



Insikter och lärdomar

Webinarie om ofrivillig ensamhet och matlust

21 maj 2021



Lärdomar kring behovsanpassade matkassar

Personal i Enskede-Årsta-Vantör och Kävlinge delar med sig av insikter från tester av behovsanpassade matkassar. De har gjort pilot-tester i sina roller som innovationsmiljöer inom Nollvisionen för undernäring hos äldre.

Ellen Hugosson, måltidsutvecklare i Kävlinge kommun

Malin Ljung, leg. dietist stadsdelsförvaltningen Enskede-Årsta-Vantör i Stockholm

Jenny Eriksson, enhetschef stadsdelsförvaltningen Enskede-Årsta-Vantör i Stockholm

Evelina Grandell Rosenlund, enhetschef för Utvecklingsenheten Enskede-Årsta-Vantör i Stockholm

- De äldre har tyckt att det har varit roligt att delta och anställda vid boenden har sett hur deltagarna blivit piggare.
- Kommunerna uttryckte att igångsättandet av projektet gick lite fort, de hade velat ha längre startsträcka. Det fanns oro kring att göra fel hos personalen som skulle hantera registrering av data om maten och deltagarna, främst kring tekniken.
- Tydlig och tät kommunikation med personalen som sköter själva datainsamlingen är avgörande för att detta ska lyckas.
- Intresset har ökat för matkassarna, kommunerna kommer att fortsätta att arbeta tillsammans med övriga inom Nollvisionen för undernäring hos äldre.

Forskning om äldre personers existentiella ensamhet i LONE-projektet

Helena Larsson, sjuksköterska och universitetslektor, Högskolan Kristianstad.

Malin Sundström, sjuksköterska och universitetslektor, Högskolan Kristianstad.

Marina Sjöberg, sjuksköterska och universitetslektor, Högskolan Kristianstad.

- Ensamhet tar sig olika uttryck beroende på var i livet man befinner sig. Äldre personer upplever existentiell ensamhet när de känner att deras liv saknar mål och mening, eller när de kände att de inte hade någon att dela med sig av djupare tankar och känslor med. (Precis som hos oss alla)
- Egenskaper som är viktiga hos personal som jobbar med äldre som lider av ensamhet är bland annat: empati, mod och nyfikenhet. Andra förmågor som är viktiga är att kunna lyssna och respektera personer som lider av ensamhet.
- Det är också viktigt att ha en förståelse för den äldres situation, samt kunskap om samhället då och nu.

Paneldiskussion - Resultaten av forskningen – vad kan göras? Hur omsätts kunskapen i handling? Vad är svårt?

Leif Kindblom, SKPF Pensionärerna

Erik Slottnér (KD), Stockholm stad, Äldre- och trygghetsborgarråd

Evelina Grandell Rosenlund, enhetschef för Utvecklingsenheten, Enskede-Årsta-Vantör i Stockholm

Mats Wiking (S), Riksdagen, ersättare i Socialutskottet

Michaela Prochazk, äldresamordnare och utredare Socialstyrelsen

- Leif Kindblom från SKPF pensionärerna berättar om de signaler som de får från sina medlemmar angående ensamhet. Det är många som lider av ensamhet och extra mycket under pandemin. SKPF försöker bryta ensamheten genom olika aktiviteter. Leif berättar också om vikten av att ha sällskap under måltiden men också en lugn och trivsamt måltidsmiljö för att känna matglädje.
- Michaela Prochazk, äldresamordnare och utredare Socialstyrelsen tar upp att 40 % av de som har hemtjänst i Sverige känner sig ensamma då och då, pandemin har också gjort detta värre och ensamheten visar en negativ trend. Det finns möjligheter att använda

sig av digitala lösningar för att komma åt ensamheten som äldre känner kring måltider, eventuellt att man äter tillsammans fast på distans.

- Erik Slottner (KD) Stockholm stad får frågan om hur Stockholms stad arbetar för att minska ensamheten. Han berättar om Matlyftet som är en satsning där man använder måltiden som redskap för att minska ensamheten. Exempelvis genom gemensamma matlagningstillfällen och att ha picknick i naturen.
- Mats Wiking socialutskottet fick frågan Pratar ni om detta? Vi pratar mycket om ofrivillig ensamhet, ensamheten ökar bland de äldre och det gör också psykisk ohälsa. Vi måste jobba på olika sätt om vi ska kunna ge medel till kommuner och andra organisationer för att lösa detta, bland annat genom att pensionärsorganisationer arbetar med uppsökande verksamhet, men vi behöver göra mer.
- Evelina Grandell Rosenlund utvecklingschef i Enskede-Årsta-Vantör kommun: Vi arbetar mycket med ofrivillig ensamhet och framförallt nu i samband med pandemin som har belyst detta. Det finns möjlighet med digitala lösningar. Vi har teknikhjälp för de äldre på boenden som kan hjälpa äldre personer med teknik på olika sätt, med bank-ID eller andra problem som de kan ha.

Digitala möjligheter för att lösa ensamhet: Fik@rummet av Mälardalens högskola

Petra von Heideken Wågert, docent i fysioterapi, Mälardalens högskola

- Fik@rummet är en social webbplats för att minska den ofrivilliga ensamheten hos äldre där de äldre kan träffa andra och socialisera.
- Den är framtagen genom workshoppar med äldre, personal och webbutvecklare på Mälardalens högskola tillsammans med andra organisationer och finansiärer.
- Äldre som testade plattformen upplevde att deras ensamhet minskade. Deltagarna kände att de hade träffat trevliga människor och haft djupa och roliga samtal. Dock märkte utvecklarna att tjänsten inte är för alla då många har svårt med det digitala, dock inte med programmet i sig utan mer med själva hårdvaran som i detta fall var en Android-surfplatta.

Paneldiskussion - Möjligheter för att lösa ensamhet

Leif Kindblom, SKPF Pensionärerna

Erik Slottner (KD), Stockholm stad, Äldre- och trygghetsborgarråd

Evelina Grandell Rosenlund, enhetschef för Utvecklingsenheten, Enskede-Årsta-Vantör i Stockholm

Mats Wiking (S), Riksdagen, ersättare i Socialutskottet

Michaela Prochazk, äldresamordnare och utredare Socialstyrelsen

- Michaela Prochazk. Vi behöver hjälpa äldre att komma i gång med det digitala, detta är en förutsättning för att kunna använda digitala lösningar för att komma åt ensamhet. Vi behöver olika forskningsprojekt, evidensbaserad forskning som vi kan använda i våra projekt, vi behöver forskningsprojekt som vi kan lita på.
- Erik Slottner (KD) Stockholms stad. Fråga: Hur når ni de äldre som kanske inte kan slänga sig in i ett digitalt fikarum? Digitala lösningar är en spännande framtida lösning på problemet ensamhet, sen får vi inte bli naiva och tro att alla äldre kommer att använda digitala tjänster. Vi kan inte helt ersätta det fysiska. Vi måste hitta sätt att komma åt de äldre som inte naturligt kommer till olika aktiviteter och möten, uppsökande verksamhet kan vara en potentiell lösning på detta.
- Leif Kindblom från SKPF berättar om "kompisbord" som är en satsning från SKPF som går ut på att man sätter en skylt på sitt fikabord på COOP eller på något café där det står "kompisbord" om man vill ha någon som gör en sällskap under fikan.
- Mats Wiking (S) socialutskottet. Det är otroligt viktigt att civilsamhället och föreningslivet hjälper till för att lösa detta problem. Digitaliseringen når inte alla och vi måste kunna nå dem

som inte vanligtvis kommer till möten och andra aktiviteter. Vi politiker måste också kunna se vilka projekt vi ska satsa på, vi måste kunna sprida framsteg och insikter kring olika projekt.

- Erik Slottnér (KD) Stockholm stad. Vi måste få ett fokus på de som inte bor på särskilt boende utan de som fortfarande bor hemma med hemtjänst eller helt utan någon typ av hjälpinsats. Goda exempel måste få spridas och implementeras, bra insatser får inte stanna i en kommun eller stadsdel.

Reflektioner och medskick från Livsmedelsakademin

- Det är viktigt att arbeta förebyggande även mot de äldre personer som inte nås av exempelvis hemtjänst, föreningar eller pensionärsorganisationer idag.
- Det är också viktigt att kartlägga hur många som i dagsläget inte nås av förebyggande insatser, alltså att hitta de som inte syns i statistiken.
- Beslutsfattare som var med i samtalen efterfrågar beslutsunderlag för att kunna skapa förändring. Underlag finns oftast i form av forskning och kostnadsberäkningar, men det skulle också kunna vara resultat och erfarenheter från till exempel projekt som gjorts i kommuner. Men det kräver att de som genomför projektet planerar, genomför och utvärderar resultat i ett format som kan agera underlag för politiska beslut. Då kan man snabbare implementera de fina resultat man eventuellt får i sitt projekt i den ordinarie verksamheten.

Kontakt

Per Simonsson, moderator och ansvarig för webinariet, Livsmedelsakademin
per.simonsson@livsmedelsakademin.se

Martina Barte, projektledare Nollvisionen för undernäring hos äldre, Livsmedelsakademin
martina.barte@livsmedelsakademin.se

Om Nollvisionen för undernäring hos äldre

Nollvisionen för undernäring hos äldre är ett initiativ där privata företag, kommuner, myndigheter och akademi samarbetar för att få bort undernäringen hos äldre. Målet är att med utgångspunkt i två innovationskommuner arbeta fram en modell som förebygger undernäring hos äldre. Initiativet inkluderar hela det ekosystem som finns runt den äldre och påverkar individens mat- och måltidssituation. Nollvisionen leds av Livsmedelsakademin och finansieras av Vinnova. Övriga partner är Compass Group, Orkla Food Sverige, Findus, Bergendahls, Cuviva, Mathem.se, Socialstyrelsen, Livsmedelsverket, Jämställd Utveckling Skåne, Högsolan Kristianstad.

Läs mer: www.nollundernaring.se



Livsmedelsakademin