



# ÆLDRESNETVÆRK

## **Projekt Ældres Netværk 2007-09**

### **Til forebyggelse af ensomheden blandt ældre i København**

Et partnerskab mellem Sundheds- og Omsorgsforvaltningen, Kontaktudvalget for frivilligt socialt arbejde i København og 5 frivillige organisationer: Hovedstadens Røde Kors, Kristeligt Studentssettlement, Samvirkende Menighedsplejer, Multikulturel Forening og Organisationen af Selvejende Institutioner.

### **En beretning**

af projektkoordinator Helle Hygum Espersen

Maj 2010

#### **Indholdsfortegnelse:**

- 1) Baggrund – indledning
- 2) Fakta om Ældres Netværk
  - a) Projektets organisering
  - b) Metodisk tilgang
  - c) Bevillingsmodtagernes kendetegn

- d) De støttede aktiviteterens kendetegn
- e) Netværks betydning

### 3) Afslutning

## **Baggrund – indledning**

Denne beretning fremstiller en komprimeret gennemgang af baggrunden bag og udfoldelsen af Ældres Netværk 2007 -09.

Graden af funktionsnedsættelse øges med alderen og kan begrænse muligheden for at kunne deltage i de aktiviteter, der tidligere var adgangen til sociale fællesskaber. Sundheds- og Omsorgsforvaltnings borgersundhedsprofiler viser en tydelig sammenhæng mellem dårligt selv vurderet helbred og dårligt socialt netværk. Samtidig viser sundhedsprofilerne, at risikoen for, at man oplever sig ufrivilligt alene, stiger med alderen.

Flere forskningsprojekter<sup>1</sup> afdækker sammenhæng mellem forskellige sygdomme og oplevelsen af ensomhed, ligesom helbredelsesfrekvensen er forringet hos ensomme mennesker sammenlignet med andre, der ikke oplever sig ensomme.

Rikke Lund, læge, Phd, har forsket i personlige relationers betydning for sundhed og har bl.a. henvist til et studie blandt ældre i 2003, hvor en konklusion var, at det at modtage social støtte fra andre ikke sikrer længere overlevelse, mens det at *give* social støtte sikrer længere overlevelse.<sup>2</sup> Gensidigheden i relationen til den ældre er meget vigtig. Det er sundhedsfremmende at indgå i ligeværdige relationer og bidrage med noget til fællesskabet. Det er ikke i sig selv sundhedsfremmende alene at være *genstand for* omsorg.

Ældres Netværk er i 2007-09 gennemført med det formål at styrke ældres netværk for at forebygge ensomhed.

## **Fakta om Ældres Netværk**

### **a) Projektets organisering**

Ældres Netværk har været et partnerskabsprojekt, som har involveret frivillige organisationer og Sundheds- og Omsorgsforvaltningen. Organisationsformen blev valgt med afsæt i antagelsen, at det er muligt at opnå en mere effektiv forebyggelse af ensomhed blandt ældre samt en mere helhedsorienteret indsats ved at forene det bedste fra de to verdener.

Ældres Netværk er blevet gennemført under ledelse af en projektgruppe med repræsentanter fra både organisationerne og forvaltningen, og en projektkoordinator, der også har været medlem af projektgruppen. Projektgruppen har haft det overordnede ansvar for projektets aktiviteter og projektkoordinatorens indsats.

Både forvaltningen og de frivillige organisationer har erfaring med social netværksskabelse.

Sundheds- og Omsorgsforvaltningen fokuserer på ydelser, der giver værdi for borgeren og samfundet, og hvor indsatsen har et sundhedsfremmende og forebyggende sigte.

---

<sup>1</sup> Kilde: Rikke Lund, læge, Phd på Ældres Netværks konference 6. okt 08. Rikke Lund beskriver forskellige videnskabelige studier, der dokumenterer sammenhængen mellem sygdom og ensomhed

<sup>2</sup> Kilde: Læge phd. Rikke Lund på Ældres Netværks konference 6. okt 2008. Se [www.sammen.info](http://www.sammen.info) for hendes slides.

De frivillige organisationers arbejde er ofte idébetonet og rettet mod specielle målgrupper på baggrund af et interessefællesskab og mellemmenneskelige relationer. De frivillige organisationer har dokumenteret, at de kan etablere kontakt mellem mennesker, hvor det ikke er muligt i offentlig regi, og at de har en afgørende betydning for social kapital<sup>3</sup> og sammenhængskraft<sup>4</sup> i samfundet<sup>5</sup>.

*”Det foreningsbårne engagement har en særlig betydning for det generelle værdifællesskab i samfundet, og særligt i forhold til udsatte grupper og minoriteter.”<sup>6</sup>*

De frivillige organisationer understøtter ældre borgeres aktive medborgerskab og demokratiske delagtighed, og inkluderer dem i lokalsamfundet. Mens den kommunale indsats tager udgangspunkt i fagprofessionelt analyserede og målbare behov og ydelser, er den frivillige verden styret af personligt engagement. Når det frivillige social arbejde er bedst, er der tale om en *gensidig* og *dialogisk* relation, der, i sammenhold med Rikke Lunds førnævnte dokumentation af gensidighedens betydning for sundhed og sygelighed, er sundhedsfremmende.

Der er således tale om to forskellige tilgange til dét at yde omsorg som blev forenet i Ældres Netværk.

## **b) Metodisk tilgang**

Ældres Netværk har skabt lokalt forankrede projekter rettet mod ensomme ældre ud fra viden om, at aktiviteter giver grunde til at mødes.

- Der er skabt en ramme herfor ved at understøtte netværk mellem aktører lokalt (kommunale såvel som civile) og herved opnå synergi, vidensdeling og grobund for nye tiltag. Der er blevet brugt viden, netværk og legitimitet fra både de kommunale aktører og de frivillige organisationer.
- Der er afdækket relevante aktører i lokalområderne, herunder skabt en database herover.
- Deltaget i opbygningen af kurser for plejehjemsansatte med henblik på at skabe parathed hos disse overfor at samarbejde med den civile verden.
- Der er gennemført en bydækkende opmærksomhedskampagne foråret 2007 for godt naboskab og information om projektet med plakater, foldere og artikler i samtlige lokalaviser.
- Der er givet økonomisk og processuel støtte til konkrete aktiviteter i lokalområderne. I projektperioden har frivillige organisationer i en tidsafgrænset periode og efter ansøgning modtaget

<sup>3</sup> Social kapital er det tillidsbærende samarbejde, der hver dag finder sted på kryds og tværs borgere imellem og mellem borgere og velfærdsstat. Social kapital opbygges når vi møder hinanden i foreningerne og boligområderne på kryds og tværs.

<sup>4</sup> Værdifællesskab og inklusion i samfundet.

<sup>5</sup>Kilde: *Frivillige sociale organisationers rolle i fremtidens velfærdssamfund. En udgangsbøn.* Rådet for frivilligt socialt arbejde. 2008

<sup>6</sup> *Frivillige sociale organisationers rolle i fremtidens velfærdssamfund. En udgangsbøn..* Rådet for frivilligt socialt arbejde. 2008 p. 7

finansiel støtte og rådgivning til lokalt forankrede aktiviteter, som de selv har forestået. Ældres Netværk har her været metodisk inspireret af empowermentstrategien og metoder som ressourcebaseret udvikling i lokalområder, hvor aktiviteterne ejerskab er placeret lokalt hos de aktører, der er direkte involverede i gennemførelsen og formuleringen af disse. Bevillingsmodtagerne har aflagt regnskab samt en evaluering af bevillingen.

### c) Bevillingsmodtagernes kendetegn

Ældres Netværk har til og med udgangen af 2009 uddelt 91 bevillinger, der fordeler sig som følger:

<b>Bevillingsmodtagertype</b>	<b>Antal</b>
Organisationer	37
Boligforeninger og boligsociale projekter	28
Kirker og kirkelige organisationer	15
Frivillige grupperinger i øvrigt	5
Væresteder	5
Kommunale dagtilbud	1
<b>Bevillingsmodtagere i alt</b>	<b>91</b>

På baggrund af tilbagemelding fra 70 af de 91 bevillingsmodtagere har i alt 5936 ældre deltaget i aktiviteter, hvoraf de 2752 har været nye ældre i den pågældende sammenhæng. Der er bevilget støtte for i alt 4.607.113 kr over 3 år.

Det har vist sig svært at få tilbagemeldinger fra alle bevillingsmodtagere. Flere er bevilget ultimo 2009 og er fortsat i opstartsfasen, og 13 bevillinger afsluttes først i 2010. 2 bevillingsmodtagere har valgt at betale støtten tilbage. Enkelte bevillingsmodtagere har undergået organisatoriske forandringer undervejs, der har gjort det svært for dem at melde tilbage med præcise tal. Ved udgangen af 2010 forventes tallene derfor at være langt højere end her optalt. Nogle bevillinger dækker to bydele, og tæller derfor to gange.

Bevillinger fordelt på bydele:

<b>Bydel</b>	<b>Antal</b>
Nørrebro	21
Amager	19
Valby	15

Nordvest	11
Kgs Enghave	7
Brønshøj-Husum-Vanløse	7
Vesterbro	3
Østerbro	2
Indre by og Christianshavn	4
Alle bydele, eller mere end to	14

Projektgruppen har uddelt bevillinger under hensyn til flere faktorer. Allerede eksisterende tilbud, interesse og ressourcer til at skabe projekter, lokalområdets socioøkonomiske kendetegn samt projekternes formål og legitimitet. Det er baggrunden for, at projektgruppen valgte hhv. Kgs. Enghave og Nørrebro som platforme for en proaktiv indsats. På Nørrebro har Ældres Netværk understøttet opstarten af foreningen Aktive Ældre på Nørrebro. Projektet i Kgs. Enghave beskrives i DPU's evaluering af Ældres Netværk.

#### **d) De støttede aktiviteterets kendetegn**

Projektgruppen har alene støttet aktiviteter med et forankringspotentiale med henblik på at sikre optimal mulighed for, at nye netværksdannelser kan opretholdes efter bevillingens udløb. Dette har betydet, at det med en enkelt undtagelse alene har været allerede eksisterende organisationer, der har modtaget støtte. Disse kendetegnes ved, at de har en organisering samt erfaring med frivilligt socialt arbejde, der muliggør, at det også efter bevillingens udløb er muligt at fastholde de ældre brugere. Enten i de igangsatte aktiviteter, hvis der kan findes en alternativ finansiering af aktiviteterne, eller i andre tilknyttede etablerede aktiviteter og fællesskaber. Nye organiseringer har, med en enkelt undtagelse, dels ikke vist sig bæredygtige i forhold til forankringspotentiale, dels ikke ansøgt om midler.

Over halvdelen af bevillingerne er givet til aktiviteter, hvor formålet har været at rekruttere ensomme eller potentielt ensomme ældre til allerede eksisterende tilbud ved at udbygge, understøtte og informere om tilbudene. Knap en fjerdedel af bevillingerne er givet til aktiviteter, hvor formålet har været at etablere nye tilbud indenfor allerede eksisterende rammer. 10 bevillinger er givet som direkte økonomisk driftsstøtte til aktiviteter, der allerede er i drift. Her har Ældres Netværk alene understøttet aktiviteterne fortsatte eksistens. Bevillingsmodtagerne har tidligere fået støtte fra andre bevillingsgivere.

Langt hovedparten af de 91 bevillinger er gennemført med en lønnet medarbejder som ansvarlig for aktivitetens gennemførelse. Kun 17 aktiviteter er gennemført med en frivillig medarbejder som ansvarlig. Det skal her bemærkes, at den lønnede medarbejder som hovedregel ikke er lønnet af Ældres Netværks pulje.

Flere bevillinger dækker udgifter til forskellige tiltag og aktiviteter. Den finansielle støtte er givet til følgende aktiviteter og tiltag:

<b>Aktiviteter/tiltag</b>	<b>Antal</b>
Informationsmateriale og annoncering vedr. tilbud	45
Kontinuerlig aktivitet	41
Udflugter	38
Arrangementer enkeltstående	31
Indkøb af ”ting/rekvisit” til aktivitet	13
Honorar/lønudgift	6
Transport	13
Kurser, workshops og lign. mhp udvikling	4
Tryghedsopkaldstjeneste	3
Anlægsudgift (stolelift Kvartershuset Kgs Enghave)	1
Aflastningstjeneste for pårørende til demente	1
<b>I alt</b>	<b>196</b>

På baggrund af 91 bevillinger har Ældres Netværk således givet støtte til i alt 196 aktiviteter og tiltag.

Kontinuerlig aktivitet rummer aktiviteter, der er ugentligt tilbagevendende, og derfor giver mulighed for opbygning af netværk. Udflugter og arrangementer er i sagens natur enkeltstående, men disse er alene bevilget til bevillingsmodtagere, der har haft mulighed for at forankre nye deltagere heraf i andre tilknyttede tilbud. 13 bevillinger har bl.a. indeholdt støtte til transport af ældre til og fra aktivitet eller lignende.

Kurser, workshops og lignede med henblik på udvikling er f.eks. udgifter til afholdelse af kurser for frivillige, samt kurser om hvordan man fastholder, rekrutterer og motiverer frivillige.

33 af bevillingerne er givet til helt nære tiltag og aktiviteter i boligområder. Det gælder f.eks.

ældreboligafdelinger, boligsociale projekter samt bestyrelser og ressourcepersoner i boligområder.

Langt de fleste bevillingsmodtagere er civile. Men i 10 tilfælde har Ældres Netværk støttet projekter på tværs af kommune og civilsamfund. F.eks. har et partnerskab mellem Kirken, Kvartershuset, det boligsociale projekt og hjemmeplejen i Kgs Enghave modtaget støtte til indkøb af en bus, der bl.a. tilbyder kvarterets ældre indkøbsture i Malmø. Miljøpunkt Nørrebro har modtaget støtte til iværksættelse af aktiviteter for børn, unge og ældre i De Gamles By i 2010, der bl.a. indbefatter et tæt samarbejde med plejehjemmene i De Gamles By. 3 bevillinger har været direkte henvendt til ældre mænd. F.eks. har Netvirket modtaget støtte til opstart af en fiskeforening for ældre mænd, og Studentersettlementets Boldklub har modtaget støtte til arrangementer, der

kunne tiltrække mænd til at møde op i foreningen, og herefter få mod på at deltage i idrætsaktiviteter. 10 nye ældre mænd er på denne baggrund blevet medlemmer af Studentersetlementets Boldklub. Undtagelsesvist har 6 bevillinger indeholdt udgifter til honorar, hvor projektgruppen har vurderet, at opbygningen af aktiviteter og tiltag har krævet en lønnet medarbejder.

#### e) Netværks betydning

At få gennemslagskraft i forhold til ensomme ældre kræver en indgang til et lokalområde i form af netværk og frivillige, gennem hvilke man kan få fodfæste og nå ud til de ensomme ældre. Via netværk og frivillige spreder kendskabet til et tilbud sig som ringe i vandet. Bevillingsmodtagernes evne til at bruge netværk har været af afgørende betydning for deres succes. Inden for mindre geografiske områder findes væresteder, ældreklubber, kirker, boligsociale projekter og kommunale dagtilbud, der ikke kender til hinandens eksistens eller egenart i forhold til tilbud. Ældres Netværk har koblet aktører, der enten har sikret opretholdelse af et tilbud, tilføjet nye ingredienser, eller ”blot” skabt netværk for flere ældre. Således er levedygtigheden af de igangsatte aktiviteter og opståede netværk blevet understøttet.

#### Afslutning

Bevillingerne og indsatsen i Ældres Netværk er beskrevet yderligere på hjemmesiden [www.sammen.info](http://www.sammen.info)

Udover denne beretning er to konkrete cases i projektet samt det overordnede partnerskab blevet evalueret af Danmarks Pædagogiske Universitet. Evalueringerne er vedhæftet som henholdsvis bilag 3 og 4.

Med afsæt i ønsket om at sikre forankringen af de igangsatte aktiviteter og videreudvikle samarbejdsrelationerne til gavn for ældre arbejder projektgruppen bag Ældres Netværk videre i 2010. Dette sker med base i Frivilligt Forum – de frivillige sociale organisationers interesseorganisation - og ophører med udgangen af 2010.

Projektkoordinatoren står gerne til rådighed med yderligere oplysninger.

Succeskriterier:	Resultater:
Gennemføre en bydækkende ”Nabokampagne”.	Kampagne i 2007 med fokus på naboskab og fællesskab mellem mennesker via arrangementer, plakater, postkort, hjemmesiden <a href="http://www.sammen.info">www.sammen.info</a>
Iværksætte netværksaktiviteter for ældre mænd	3 projekter med tilbud til mænd, især med fokus på fysisk aktivitet.



Etablere samarbejdsprojekter mellem Københavns Kommune og civilsamfundet.	Lokale netværksmøder med medarbejdere fra Københavns Kommune og frivillige organisationer i alle lokalområder. 10 samarbejdsaftaler om at nå ud til flere ældre.
Igangsætte 10 naborelaterede netværkstiltag	33 projekter i boligområder
Årlig konference om resultater og ny viden	Netværksseminar i 2007 Konference i 2008 Netværksseminar 2010 (udskudt fra 2009)

Succeskriterier:	Resultater:
Gennemføre en bydækkende ”Nabokampagne”.	Kampagne i 2007 med fokus på naboskab og fællesskab mellem mennesker via arrangementer, plakater, postkort, hjemmesiden <a href="http://www.sammen.info">www.sammen.info</a>
Iværksætte netværksaktiviteter for ældre mænd	3 projekter med tilbud til mænd, især med fokus på fysisk aktivitet.
Etablere samarbejdsprojekter mellem Københavns Kommune og civilsamfundet.	Lokale netværksmøder med medarbejdere fra Københavns Kommune og frivillige organisationer i alle lokalområder. 10 samarbejdsaftaler om at nå ud til flere ældre.
Igangsætte 10 naborelaterede netværkstiltag	33 projekter i boligområder
Årlig konference om resultater og ny viden	Netværksseminar i 2007 Konference i 2008 Netværksseminar 2010 (udskudt fra 2009)

Maj 2010

Projektkoordinator, Helle Hygum Espersen.