



08-07-2014

## **Bilag 1 - Effektfulde indsatser til at forebygge og nedbringe ensomhed**

Sagsnr.  
2013-61020

Forskning indenfor isolation og ensomhed viser, at der er en række kendetegn ved de indsatser, som har en positiv effekt på ensomhedsforebyggelse og lindring<sup>1</sup>. Således har nedenstående indsatser vist sig effektfulde i forhold til at afhjælpe ensomhed:

Dokumentnr.  
2013-61020-13

Sagsbehandler  
Helle Kruse Wichmann

- Gruppebaserede indsatser med et læringssigte eller træningsinput
- Indsatser der henvender sig til en målrettet gruppe, som har fælles referencer og/eller behov (fx enker, fysisk inaktive, mennesker med psykiske sygdomme)
- Deltagerne er inddraget og er medbestemmende forud for afviklingen af aktiviteten.

Forskningen peger ligeledes på at én-til-én interventioner ikke har nogen tydelig effekt i form af reduceret ensomhed eller isolation.

Der findes ligeledes en række undersøgelser og rapporter, der beskriver en række forhindringer, som ifølge ældre borgere gør det svært at få et mere socialt liv og komme ud af ensomhed<sup>2</sup>:

- Begrænset mobilitet, fysiske eller helbredsproblemer
- Besvær med at komme ind i etablerede fællesskaber
- Det er ikke legitimt at starte en samtale med en ukendt
- For forskellig baggrund ift. de borgere, man bliver sat sammen med i aktiviteter
- Manglende fælles referencer som tilflytter
- Manglende tilbud, der passer til ens behov
- Manglende viden om de tilbud, der findes i lokalområdet
- Manglende lyst eller energi

På den baggrund har forvaltningen opstillet en række kriterier for tildeling af boudlægsmidler. I udformningen af kriterierne har der været fokus på at sikre, at mange forskellige former for initiativer kan imødekommes, og samtidig har det været vigtigt at sikre, at der er videnskabelighed forbundet med de aktiviteter der støttes.

---

<sup>1</sup> Cattan, M. et al. (2005) udgør en reference for andre kortlægninger (Rasmussen og Bang-Olsen, 2013).

<sup>2</sup> Marselisborg (2012), SUF (2012), Rasmussen og Bang-Nielsen (2013)