

# Projekt

## Hjälpa ensamma äldre

SPF Seniorernas distriktsstyrelse har tagit beslut att starta ett projekt med inriktning mot att hjälpa ensamma äldre.

Vi gör ju redan mycket men vi hoppas att länets pensionärsföreningar anser att de är naturliga aktörer i att utveckla detta arbete ytterligare. Många andra t.ex. kommunen, studieförbunden, kyrkorna arbetar också redan med detta.

### Bakgrund

Ofrivillig ensamhet är ett växande problem hos framför allt de över 80 år. Antalet ensamma äldre kommer att öka kraftigt de närmaste 10-15 åren i takt med att vi blir fler. Många äldre upplever att de inte längre är behövda. De känner sig utanför och ensamma trots att det finns många människor runt omkring. Knapp ekonomi och fysiska hinder kan bidra ytterligare.

Ensamhet kan ibland leda till psykisk ohälsa som depression och oro, ökat missbruk och till och med till självmord. Missbruket ökar framför allt hos kvinnor över 65 år. En äldre person tar livet av sig varje dag i Sverige beroende på upptäckta depressioner. Äldre män är den grupp där andelen självmord är störst.

Men ensamhet och psykisk ohälsa går att avhjälpa!

### Projektet

#### Steg 1

Den 19 mars (Eksjö) och den 4 april (Värnamo) har vi heldagsutbildningar för hälsoombud/friskvårdsansvariga med rubriken *Ensamhet och psykisk ohälsa hos äldre*. Andra intresserade är också välkomna!

Under våren 2019 vill vi hitta ytterligare personer som vill hjälpa till. Vi tänker oss att bilda tre arbetsgrupper (söder, öster, norr) inom SPF Seniorerna som tar fram förslag på hur en pensionärsförening kan hjälpa ensamma äldre. Arbetsgrupperna får sedan träffas och utveckla förslagen ytterligare om *vad vi i SPF Seniorerna kan göra för att hjälpa ensamma*.

#### Steg 2

Samverkan med övriga pensionärsorganisationer i länet. Och med kommunerna, vårdcentralerna, studieförbunden, kyrkorna, andra ideella organisationer m.fl. Vi behöver samverka runt *hur vi hittar ensamma äldre, vem som gör vad och hur vi kan intressera ensamma för våra aktiviteter*.

Vi tänker oss att framöver söka bidrag från t.ex. Allmänna arvsfonden, Regionen, Kommunerna när vi vet mer om omfattningen av och kostnaderna för våra insatser.

*Anmäl ditt intresse att hjälpa till i arbetsgrupperna till [kjell@spf-f.se](mailto:kjell@spf-f.se) eller [kansli@spf-f.se](mailto:kansli@spf-f.se)*

*Välkommen!*

*Kjell Lindström, distriktsordförande*