

Förutsättningar för seniorcenter i Norrtälje kommun



– rekommendationer från
äldreombudsmannen

NORRTÄLJE
KOMMUN





Innehållsförteckning

1. INLEDNING	4
2. BAKGRUND	4
2.1 Befolkningsmängd enligt Statistikmyndigheten	4
2.2 Aktiviteter och insatser som görs idag för seniorer och äldre i kommunen	4
2.3 Andra aktörer	7
2.4 Komplement till enkäten och utredningen	7
2.5 I andra kommuner och städer	8
3. REDOVISNING AV ENKÄTEN	9
3.1 Enkätsvaren	9
3.2 Sammanfattning av kommentarer i enkäten	16
4. SAMMANFATTNING	19
5. ÄLDREOMBUDSMANNENS REFLEKTIONER OCH REKOMMENDATIONER	20
5.1 Reflektioner	20
5.2 Rekommendationer	24
6. TILL SIST	25

1. Inledning

I Norrtälje kommuns styrdokument Mål och Budget 2021-2023 får kommunens äldreombudsman i uppdrag att utreda förutsättningarna för ett seniorcenter i Norrtälje kommun.

Frågan om etablerandet av ett seniorcenter har diskuterats under flera år i olika sammanhang och i olika grupperingar. Under åren har önskemålen skiftat om hur ett seniorcenter skulle kunna anordnas, vad det ska innehålla och hur det ska utvecklas. För att få en samlad bild som stöd till utredningen genomfördes en enkät där kommunens invånare kunde svara på 18 frågor. Då det

var möjligt att ange förslag, önskemål och synpunkter på flera av frågorna har enkätsvaren visat på stort intresse och engagemang att vilja bidra. Över tusen synpunkter inkom och det var både storslagna idéer och små praktiska förslag.

Denna rapport redovisar grundläggande förutsättningar för ett seniorcenter i Norrtälje kommun. Rapporten innehåller en sammanställning av svaren på enkäten och avslutas med äldreombudsmannens reflektioner och rekommendationer.

2. Bakgrund

2.1 Befolkningsmängd enligt Statistikmyndigheten

Enligt SCB:s beräkningar för 2021 växer kommunen till 64 298 invånare varav 17 551 invånare är 65 år och äldre. Det motsvarar närmare 30 procent av kommunens invånare. Fram till år 2040 beräknas antalet personer som är 65 år och äldre öka till 23 962, vilket innebär en ökning med 6 411 äldre invånare på 20 år.

Befolkning 65+

	2021	2030	2040
Män			
65-74 år	4 385	4 905	5 318
75-84 år	3 344	3 804	4 405
85-94 år	757	1 522	1 863
95+ år	50	63	175
Kvinnor			
65-74 år	4 388	4 871	5 212
75-84 år	3 425	3 965	4 483
85-94 år	1 085	1 835	2 229
95+ år	117	135	277

2.2 Aktiviteter och insatser som görs idag för seniorer och äldre i kommunen

Det mesta av verksamheterna i Norrtälje kommun vänder sig till alla åldrar. För att få en klarare bild av verksamheter och insatser som särskilt riktas mot den äldre målgruppen listas de nedan.

Kommunala pensionärrådet (KPR)

Rådet bildades 1993 och de 13 ledamöterna och 13 ersättarna är representanter från kommunens pensionärsföreningar: Pensionärernas riksorganisation (PRO), Sveriges pensionärsförbund (SPF), Svenska Kommunalpensionärernas Förbund (SKPF), Norrtäljes Finska förening (SFP), representanter från Norrtälje kommun och Kommunalförbundet Sjukvård och Omsorg i Norrtälje (KSON) samt politiska företrädare.

Rådet för funktionshinder (RFF)

Rådet bildades 1993 och de 12 ledamöterna och 12 ersättarna är representanter från Norrtäljes funktionshindrades samorganisation (NHS) och representanter från Norrtälje kommun och KSON, samt politiska företrädare.



Båda råden är organ för samråd, ömsesidig information och praktisk samverkan. Syftet är att stärka de äldres levnadsvillkor och livskvalité, bidra i beslutsprocesser i allmänna frågor som rör de äldre invånarna samt stärka det demokratiska inflytandet och delaktigheten.

Kommunen är huvudman för båda råden och äldreombudsmannen samt representant från Trygg i Norrtälje Kommun (TiNK) är med i råden.

Det finns flera råd som tillvaratar de äldres intressen och som exempel kan nämnas Trygghets- och Säkerhetsrådet där äldreombudsmannen ingår samt Landsbygds- och Skärgårdsråden som samverkar med äldreombudsmannen.

Kultur- och fritidskontoret

Tidigare ungdomshuset Verket kommer att bli allaktivitetshus under hösten 2021 med verksamhet som ska rikta sig till alla åldersgrupper. Målet är att det ska bli en knutpunkt för social gemenskap, en plats för mänskliga möten och upplevelser för alla åldrar.

På biblioteken finns DigidelCenter som arbetar för att öka den digitala delaktigheten och tillgängligheten till digitala tjänster. En utpekad målgrupp för DigidelCenter är seniorer och de tillhandahåller bland annat Digidel-Hjälpen som består av pedagogiska guider med steg-

för-steg instruktioner, IT-support och personlig hjälp via telefon eller e-post. Fler tjänster kan tillkomma framöver i nästa steg i utvecklingen av en långsiktig Digidel-verksamhet.

Kommunala bidrag ges till ett antal pensionärsföreningar för att möjliggöra verksamhet för äldre. Föreningarna tar på olika sätt tillvara de äldres intressen och anordnar aktiviteter specifikt för målgruppen.

Trygghets- och säkerhetskontoret

Räddningstjänstens arbete som riktar sig till de seniora medborgarna går specifikt ut på att minska antalet bränder i hemmiljö. De insatserna bedrivs som ett samverkansprojekt mellan Räddningstjänsten och KSON.

Genom att personalgrupper får kunskap om de vanligast förekommande brandriskerna samt vilka åtgärder som kan vidtas för att förebygga dessa är förhoppningen att antalet bränder och de oönskade konsekvenserna kopplade till dessa ska minska.

Trygg i Norrtälje kommun

”Aktiv Senior” är gruppträning för seniorer och verksamheten anordnas i samverkan med Riksidrottsförbundet SISU Uppland och Kultur- och fritidskontoret.

Barn- och utbildningskontoret

Uppdraget om seniorernas medverkan i skolan, enligt Mål och Budget 2021-2023, har pausats under pandemin och kommer att återupptas när det är möjligt.

Samhällsbyggnadskontoret

Planavdelningen planerar för äldreboende i kommande detaljplaner.

Tekniska kontoret

Gatu- och parkavdelningen gör årligen två tillgänglighetsvandringar med ledamöter från KPR och RFF.

Finskt förvaltningssamordnare

Genom kommunens finska förvaltningssamordnare tillvaratas de äldre finska invånarnas intressen på flera olika sätt.

Kommunalförbundet Sjukvård och omsorg i Norrtälje (KSON)

Äldrekollo sker under samlingsnamnet Roslagsmodellen. I samarbete med finska föreningen och finskt förvaltningsområde samarrangeras sommarkollo för äldre. Syftet är att motverka social isolering och erbjuda en

plats att träffa nya vänner på, ingå i social gemenskap och ha meningsfulla aktiviteter.

KSON ordnar fikaringar, ett sätt för äldre att via grupp-samtal på telefon upprätthålla och skapa nya sociala kontakter under pågående smittspridning av coronaviruset. Anhörigstödsamordnare är en resurs som finns för de som är närstående till personer med särskilda behov.

Träffpunkternas verksamhet i kommunen är sociala öppna mötesplatser för äldre. Några av träffpunkterna har aktiviteter som vänder sig till de med funktionsvariation. Träffpunkterna finns i Hallstavik, Häverödal, Älmsta, Norrtälje och Rimbo. Körsång, bingo, kortspel, sittgympa och luncher står på programmet. Varje träffpunkt ansvarar för sina egna aktiviteter och öppettider.

Roslagsbostäder

Roslagsbostäder som är allmännyttigt/kommunalt bostadsbolag har ett område med seniorlägenheter i Norrtälje där den lokala hyresgästföreningen anordnar aktiviteter för seniorer och äldre. Roslagsbostäder bidrar indirekt via indirekt via hyresgästföreningen med till exempel lokaler för aktiviteter och med finansiella medel.



2.3 Andra aktörer

Studieförbunden

Det finns sju studieförbund i Norrtälje kommun som erbjuder kursverksamhet. Studieförbunden samverkar i sammanslutningen Studieförbund i Samverkan i Norrtälje kommun (Stusam). Studieförbunden bedriver, både i egen regi och i samverkan med andra föreningar, kursverksamhet och andra aktiviteter riktade mot målgruppen 65 år och äldre. Under de senaste åren har bland annat kurser för ökad digital förmåga riktad till seniorer genomförts.

Föreningar

I Norrtälje kommun finns cirka 200 aktiva föreningar och hembygdsgårdar. Många av dessa har verksamhet som vänder sig till den äldre målgruppen. De aktiva pensionsföreningarna som har särskild riktad verksamhet till seniorer och äldre är Pensionärernas riksorganisation (PRO), Sveriges pensionärsförbund (SPF), Svenska Kommunalpensionärernas Förbund (SKPF) och Norrtälje Finska förening (SFP).

Trossamfund

Trossamfund anordnar också verksamheter och aktiviteter som riktar sig till seniorer och äldre. Ingen systematisk utredning av dessa aktörers intresse har dock kunnat genomföras inom ramen för denna utredning.

2.4 Komplement till enkäten och utredningen

För att fördjupa utredningen och komplettera enkäten genomfördes ett antal intervjuer med centrala funktioner och representanter. Viktiga svar och perspektiv som framkommit i intervjuerna redovisas nedan.

Ordföranden för träffpunkterna (KSON)

Vid intervjuer med ordföranden för de fem träffpunkterna som anordnas av KSON framkommer att sammantaget 150-250 invånare deltar i verksamheterna. Ordförande uttrycker att träffpunkterna är en välfungerande och viktig verksamhet. De menar dock att ett seniorcenter behövs och har efterfrågats i flera år. De säger också att seniorcenter måste finnas på fler orter än bara i centrala Norrtälje. Detta bland annat på grund av svårigheter med transportmöjligheter för många som deltar som har behov att ta med sig hjälpmedel.

Studieförbunden

Vid intervjuer med representanter för studieförbunden framkom att de generellt sett är för ett samarbete med seniorcenter då det kan berika alla parter och aktörer. Formerna för detta kommer dock att behöva diskuteras i samråd med nätverket StuSam.

Övriga

Utöver de organisationer som hittills nämnts finns det många ideella krafter. Till exempel konstnärs- och musikverkstamheter som på olika sätt anordnar aktiviteter för äldre och kan involveras i ett framtida seniorcenters verksamhet. Ingen systematisk utredning av dessa aktörers intresse har dock kunnat genomföras inom ramen för denna utredning.

I samtal har några intervjupersoner lyft att det kan finnas aktörer - exempelvis företag, banker, och privatpersoner, som kan bidra med sponsring och donationer för att stödja ett framtida seniorcenters verksamhet.

2.5 I andra kommuner och städer

I några kommuner och städer har det inrättats seniorcenter under de senaste åren. Det finns dock ingen etablerad modell, varken i Sverige eller i andra länder, för vad ett seniorcenter ska innehålla.

Täby

Täby seniorcenter är till för alla seniorer som vill träffas, ta en fika till självkostnadspris, göra aktiviteter tillsammans och skapa en gemensam verksamhet. Täby har två seniorcenter, ett vid Täby centrum och ett i Näsby-park. Det är olika öppettider och program på det två seniorcentren men tanken är densamma – en mötesplats av och för Täbys seniorer.

Det finns ett varierat utbud av aktiviteter, till exempel datorhjälp, olika intressegrupper, föreläsningar, evenemang och anpassade rörelsestunder. Besök är kostnadsfritt och man kan komma och gå som man vill då inget medlemskap krävs.

Lidköping

Seniorcenter i Lidköping är en informations- och mötesplats dit alla seniorer i kommunen är välkomna. Där finns

möjlighet till gemenskap och att delta i olika aktiviteter. Målet med verksamheten är att arbeta hälsofrämjande och förebyggande.

Helsingfors

Seniorcenter i Helsingfors erbjuder olika slags tjänster för seniorer. Bland annat bedömning och rehabilitering, dagverksamhet samt kort- och långtidsboende. Vid nästan alla seniorcenter finns även servicecentraler som är avsedd för seniorer som bor hemma samt arbetslösa. Där erbjuds även tjänster för närståendevårdare. Det finns tio seniorcenter i Helsingfors.

Köpenhamn

Seniorcenter i Köpenhamn erbjuder regelbundna aktiviteter, öppna workshops, måltider och motion. Det anordnas även föreläsningar, utflykter, sång, kulturturer, konserter, teater och gemensamma middagar. Det finns tre olika nivåer av medlemskap, liknande som många sportcenter har. Det finns också en vänskapsklubb.



3. Redovisning av enkäten

Enkäten genomfördes i februari och mars 2021. Förväntat antal svar var cirka 200, men det inkom totalt 801 svar, vilket visar på stort intresse från respondenterna. Det var cirka 4,5 procent av de som är 65 år och äldre som svarade på enkäten.

Det går att utläsa att det är övervägande personer mellan 65 och 80 år som svarat på enkäten. Fler än hundra svaranden är över 80 år. Det var flest kvinnor som svarade då endast en fjärdedel av svaren kom från män.

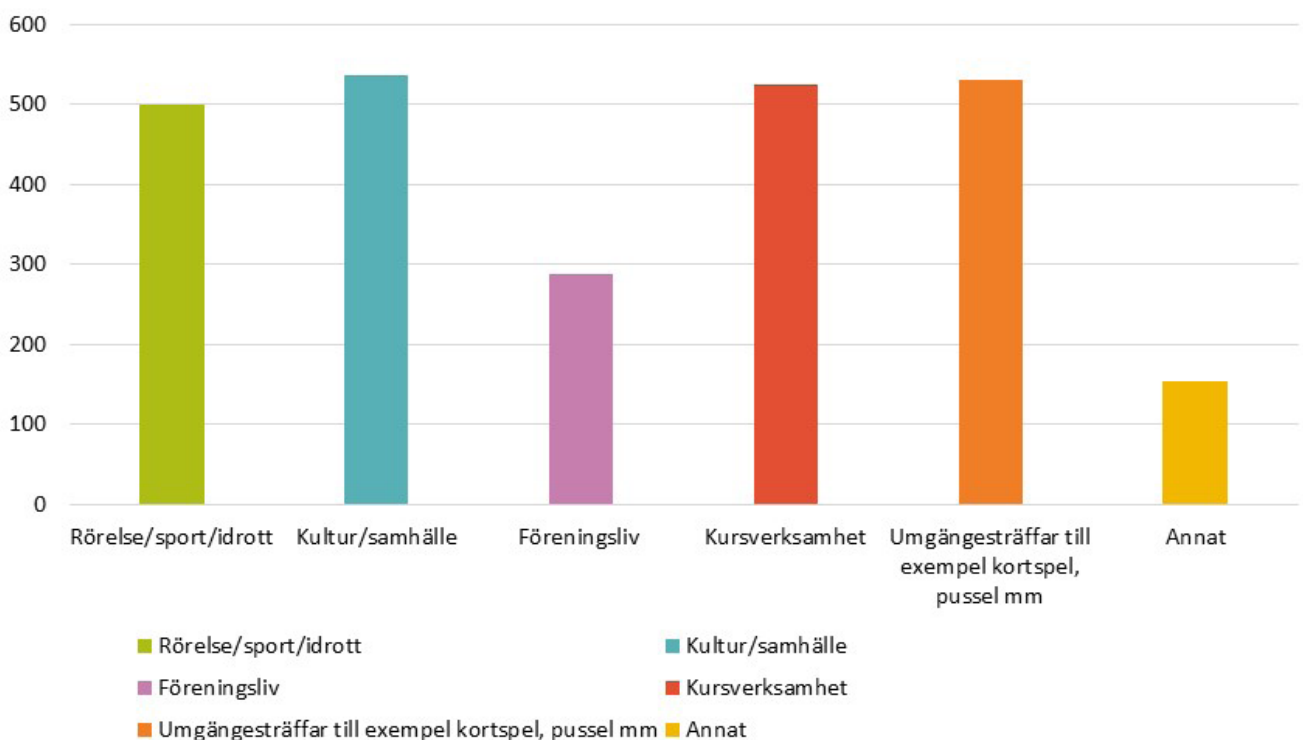
Hälften av de svarande bor i Norrtälje stad och hälften i övriga delar i kommunen.

På den sista frågan som handlade om hur mycket man uppskattade att få svara på enkäten svarade 753 av 801 ett genomsnittligt omdöme på 4,23 av 5,0 möjliga.

3.1 Enkätsvaren

Här nedan redovisas fakta från enkätundersökningen.

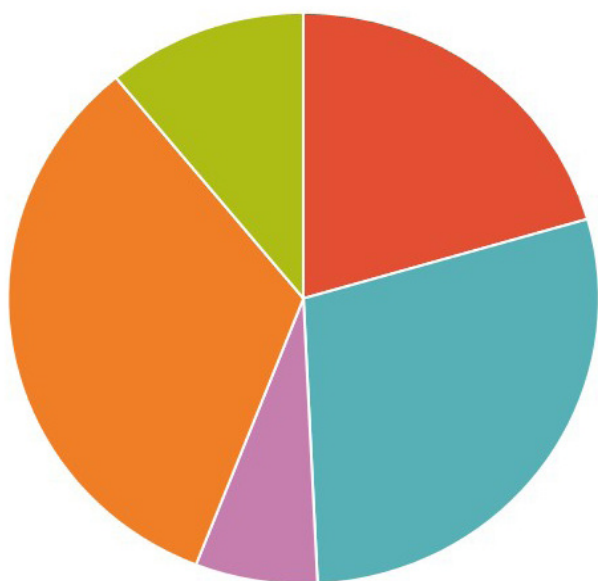
Fråga 1: Äldreombudsmannens uppdrag att utreda seniorcenter ska särskilt fokusera på seniorernas sociala aktiviteter. Vad tycker du att ett seniorcenter ska innehålla? (flera svar kan anges)



Kommentar till innehåll

På frågan om vilka sociala aktiviteter som önskas är kultur/samhälle största intresseområdet tätt följt av umgängesträffar och kursverksamhet. Rörelse/sport/idrott kommer strax därefter.

Fråga 2: Vilka tider och dagar tycker du att ett seniorcenter ska ha öppet? Vilka tider passar bäst för seniorers sociala aktiviteter?

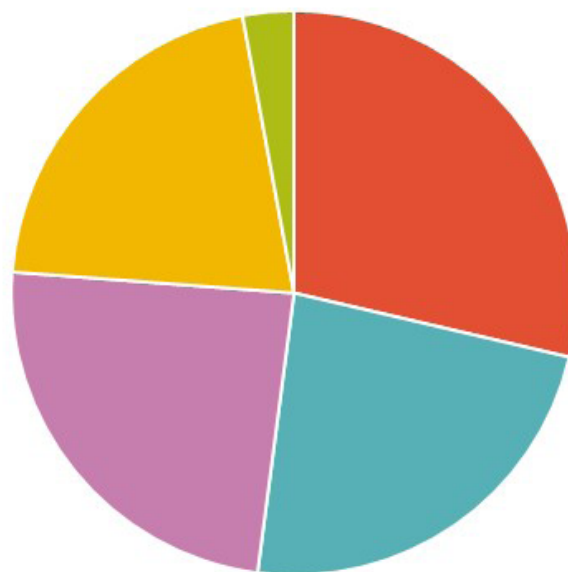


■ Förmiddag ■ Eftermiddag ■ Kväll ■ Vardagar ■ Helger

Kommentar till öppettider

De svaranden önskar att seniorcentrets verksamhet ska bedrivas i första hand på eftermiddagar och vardagar. Men en stor del kan även tänka sig att verksamhet genomförs på vardagarnas förmiddagar. En mindre grupp kan även tänka sig att besöka seniorcenter på kvällar och helger.

Fråga 4 : För att alla ska kunna delta i aktiviteter är tillgänglighet en viktig aspekt för ett seniorcenter. Vad tycker du är viktigt?



■ Rörelse - att det finns framkomlighet för rörelsehindrade
 ■ Syn - att synsvaga ska kunna vistas i lokalerna
 ■ Hörsel - att det finns teknisk utrustning som hörslingor
 ■ Kognitiv - att tydliga skyltar finns
 ■ Annat

Kommentar till tillgänglighet

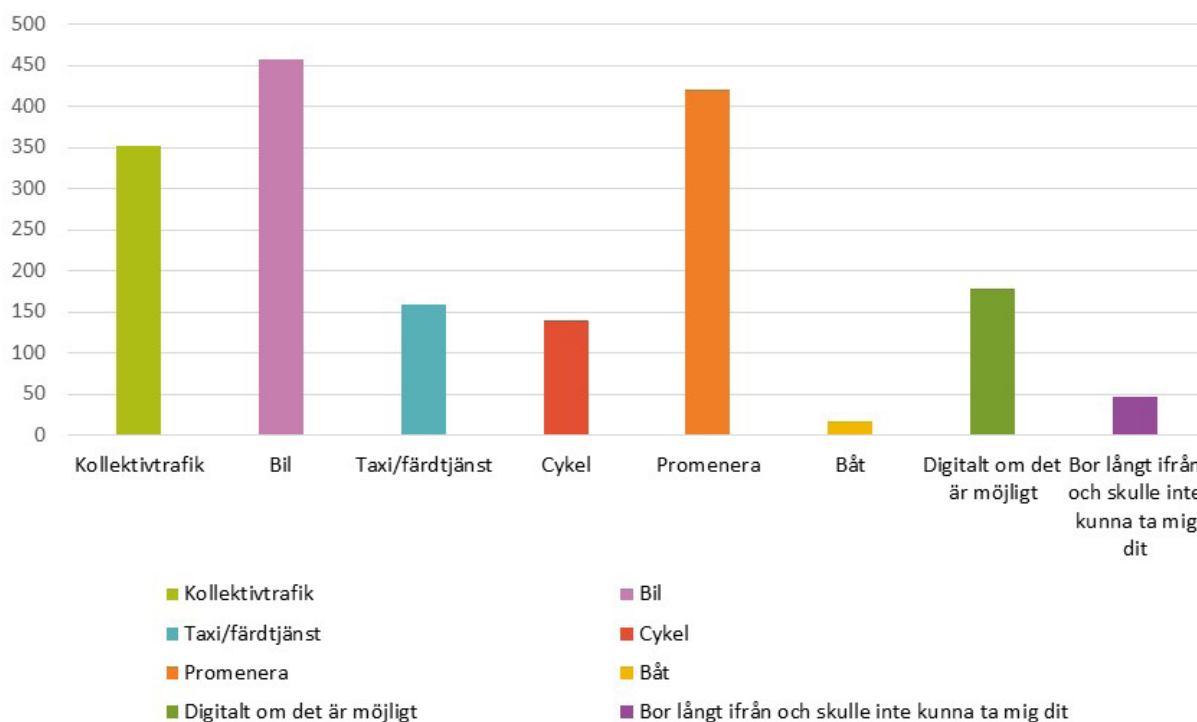
Tillgänglighetsaspekterna är mycket viktiga tycker respondenterna. I första hand lyfter man fram att de som har funktionsnedsättningar i rörelse, hörsel och syn behöver verksamheter som är tillgänglighetsanpassade.

Fråga 3:

Hur tycker du att en lokal för ett tänkt seniorcenter bör vara utformad? Vad ska den innehålla för faciliteter, det vill säga sådant som är bra för att sociala verksamheter ska kunna bedrivas? Det kan vara hjälpmedel, utrustning eller andra fördelar/möjligheter som ger fysisk eller materiell komfort?

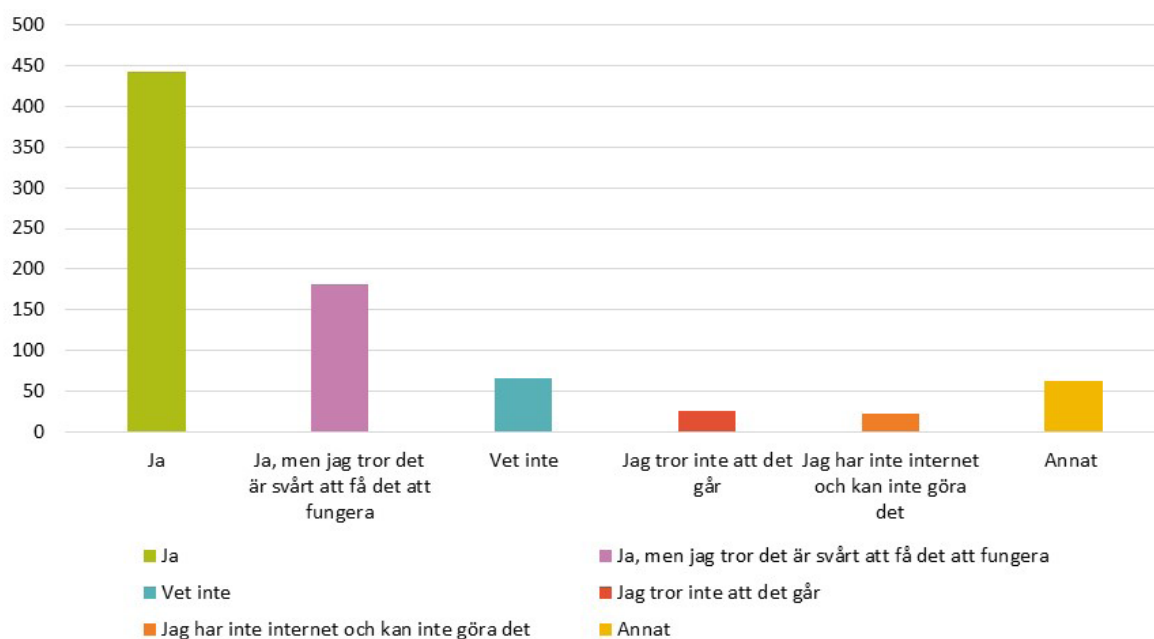
Svar redovisas under avsnitt 3.2, sammanfattning av kommentarer i enkäten.

Fråga 5: Om ett seniorcenter startas är det troligt att det blir i centrala delarna av kommunen. Hur tror du att du kommer ta dig dit för att delta? (flera svar är möjligt)



Kommentar lämnas under fråga 9.

Fråga 6: Under pandemin har fler människor upptäckt att det går att mötas digitalt och att det också kan ge livskvalité, särskilt för dem som bor långt bort eller har svårt att mötas av fysiska skäl. Hur ser du på möjligheten att man inom seniorcenter utvecklar och anpassar verksamheten så fler kan delta digitalt?

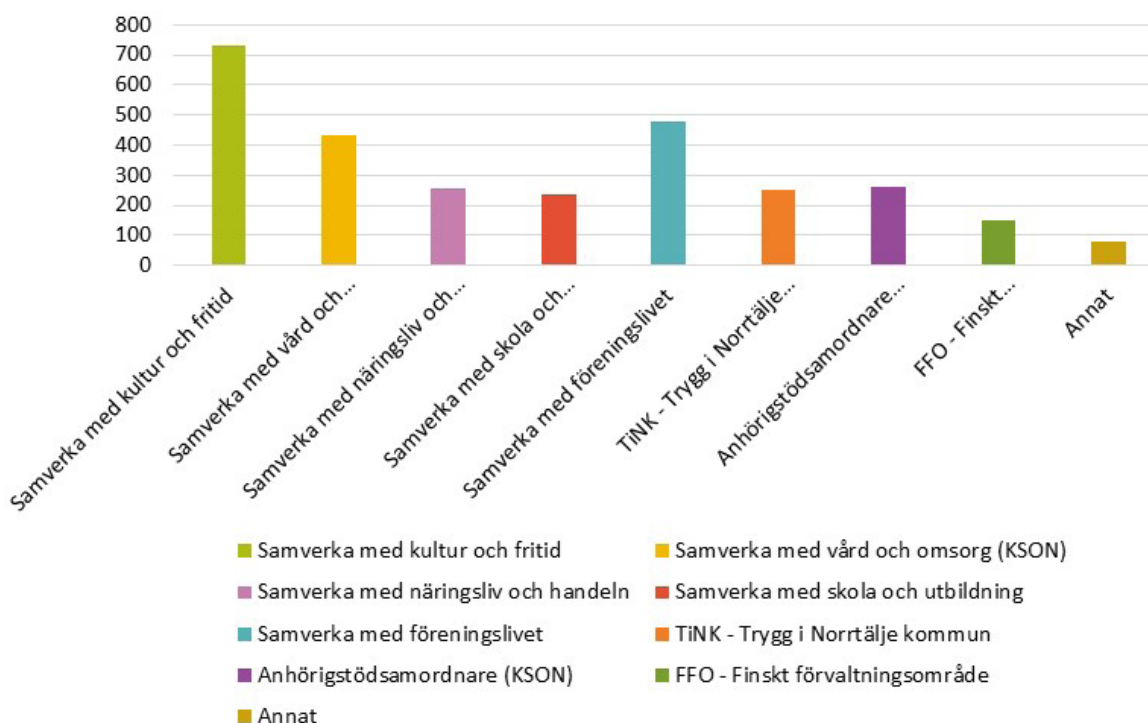


Kommentar lämnas under fråga 9.

Fråga 7: Det finns ingen särskild modell över vad ett seniorcenter är och det ser olika ut och fungerar olika i de kommuner som har seniorcenter. Vad skulle du vilja se i ett seniorcenter i Norrtälje kommun?

Svar redovisas under avsnitt 3.2, sammanfattning av kommentarer i enkäten.

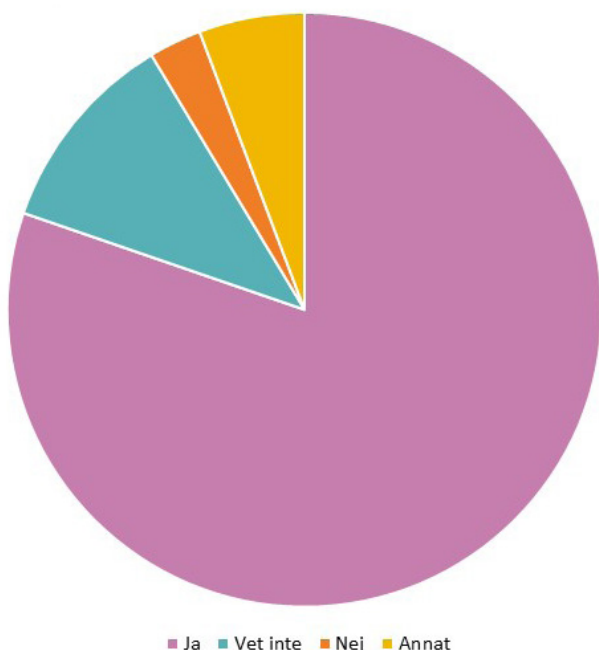
Fråga 8: För att få en bra verksamhet i ett seniorcenter skulle samverkan mellan andra verksamheter i kommunen vara viktigt. Vilka verksamheter och organisationer bör ett seniorcenter samverka med? (fler svar kan anges)



Kommentar till samverkan

Samverkan med verksamheter inom Kultur och Fritid är det som är mest önskvärt. Därefter önskas samverkan med föreningslivet. Även samverkan med studieförbunden lyfts fram. Det finns även ett intresse om samverkan med vård- och omsorgssektorn.

Fråga 9: En del seniorer och äldre känner och upplever ofrivillig ensamhet. Tror du att ett besök eller ett digitalt deltagande på seniorcenter kan mildra den känslan?

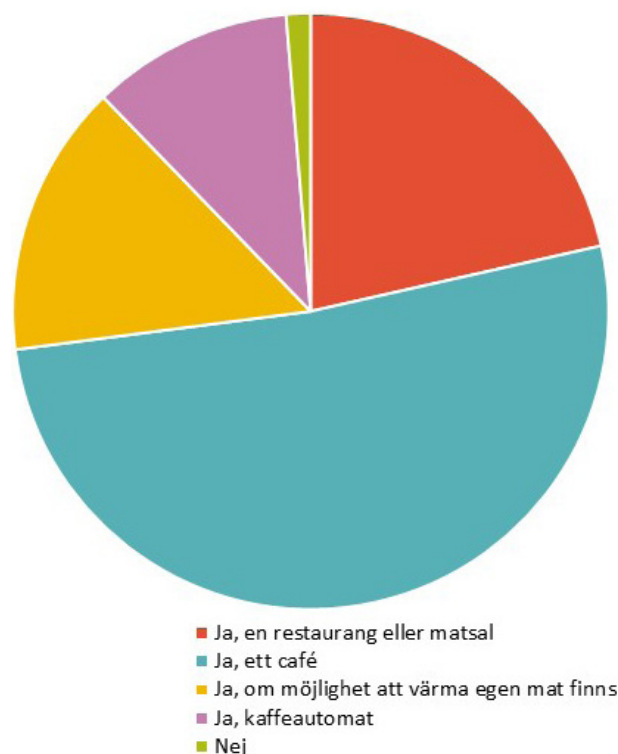


Kommentar till fysiskt och digitalt deltagande

I denna enkät svarade över hälften att de tänker åka bil till seniorcentret. Många planerar också att promenera och åka med kollektivtrafik. Färdtjänst/taxi och cykel delar en femteplats.

Närmare tre fjärdedelar ser att det är möjligt att delta digitalt även om en del inte riktigt vet hur det ska gå till. Över tre fjärdedelar av de svarande anser att ett digitalt deltagande i ett seniorcenter kan mildra känslan av ensamhet. 22 svar handlade om att de inte har internet och inte kan delta digitalt.

Fråga 10: Tycker du att ett seniorcenter ska erbjuda möjlighet till förtäring?



Kommentar till förtäring

En övervägande andel av de svarande tycker att ett seniorcenter ska erbjuda ett café. Men en restaurang och matsal är också önskvärt. Att det finns möjlighet att värma egen mat anser en fjärdedel av de svarande, är viktigt.

Fråga 11: Att inrätta ett seniorcenter i kommunen innebär ökade kostnader för kommunen som får sina intäkter via skattemedel. För att hålla nere kostnaderna behöver man ibland prioritera. Vad tycker du ska prioriteras i ett kommande seniorcenter?

Svar redovisas under avsnitt 3.2, sammanfattning av kommentarer i enkäten.

Fråga 12: Ska ett seniorcenter kosta pengar för den som besöker det, som i ett led att finansiera verksamheten?



- Ja, en kostnad per besök
- Ja, genom medlemskap/prenumeration/årskort
- Ja, men endast en symbolisk summa
- Nej
- Annat

Kommentar till kostnad

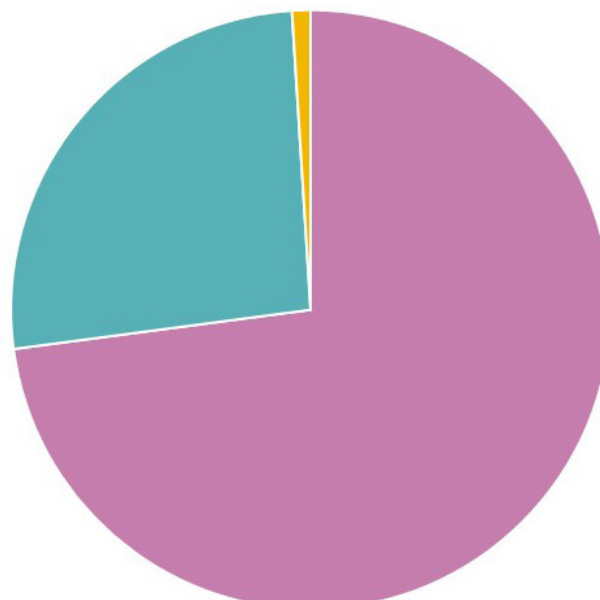
Ungefär hälften tycker att det är möjligt att finansiera verksamheten genom medlemskap/prenumeration alternativt genom en symbolisk summa. Drygt en fjärdedel anser att ett besök inte ska kosta pengar.

Fråga 13: Finns det någon fråga som du vill lyfta fram särskilt, vad gäller seniorcenter ikommunen, som du inte har kunnat svara/skriva i förgående frågor? Eller är det något annat du vill komplettera med eller tillägga?

Svar redovisas under avsnitt 3.2, sammanfattning av kommentarer i enkäten.

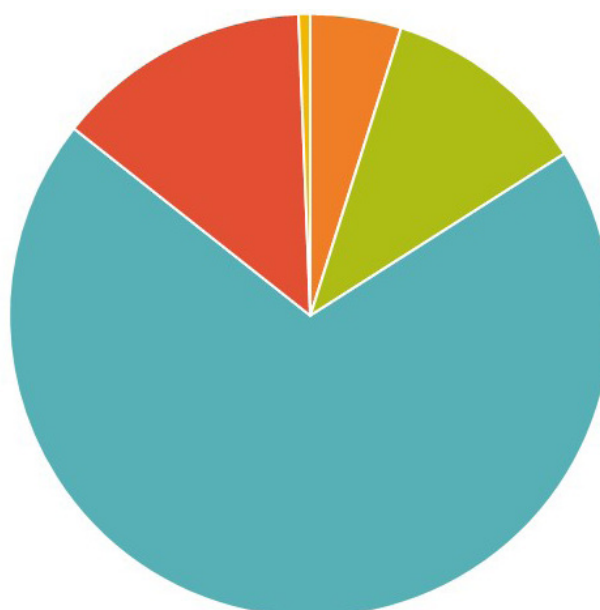
Här nedan kommer frågor som endast används för statistiska skäl.

Fråga 14: Vilket kön har du?



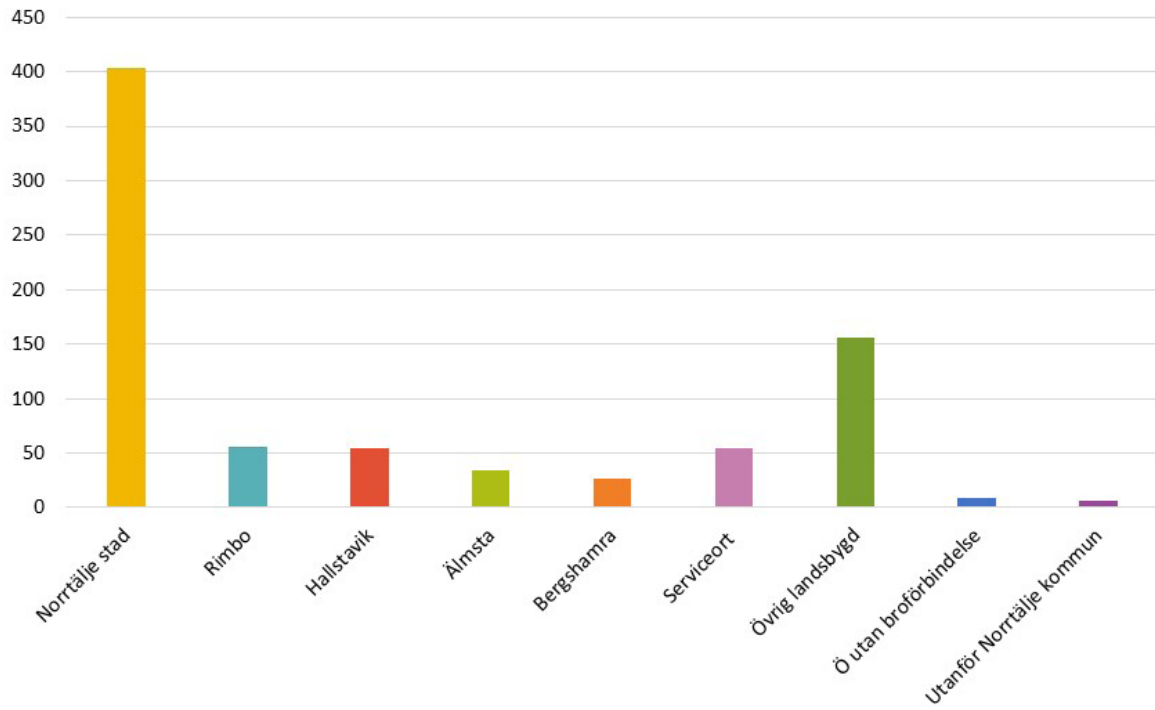
- Kvinna
- Man
- Annat/vill ej svara

Fråga 15: Vad är din ålder?

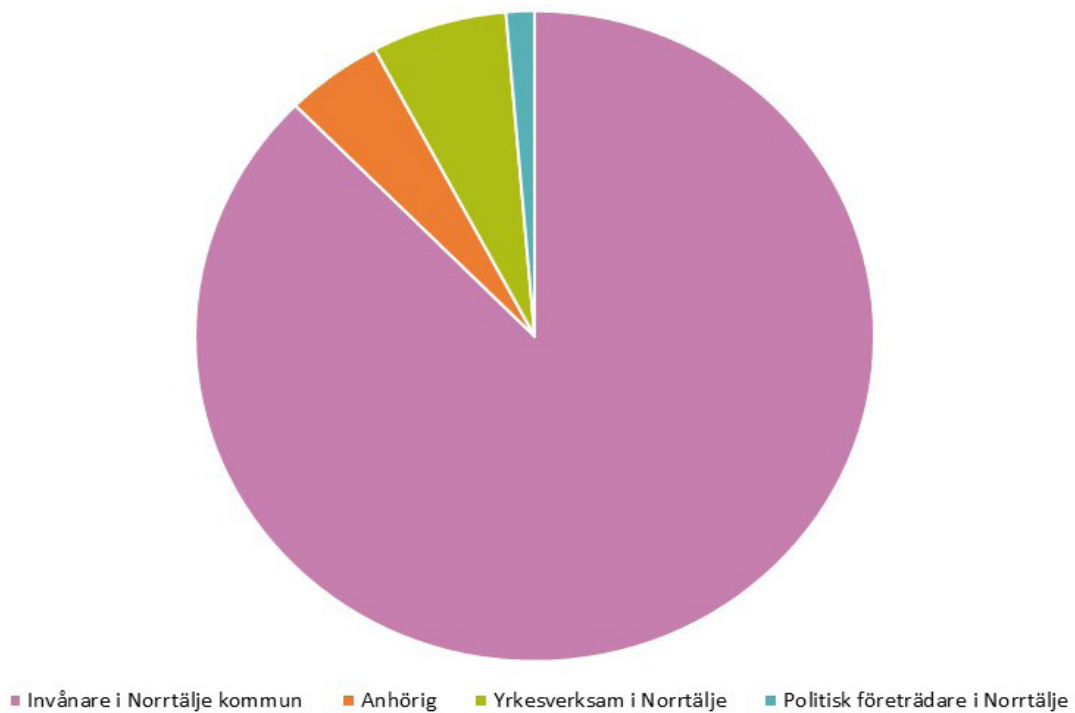


- Yngre än 55 år
- 55-65 år
- 65-80 år
- 80+
- Vill ej svara

Fråga 16: Vart bor du?



Fråga 17: Vem är du?



Fråga 18: Hur mycket uppskattade du att få svara på denna enkät?

Genomsnittligt omdöme 4,23 av 5.

3.2 Sammanfattning av kommentarer i enkäten

Över tusen kommentarer lämnades till enkätundersökningens frågor där möjlighet till fritextsvar gavs. Här nedan redovisas en sammanfattning av alla kommentarer som inkom i enkätundersökningen. Rapporten redovisar inte enskilda svar förutom de citat som nämns i rapporten.

Tydligt uttryckt stöd för idén om seniorcenter

Sammantaget alla enkätsvar och inkomna synpunkter framkommer det ett tydligt stöd för etablerandet av ett seniorcenter. I kommentarerna lyfts särskilt fram att ett seniorcenter kan mildra känslan av ofrivillig ensamhet.

”Ja, ett seniorcenter behövs verkligen i Norrtälje”

Atmosfär

Ett stort antal av de svarande vill ha en samlingspunkt - likt ungdomsgård, fritidshus, allaktivitetshus, öppet hus eller dylikt. Ett önskemål är att det ska finnas både skapande och kreativa möjligheter samt möjlighet till att ha möten och föreläsningar. Andra lyfter behov att mötesplatsen ska vara folkbildande samt ha ett demokra-

tiskt syfte där man ska kunna känna delaktighet, tillhörighet och tillgänglighet.

”Som ett andra hem, varmt och ombonat”

Bemanning

Flera önskemål handlar om att ett seniorcenter ska bemannas med en anställd som samordnar all verksamhet. Gärna också frivilliga krafter i form av värdar som bidrar till att aktiviteter ordnas och att hjälp finns vid behov.

”Viktigt med fast personal och gärna med stöd av frivilliga”

Volontärer, sponsring och donationer

En stor del av de svarande lyfter fram att ett seniorcenter behöver volontärer som tar ett större ansvar, exempelvis som värdar och värdinnor. Några vill även att det ska vara möjligt med sponsring och donationer för att öka utbud och kvalitet.

”Ta hjälp av frivilliga pensionärsföreningar”



Innehåll i verksamheten

I enkätsvaren framkommer att umgängesträffar är viktigt och gärna då och då med blandande åldersgrupper. Trygghetsskapande delaktighet med aktiviteter och information från kommun, kommunalförbund och andra organisationer lyfts fram som önskemål.

Av enkätsvaren kan man se att seniorer och äldre är medvetna om betydelsen av folkhälsa, friskvård och förebyggande sjukvård. De vill gärna ha stöd genom informationsinsatser, lättare tillgång till grundläggande vård och möjlighet till rörelse genom yoga, dans och gymnastik/sittgympa.

Skapande, kreativa träffar, hantverk och konstnärliga aktiviteter önskas. Matlagning, dryckesprovningar, lokala artister, film, prova-på-verksamheter, sällskapsspel, diskussionsträffar, medborgardialoger, föreläsningar, utställningar, evenemang, mindre biblioteksverksamhet med tidningshylla, högläsning och bokcirklar är andra aktiviteter som lyfts fram. Möjlighet att få tillgång till och kunskap om digitala verktyg inklusive support och stöd är ett annat stort behov.

En del ser gärna att ett seniorcenter ska finnas nära exempelvis förskola och skola eller annan kulturverksamhet. Andra har ett behov av finsk verksamhet och finskspråkig bemanning samt att anhörigas situation också behöver beaktas i verksamheten.

”Gemenskap och umgänge. Syssetsättning. Hjälp. Samtal. Intellectuella och fysiska aktiviteter. Möjlighet att få vänner. Jag ser gärna att det finns aktiviteter för inte bara seniorer utan även de äldre som saknar familj och få möjligheten att träffa folk i alla åldrar och få stimulans och närhet”

Information, kunskapsspridning och trygghet

Att få information om vad som händer i kommunen och möjligheter att få stöd och råd när det gäller vård och omsorg är frågor som lyfts i flera sammanhang i enkätsvarens fritext. Trygghetsskapande åtgärder eftersökts också och att väntjänster kan erbjudas.

”Hjälpservice till varandra med det man själv kan erbjuda”

Lokalen/lokaler

Det finns önskemål att lokalerna innehåller en stor samlingsal och några fler små rum för mindre möten och träffar. Det önskas också tillgång till aktivitetsrum som till exempel snickarum, verkstad, vävstuga, handarbetsrum och ateljé. Tillgång till kök för matlagning i grupp och musikrum med instrument att låna på plats önskas också. Rörelserum och rum för dans där även bordtennis kan få plats samt senorgymna nämns som andra exempel. Det finns också flera önskemål om uterum och uteverksamhet. Några har uttryckt att pensionärsföreningarna kan ha sina expeditioner i seniorcentret.

”Att kunna ha en lokal att träffas i och kunna köpa kaffe/te till självkostnadspris, att kunna få träffa nya vänner på ett enkelt sätt, att få ett stort rum, där det går att dansa, cirka en gång i veckan”

Seniorcenter även på andra orter

En stor del av enkätsvaren uttrycker att det behöver finnas seniorcenter både centralt och på flera orter i kommunen. Landsbygd och öar har andra behov än centrala Norrtälje. Av de som svarade på enkäten kommer hälften från Norrtälje stad och den andra hälften kommer från övriga delar i kommunen.

”Små celler av seniorcenter i alla kommundelar”

Seniorcenter är inte önskvärt

Några få av de svarande tycker inte att en särskilt umgängesplats för äldre behövs. De menar att fritidsverksamheter för seniorer inte är en kommunal angelägenhet och att det finns föreningar som tillgodoser den äldre målgruppen. Men om ett seniorcenter ska starta så är det med fördel i samverkan med verksamheter för barn och unga, till exempel förskola och skola, så att träffytorna bygger mer på intresse än ålder.

”Är inte i behov av ett särskilt ställe att gå till”



4. Sammanfattning

I Norrtälje kommuns styrdokument Mål och Budget 2021-2023 får kommunens äldreombudsman i uppdrag att utreda förutsättningarna för ett seniorcenter. Frågan har diskuterats i olika sammanhang och i olika gruppingar under flera år. Önskemålen har skiftat om hur seniorcenter kan ordnas, vad det ska innehålla och hur det ska utvecklas i kommunen. För att få en samlad bild som stöd till utredningen genomfördes en enkät där invånarna kunde svara på 18 frågor.

Enkäten genomfördes i februari och mars under 2021. Förväntat svarsresultat var cirka 200 svar. Det inkom totalt 801 svar vilket visar på stort intresse från invånarna. Det innebär att cirka 4,5 procent av de som är 65 år och äldre svarade på enkäten.

Enligt SCBs befolkningsberäkningar för 2021 blir det 64 298 nvånare i kommunen varav 17 551 invånare som är 65 år och äldre. Det motsvarar nästan 30 procent av kommunens invånare. Fram till år 2040 beräknas gruppen 65+ öka till 23 962, vilket innebär en ökning med 6 411 seniora invånare på 20 år.

Inom kommunens verksamheter, som exempelvis Kultur- och fritidsverksamheten och Trygg i Norrtälje (TiNK) anordnas idag aktiviteter som främjar seniorers aktivitet och hälsa. I kommunen finns också Kommunala pensionärsrådet (KPR) och Rådet för Funktionshinder (RFF), Finskt förvaltningsamordnare och äldreombudsman som främjar den seniora gruppens intresse. Inom Kommunalförbundet Sjukvård och Omsorg i Norrtälje (KSON) anordnas också aktiviteter som riktas till den äldre målgruppen. Här finns också Anhörigstödssamordnare.

Andra aktörer som anordnar riktad verksamhet till seniorer och äldre är studieförbunden, föreningar och trossamfund samt Kommunalförbundet Sjukvård och Omsorg i Norrtälje.

Utredningen visar att det inte finns någon etablerad modell eller koncept för seniorcenter i Sverige. I Sverige finns några kommuner som har verksamhet riktad till seniorer och äldre genom seniorcenter men dessa har olika typer av verksamheter och inriktningar.

Exempel på kommuner i Sverige som har Seniorcenter är Täby och Lidköping.

Enkätundersökningen visar att flest svarande är intresserade av kultur, fritidsaktiviteter, umgängesträffar och rörelse. De svarande vill främst att aktiviteter anordnas på eftermiddagar och kvällar på vardagarna även om vissa kan tänka sig att delta på förmiddagar och helger. Tillgänglighet för alla är viktigt och trefjärdedelar av de svarande ser att det är möjligt att delta digitalt och att det kan mildra ensamhet.

Samverkan med kultur- och fritidsförvaltningen och föreningar är önskat och samverkan med studieförbunden, vård och omsorg inom Kommunalförbundet Sjukvård och Omsorg i Norrtälje lyfts fram. Övervägande tycker att seniorcenter ska erbjuda ett café som även serverar lättare mat. Ungefär hälften tycker det är möjligt att finansiera verksamheten genom medlemskap, prenumeration eller en symbolisk summa.

De som svarade hade i vissa frågor möjlighet att lämna fritextsvar och det inkom över tusen kommentarer. Ett flertal uttryckte att det finns behov av ett seniorcenter och det ska vara som gamla tiders ungdoms- och fritidsgårdar. En del av de svarande uttrycker också att det behövs volontärer och frivilliga samt att sponsring och donationer ska vara möjligt. Beträffande önskemål om aktiviteter i seniorcenter lyfts i fritextsvaren, - en plats att slå sig ner, tillgång till tidningar, umgängesträffar, få information och rådgivning, föreläsningar och kreativa aktiviteter. En mindre del av de svarande har lyft fram att det även behövs aktiviteter på finska språket och även bemanning med finsktalande personal. De framkom i några enkätsvar att anhörigas situation är också en viktig aspekt i seniorcentrets verksamhet. Trygghetsskapande aktiviteter lyfts fram på flera olika sätt.

När det gäller lokalen finns önskemål om att den ska innehålla både samlingsal och flera små rum samt tillgång till verkstäder. Flera uttrycker också att seniorcenter behövs även på andra orter i kommunen än Norrtälje stad.

5. Äldreombudsmannens reflektioner och rekommendationer

5.1 Reflektioner

Äldreombudsmannens uppdrag är att vara en resurs för kommunens invånare, kommunen med dess bolag och förbund samt civilsamhället. Äldreombudsmannen ska arbeta med strategiska frågor, ge information och rådgivning samt genom omvärldsbevakning främja seniorer och äldres intressen och behov. Uppdraget är också att uppmärksamma brister, risker och visa på möjligheter. Rollen som har funnits i kommunen sedan 2019 är fristående, självständig och oberoende. Nedan lämnar äldreombudsmannen sina reflektioner kring frågan om etablerandet av ett seniorcenter. Reflektionerna bygger på de samlade erfarenheter som äldreombudsmannen byggt upp sedan funktionens inrättande.

Om enkäten

Det var överraskande att så många svarade på enkäten. Svaren stämmer i huvudsak väl överens med de uppfattningar som kommunens äldreombudsman har. Det behövs en mötesplats där man kan träffas och umgås och få möjligheter till skapande och andra aktiviteter som kan genomföras både inomhus och i utemiljö. Det är viktigt att besökare till seniorcenter ska kunna få information, rådgivning och kunskap, inte minst kring vård, hälsa och digitala verktyg. Möjlighet till gränsöverskridande verksamhet kan berika livet både som senior och ung.

I ett jämställdhetsperspektiv kan ett seniorcenter, i samverkan med andra aktörer bidra till kontaktskapande aktiviteter över alla gränser. I sammanhanget är det intressant att nämna att närmare trefjärdedelar av enkätsvaren kom från kvinnor. Varför svarade så få män? Känner de sig inte berörda av ett seniorcenter? Eller nåddes inte männen av enkäten? Ordnar män sina aktiviteter själva eller är mer inaktiva? Det här är frågor som behöver belysas ytterligare.

Om målgruppen

Seniorer och äldre är inte en homogen grupp, vilket är en vanlig förekommande värdering, uppfattning, attityd,

förhållningsätt och beteende i hela samhället. Personligheter, intressen, behov, ålder och fysiska och psykiska förutsättningar är olika hos alla och olika över tid. Samtidigt så sker utveckling inom samhället snabbt och förutsättningarna att hänga med och förstå är också olika i olika faser i livet. De anhörigas och de finsktalande invånarna är också grupper som vill, behöver stöd och ha tillgång till seniorcentret. Ett seniorcenter som är tillgängligt för alla kan ta tillvara och skapa samhörighet över allagränser och kan komma att främja en god och lång levnadstid som senior och äldre.

Utredningen har huvudfokus på den grupp som inte har några som helst stödinsatser inom vård och omsorg och heller inte har en fast punkt att samlas vid när man lämnar arbetslivet. Kärt barn har många namn och när man kliver in i den nya fasen i livet som senior, äldre, årsrik, pensionär och äldre-äldre behövs en mötesplats där man känner sig välkommen och behövd. Ibland kan det innebära att under många år av sitt liv, långt mer än 20-30, år att förmågan och orken att engagera sig tryter. Att söka nya vägar och hitta nya kontakter kan ibland te sig svårt. Då kan ett seniorcenter fylla ett behov som kan finnas hos en del i målgruppen genom att ge stöd i att själv hitta nya vägar för en meningsfull och trygg tid som senior och äldre.

I äldreombudsmannens roll ingår även frågor som rör de invånare med funktionsvariationer. Denna utredning har fokus på seniorer och äldre, men de seniora invånarna med funktionsvariationer är givetvis inkluderade, dock har de ingen särskild del i utredningen. Ett seniorcenter utesluter heller inte de seniorer och äldre som har stöd och service via vård och omsorg att delta i seniorcentrets verksamhet på sina villkor.

Ensamhetsproblematik är en stor fråga för hela samhället, särskilt för äldre och seniorer som i olika situationer kan uppleva ofrivillig ensamhet. Det är lätt att ensamhet inträder då man inte är verksam i arbetslivet längre. Barn och barnbarn är kanske spridda i Sverige och i världen

över. Vänner från förr kanske har flyttat och man har tappat kontakten. Det är heller inte självklart för alla att engagera sig eller delta i föreningslivet, gå kurser eller att delta i andra anordnade aktiviteter. Steget att ta sig till en ny grupp eller sammankomst kan vara oöverstigligt på flera olika sätt för en del människor. Ett etablerat seniorcenter - en mötesplats som vem som helst kan gå till för att ta en kopp kaffe, läsa tidningar, få råd och information, umgås och delta i anordnade fria aktiviteter - kan bli en dörröppnare till nya bekanta och vänner, ökat engagemang i föreningar och eller i andra frivilliga organisationer. Därigenom ökar förhoppningsvis både den fysiska och psykiska hälsan, vilket i sin tur innebär mindre belastning på vård och omsorg. Vi vet att ensamma människor ibland kontaktar kommunen, vården och omsorgen då de upplever att det är den enda kontakt de har.

Det finns också seniorer och äldre som upplever att de är pigga och alerta, som känner sig trygga och delaktiga. De har ett rikt liv genom intressen, aktiviteter, nätverk och släkt, vänner och bekanta i sin omgivning. De kan också ha behov av ett seniorcenter. De kanske vill umgås med många och gärna knyta nya bekantskaper som till

exempel bygger på något av deras intresseområden och där även gränsöverskridande verksamhet finns, i den meningen att det finns blandade åldrar, kön och intressen.

Om Seniorcenter

Äldreombudsmannen anser att det behövs en samlingslokal för verksamhet med generösa öppettider. En lokal där man kan slå sig ner, mötas och umgås över en kopp kaffe och läsa tidningar. När det gäller utrustning till skapande verksamhet och för fysisk aktivitet har både skolor, fritidsgårdar, studieförbund och föreningar väl utrustade lokaler som inte används fullt ut hela dagar, kvällar och helger. Ett väl utvecklat samarbete med dessa aktörer kan komma att ge seniorcenter ett rikt utbud av skapande aktiviteter som heller inte onödigtvis belastar kommunens ekonomi. Att utrusta en särskild lokal med allas önskemål, stora som små, är inte ekonomiskt försvarbart i dagsläget.

Tillgänglighetsaspekterna kan inte nog ofta betonas då det är av största vikt för alla seniorer och äldre. För mycket trappor, för få hissar och ej anpassade möbler och toaletter är orosmoln samtidigt som seniorcenter





inte får efterlikna ett äldreboende eller sjukhus utan ett seniorcenter som ger hemliknande känsla måste eftersträvas.

Fysisk aktivitet och goda kostvanor är starka trender i samhället. Kommunens arbete med Aktiv Senior och andra aktörer som främjar seniorernas och de äldres fysiska hälsa med motion och goda kostvanor samt psykiska hälsa behöver få stort genomslag i seniorcentrets verksamhet och behöver ske i samverkan med de aktörer som bedriver sådan verksamhet. Att utveckla samverkan med seniora "värdar" skulle kunna vara en god väg att introducera fler seniorer till ett mer aktivt liv.

Det finns en stor oro i den seniora gruppen att inte kunna hänga med i den digitala utvecklingen. Behovet av stöd, support och kunskapsbyggande, ja om allt som rör digitala frågor, är tydligt uttalat. Den digitala utvecklingen går snabbt och de egna förutsättningarna att hänga med är inte alltid helt självklara. Även tillgång till digitala verktyg som surfplattor och datorer med uppkoppling på plats i Seniorcentret önskas, då alla inte har möjlighet att införskaffa eller nyttja dessa hemmavid. Det är svårt att beräkna hur många seniorer och äldre som inte är digitala i Norrtälje kommun och som skulle behöva stöd och support. Men om man omsätter Internetsstiftelsens

uppgifter för Sverige så skulle det innebära att ca 15 procent inte är digitala. Det innebär närmare över 2600 av kommunens seniorer som är 65 år och äldre som behöver digitalt stöd. Det finns dock all anledning att befara att det rör sig om ännu fler då bredband ännu inte är helt utbyggt och de socioekonomiska förutsättningarna för äldre är inte alltid helt möjliga. Paradoxalt nog visade enkätsvaren att övervägande delen av de svarande kan tänka sig att delta digitalt i ett seniorcenter även om inte alla vet hur det ska gå till. Svaren visar att det finns intresse för digitaliseringen om möjligheter ges.

När det gäller avgifter i verksamheten är det äldreombudsmannens uppfattning att det måste finnas ett basutbud som alla kan delta i och som inte kostar något. Alla ska ha råd att delta. Ett café med kaffe och lättare mat, till självkostnadspris är rimligt att det finns tillgång till. Däremot skulle man kunna överväga någon form av medlemskap eller prenumeration till låg kostnad som ger tillgång till ytterligare anordnade aktiviteter. Man kan också överväga att bilda en vänförening i anslutning till seniorcenter med syfte att ytterligare utveckla verksamheten och ge stöd och service till alla som behöver. De finska föreningarna har en väl utvecklad vänservice som seniorcenter skulle kunna ta lärdom av. När det gäller större evenemang behöver dock inträde tas.

Det kommunala råden KPR och RFF är nyckelaktörer i arbetet med att utveckla seniorcenter i Norrtälje kommun. Deras kraft, kompetenser och breda nätverk med medlemmar i sina föreningar är en värdefull källa till att seniorcenter utvecklas på bästa möjliga sätt.

Om andra orter och samverkande aktörer

Norrtälje kommun är stor till ytan. En hel del seniorer har uttryckt att de vill ha tillgång till seniorcenter även på andra orter än centrala Norrtälje då det kan vara svårt med kommunikationer och resor bland annat av hälsoskäl. Norrtälje kommun har starka traditioner och kopplingar till hembygdsföreningar, föreningar och andra aktörer som kan vara möjliggörare till fler mötesplatser och aktiviteter för seniorer och äldre i samverkan med seniorcenter. Inte minst är Studieförbunden och Träffpunkterna viktiga aktörer att samverka med. Att utveckla seniorcenter på andra orter i kommunen och genom det minska onödiga transporter som inte är fossilfria kommer det att stödja kommunens gällande Hållbarhetsstrategi.

Volontärverksamhet och frivilliga insatser samt sponsring och donationer kan vara möjliga vägar till att utveckla och finansiera en del av verksamheten. Beträffande volontärverksamheten anser äldreombudsmannen det helt nödvändigt att utveckla en frivilligorganisation kring seniorcentret dels för att kunna upprätthålla en bra verksamhet, dels för att uppmuntra att fler engagerar sig. En del av den seniora gruppen vill också gärna hjälpa andra.

Trossamfund har visat intresse till samverkan med seniorcenter. Dock visar enkäten att vissa inte uppskattar religiösa inslag. Däremot nämner flera seniorer och äldre intresse för samtalsgrupper kring existentiella och andliga frågor. Ett blivande seniorcenter behöver ha ett öppet förhållningssätt till alla aktörer, inklusive näringslivet. I ett seniorcenter, anser äldreombudsmannen, ska verksamheten bygga på frivilligt deltagande för den enskilde. Ett brett utbud av aktiviteter behöver finnas för alla aktörer som vill bidra.

Om modellen Seniorcenter

Det finns ingen särskild modell i Sverige för hur ett seniorcenter ska vara och vad det ska innehålla. Norrtälje kommun behöver därför bygga en egen modell som behöver anpassas utifrån lokala förutsättningar och behov och bygga på den samverkan som redan finns. Om man utgår ifrån alla inkomna synpunkter, önskemål och de

förutsättningar som identifierats i denna utredning är det möjligt att skönja ett embryo till en modell för hur ett Seniorcenter ska etableras, fungera och utvecklas.

Av enkätsvaren kan man finna några utkristalliserade nyckelord som borde kunna utgöra grunden i Norrtälje kommuns modell, oavsett var i kommunen verksamheten bedrivs:

- Umgänge och trygghet
- Kultur och kreativitet
- Folkhälsa och friskvård
- Information och rådgivning
- Samverkan och volontärer
- Demokrati och samtal

Då samverkan med alla aktörer är en stor del av seniorcentrets verksamhet behövs en samordnare, en spindel i nätet, som håller ihop alla aktörer och volontärer som ska skapa innehållet i verksamheten. Samordnaren bedöms vara en förutsättning för en långsiktigt hållbar verksamhet.

En trolig och lämplig väg är att börja seniorcentrets verksamhet i mindre skala i centrala Norrtälje för att sedan låta verksamheten växa på flera orter och i samverkan med andra aktörer utifrån seniorers och de äldres intressen.

Norrtälje kommun är unik med sin Norrtäljemodell, där Norrtälje kommun och Region Stockholm samverkar genom Kommunalförbundet Sjukvård och Omsorg i Norrtälje (KSON). Den samverkansformen lyser igenom i enkätsvaren då många efterfrågar både tillgång till lättare vård, få råd och information kring vård och omsorgsfrågor i seniorcentrets regi. Därför är det av vikt att samverkan även utvecklas med KSON och alla dess verksamheter samt utförare. Folkhälsa för målgruppen är ett viktigt område för individen, kommunen, vården och hela samhället. Genom att stimulera till friskvård, förebyggande vård och motverka ohälsa bidrar det till en mer hälsosam livsstil och därmed mindre behov av vård. Det vore utmärkt om tjänstemän från kommunen och kommunalförbundet är tillgängliga någon dag i veckan på seniorcentret för råd, information och dialog med den äldre målgruppen, exempelvis genom Anhörigstödsamordnare, Mottagningsenheten som hanterar bistånd, sköterska, fysioterapeut med flera.

Kommunens Folkhälsosamordnare, Finsk förvaltnings-samordnare, TiNK, KPR och RFF samt äldreombudsman bör också vara tillgängliga någon dag i veckan. Pensionärsföreningarna har också uttryckt att deras möjligheter att ha en träffyta i seniorcentret är också viktigt och behöver beaktas.

Det är möjligt att samla olika aktörers aktiviteter under namnet seniorcenter. Kriterier för att få ha sin verksamhet under seniorcentrets flagg behöver tas fram. Seniorcentrets verksamhet behöver kommuniceras både digitalt och analogt via exempelvis tidningar. Kommunikation på finska språket kommer också vara mycket viktig för att nå hela den äldre målgruppen.

5.2 Rekommendationer

1

Inrätta seniorcenter i tre steg för en hållbar och långsiktig utveckling. Första steget - en samlingslokal någonstans i centrala Norrtälje som är lämpligt placerad nära kommunikationer. Här läggs grunden till Norrtälje kommuns modell för seniorcenter. Andra steget - är att utveckla samverkan med andra aktörer. Tredje steget - är att etablera seniorcenter på andra orter.

2

Inrätta en tjänst som samordnare för seniorcenter med uppdrag att utveckla konceptet seniorcenter i enlighet med denna rapport. Arbetet i seniorcenter ska ske i samverkan med andra aktörer och volontärer.

3

Inrätta en webbsida "seniorcenter i Norrtälje kommun" där alla aktiviteter för seniorer och äldre, som anordnas

av kommunen, dess bolag och förbund samlas. Därtill är det möjligt att även samverkande aktörers arrangemang och evenemang presenteras så att deras aktiviteter får möjlighet att spridas via denna webbsida.

Det finns också aktörer som kanske inte blir knutna till seniorcentret, men som arrangerar öppna möten eller aktiviteter som riktar sig till seniorer och äldre. Att få möjlighet att få sprida sin information om dessa öppna aktiviteter bör ges då det inte är helt enkelt för den seniora målgruppen att få kännedom, söka på nätet eller veta var man ska leta för att få just den informationen. Seniorcentret bör underlätta den informations-spridningen för att skapa fler möjligheter till fler aktiva seniorer och äldre. Därutöver behövs även information i exempelvis tidningar, "Information från seniorcenter" för att nå den seniora gruppen som inte är digital. Denna information behöver även översättas till finska språket.

4

Inrätta en arbetsgrupp med representanter från kommunens råd, särskilt Kommunala pensionärsrådet (KPR) och Rådet för funktionshinder (RFF) och Trygghet i Norrtälje kommun (TiNK) samt berörda tjänstemän från kommunen och Kommunalförbundet Sjukvård och Omsorg i Norrtälje (KSON) inklusive Finsk förvaltnings-samordnare och Anhörigstödsamordnare samt äldreombudsman. Detta behövs för att ett gott förankringsarbete och utvecklingsarbete ska kunna ske då det samlas stor kompetens i denna arbetsgrupp. En referensgrupp med samverkande aktörer behöver också bildas av precis samma skäl som ovan.



6. Till sist

Allmänt kan äldreombudsmannen påpeka att det finns en hel del seniorer som upplever att de äldre inte prioriteras, inte räknas med eller har något att säga. Att det finns värderingar i hela samhället, inte specifikt i Norrtälje kommun, som handlar om ålderism.

”Ålderism är grund för fördomar och diskriminering, med betoning på situationen för äldre. Ålderism är kanske den mest accepterade formen av fördom som existerar i dag och den form av diskriminering som det tas lättast på. Negativa uttalanden och åsikter är accepterade på ett helt annat sätt om de är riktade till mot äldre än om de vore riktade till andra grupper i samhället” – enligt Lars Andersson*, författare till boken Ålderism.

Det är viktigt att seniorer och äldre ses som viktiga resurser i samhället och i kommunen och inte som en enhetlig grupp som belastar samhället. Seniorcenter i samverkan med andra aktörer och med bra volontär- och frivilligorganisation kan samla den erfarna och kompetenta kraft som seniorer och äldre bär.

Kommunens värdegrund som sätter invånaren först, ser till allas lika värde och har höga förväntningar stämmer

väl överens med äldreombudsmannens samlade erfarenheter som gör att det finns många och goda förutsättningar att inrätta ett seniorcenter i Norrtälje kommun. Med en bas i en tillgänglighetsanpassad lokal och huvudfokus på samverkan, volontärer och verksamhet även på andra orter ger det kompletterande förutsättningar för att ett seniorcenter ska lyckas och bli till hållbart gagn för både invånare och kommunen som helhet.

Madeleine Rietschel
Äldreombudsman

*professor i gerontologi vid Linköpings universitet och knuten till stiftelsen Äldrecentrum.



KONTAKTUPPGIFTER

Norrtälje kommun
Box: 800, 761 28 Norrtälje
Telefon: 0176-710 00
E-post: kontaktcenter@norrtalje.se

norrtalje.se