtales og sendes til ældre og borgere med synshandicap. Også mange af bibliotekets brede tilbud er populære blandt de ældre, blandt andet læsekredse, guidet fælleslæsning, gå dig glad i naturen, byvandring og lokalhistoriske arrangementer som foredrag og erindringscaféer.

Næste skridt

1. I takt med genåbningen af kommunale kultur- og fritidsaktiviteter er det relevant at undersøge, hvordan aktiviteterne kan tilrettelægges på en måde, hvor adgang for ældre borgere tænkes ind som en specifik prioritet. Det er vigtigt, at de ældre borgeres sociale isolation ikke varer længere end nødvendigt. Forvaltningen foreslår derfor, at der indledes en dialog med kultur- og fritidsinstitutionerne om, hvordan faciliteterne kan åbnes under særlig hensyntagen til de ældre.
2. Samtidig vil forvaltningen tage kontakt til relevante samarbejdspartner som eksempelvis Rødovre Frivilligcenter, frivillige sociale foreninger og folkeoplysende foreninger på området, Seniorrådet og den boligsociale medarbejder i Kærene om mulighederne for i fællesskab at igangsætte nye forebyggende indsatser målrettet ældre, særligt de svageste hjemmeboende ældre, der er i risiko for at blive påvirkede negativt af deres sociale isolation. Rødovre Frivilligcenter kan blandt andet bidrage til at skabe trygge overgange fra kommunale initiativer til frivillige foreninger.

Yderligere initiativer, der vil blive undersøgt og evt. igangsat:

- Dialog med kultur- og fritidsinstitutionerne om, hvordan faciliteterne kan åbnes under særlig hensyntagen til de ældre.
- Kompetenceudvikling/oplæring af medarbejdere med kontakt til udsatte, hjemmeboende ældre i Rødovre Kommune i brug af kommunikationsplatforme som Skype, Evercall, Zoom, FaceTime m.m.
- Digitale vejledere (kommunale medarbejdere eller frivillige fra f.eks. datastuerne), der en-til-en kan lære ældre at benytte kommunikationsplatforme på Skype, Evercall, Zoom, Face Time m.m.
- Hyppigere kontakt/møder med udsatte, ældre, hjemmeboende borgere ved eksempelvis de forebyggende sygeplejersker og demenskoordinatoren.
- Samarbejde med musikskolen, Kulturhuset Viften eller andre orkestre og kor om udendørs koncerter i almene boligområder, foran plejehjem og ældreboliger. Konkret har Rødovre Kommune modtaget

en forespørgsel fra Kulturmetropolen om samarbejde om gårdkoncerter (tre koncerter pr. plejehjem) med professionelle musikere, der er klædt på til lige præcis den type publikum.

- Cykling af ældre i ladcykler med medarbejdere eller frivillige cykelpiloter.
- Børnehavebørn og ældre laver fællesgymnastik i sikker afstand f.eks. foran vinduerne på ældreboliger og plejehjem
- Samarbejde med Aftenskolerne om tilpassede kurser til ældre
- Etablere en følgeordning, hvor en frivillig følger den ældre til en aktivitet for at skabe en tryk overgang
- Formidle overgange til frivillige tilbud og foreninger – f.eks. trykning af pjece med oversigt over frivillige corona-hjælpetilbud til omdeling hos de ældre.

Økonomi

Der er ikke i Rødovre Kommunes budget afsat midler til nye, forebyggende indsatser. Afhængig af hvilke aktiviteter, der ønskes igangsat, er der forskellige puljer, der kan søges, herunder §18 puljen (tilskud til frivillige sociale foreninger), §79 puljen (foreningstilskud til forebyggende indsatser og aktiviteter for ældre og handicappede) og puljer under Folkeoplysningsudvalget.