



Vård- och omsorgsförvaltningen
Utredningsenheten
Christina Becker

Datum
2025-11-04

Diarienummer
VON/2025:181

Slutrapport

Minska ofrivillig ensamhet och minska digitalt utanförskap hos äldre i
ordinärt boende i Eskilstuna kommun

Innehåll

Inledning	3
Minska ofrivillig ensamhet hos äldre som bor i ordinärt boende.....	4
Antal äldre som projektet har nått	4
Genomförda aktiviteter	4
Nätverk och dialog.....	5
Effekter av genomförda aktiviteter.....	5
Plan för arbetet 2026.....	6
Sammanfattning	6
Minska digitalt utanförskap.....	7
Antal äldre som projektet har nått	7
Genomförda aktiviteter	7
Effekter av genomförda aktiviteter.....	7
Utmaningar.....	8
Överensstämmelse mellan budget och projektplan Projektets kostnader följer budgeterade medel....	8
Plan för arbetet 2026.....	8
Sammanfattning	8

Inledning

I maj 2024 ansökte vård- och omsorgsförvaltningen om medel under två år från Stiftelsen Fredrik Lindströms minnesfond. Medlen skulle bidra till att minska ofrivillig ensamhet och minska digitalt utanförskap bland äldre personer, boende i ordinärt i Eskilstuna kommun.

Medel till att minska den ofrivilliga ensamheten skulle användas till att tillsammans med olika aktörer inom civilsamhället, synliggöra och skapa fler mötesplatser för äldre i ordinärt boende. Syftet var att stödja senioren till social gemenskap, meningsfullhet, fysisk aktivitet och goda matvanor.

På motsvarande sätt skulle medel till att minska det digitala utanförskapet användas till att synliggöra digitala verktyg och välfärdsteknik som ett stöd i vardagen. Innebörden var att stödja, utbilda och handleda seniorer i ordinärt boende att nyttja dator, surfplatta, telefon eller annat digitalt verktyg. Syftet var att öka seniorernas digitala delaktighet i samhället.

I november 2024 beslutade styrelsen för Stiftelsen Fredrik Lindströms minne att bevilja medel enligt nedan:

- 750 000 kr i syfte att minska ofrivillig ensamhet för äldre i ordinärt boende.
- 350 000 kr i syfte att minska digitalt utanförskap hos äldre i ordinärt boende.

Beslutet gällde för perioden 2024-12-01 – 2025-11-30 med möjlighet till förlängning. Till projektet togs en projektplan fram och som Stiftelsen erhöll.

De båda delarna har drivits i två projekt och Stiftelsen fick en delrapport i april 2025 avseende perioden 1 december 2024 till och med 31 mars 2025.

Denna slutrapport redogör för de båda projektens arbete under det första året och som ligger till grund för Stiftelsens ställningstagande om att bevilja ytterligare medel för 2026 eller ej.

Projektledare för minskad ofrivillig ensamhet är Pethra Andersson och för minskat digitalt utanförskap är Henrik Hasselqvist. Sammanhållande gentemot Stiftelsen och projektet är Christina Becker. Samtliga arbetar inom Vård- och omsorgsförvaltningen.

Minska ofrivillig ensamhet hos äldre som bor i ordinärt boende

Antal äldre som projektet har nått

Under det första året har projektet nått cirka 500–600 seniorer genom mötesplatser, gemensamma aktiviteter och uppsökande arbete. Fördelat på olika aktiviteter är fördelningen ungefär enligt nedan:

- 200 personer deltar regelbundet på de föreningsdrivna mötesplatserna
- 150-160 personer har deltagit vid invigningar och särskilda evenemang
- 50-70 personer har mötts vid aktiviteter på Tuna Park och pop-up-evenemang
- 30-40 föreningsrepresentanter och volontärer har deltagit i nätverksträffar och temadagar
- 50 seniorer har fått stöd via väntjänst, förebyggande enheten eller hemtjänstens lotsning

Bakom varje siffra finns en berättelse om en person som tagit första steget mot gemenskap.

Genomförda aktiviteter

Vård- och omsorgsförvaltningen driver idag tre mötesplatser för seniorer. Vi ser att vi behöver nå ut till fler seniorer, både för att förebygga och minska den ofrivilliga ensamheten. Genom att samarbeta med idrottsföreningar, vars lokaler ofta står tomma på dagtid och vars engagemang för sitt närområde är stort, ser vi stora möjligheter att nå många. Under året har fyra föreningsdrivna mötesplatser för seniorer etablerats i samverkan med lokala idrottsföreningar. Mötesplatserna finns i Mesta/Borsökna, Kvicksund, Kjula/Jäder och Skogstorp. En femte mötesplats öppnar i Hållsta i november.

De föreningsdrivna mötesplatserna handlar om att bygga gemenskap där människor bor. Föreningarna står för engagemanget och idéerna, medan kommunen finns med i bakgrunden som stöd och samarbetspartner. Tillsammans bygger vi vårt närområde starkare.

Varje mötesplats har under året byggt upp en egen verksamhet och fått stöd i att ta fram veckoprogram med blandade aktiviteter.

Det har till exempel handlat om:

- information från biståndshandläggare om vilket stöd som finns att få från kommunen,
- besök av brandkår och polis med fokus på trygghet och säkerhet
- föreläsningar om demens och hälsa
- musikunderhållning och gemensam sång
- information från Anhörigcentrum
- IT-stöd tillsammans med projektansvariga för digital inkludering

Syftet med dessa aktiviteter är att minska avståndet mellan kommunen och medborgaren och skapa naturliga möten där människor bor. Varje mötesplats har ett nedskrivet program som delas ut till boende i området och sprids via sociala medier. Vi uppmuntrar också till att ”ta med en vän” – en enkel men viktig påminnelse om att bjuda med någon som annars sitter ensam.

Runt mötesplatserna samverkar föreningar, kyrkan, frivilligcentralen, hemtjänsten och många fler. Alla bidrar med sin del – lokaler, engagemang, kunskap eller tid. När vi går ihop och gör saker

tillsammans blir närområdet starkare och fler äldre hittar vägar till gemenskap.

Nätverk och dialog

Under året har flera nätverksträffar arrangerats för de föreningar som driver eller planerar att starta mötesplatser. Träffarna har syftat till att dela erfarenheter, utveckla arbetssätt och skapa samhörighet mellan föreningarna. Det har skapat en starkare samverkan, inte bara mellan kommunen och civilsamhället, utan också mellan föreningarna sinsemellan. Flera föreningar samarbetar nu kring aktiviteter, material och möjligheter att söka projektmedel.

Tillsammans med Samhällskontraktet genomfördes en stor temadag under våren 2025. Där deltog representanter från flera enheter inom Vård- och omsorgsförvaltningen, samt ett stort antal ideella föreningar. Fokus var gemensamt lärande och diskussioner om hur vi når de äldre som är mest ensamma, hur vi kan samordna resurser och hur vi kan tänka långsiktigt. Temadagen bidrog till nya kontakter, gemensam förståelse och en växande samsyn kring vikten av förebyggande arbete. En början på ett större nätverk som tillsammans kan driva frågan om ofrivillig ensamhet.

Projektgruppen har också tagit del av erfarenheter från andra kommuner, bland annat Lidingö, Skellefteå, Västerås och Nacka. Lidingös arbete med en ”nollvision mot ensamhet” har särskilt påverkat vårt tänk kring långsiktighet och helhet.

Effekter av genomförda aktiviteter

Projektet har gjort skillnad på flera plan. Fler äldre har hittat till nya sociala sammanhang och berättar att de känner sig tryggare, gladare och mer delaktiga. Många beskriver hur mötesplatserna blivit en fast punkt i veckan – något att se fram emot. På systemnivå har projektet skapat starkare relationer mellan kommunen och civilsamhället. Vi har byggt upp en modell som visar att samverkan fungerar – och att den behövs för att vi tillsammans ska klara framtidens utmaningar.

En av de fina bieffekterna av samarbetet med idrottsföreningar är att generationer möts. Där barn och unga redan finns i verksamheten kan naturliga möten uppstå – över en fika, en boll eller ett skratt. Sådana ögonblick stärker både gemenskapen och förståelsen mellan människor i olika åldrar.

Projektet har lärt att:

- Allt passar inte alla. Därför behöver det finnas olika former av gemenskap och möten.
- Närhet är avgörande. En mötesplats i närområdet gör tröskeln att ta sig ut lägre.
- Hur vi pratar om ensamhet spelar roll. Vi måste våga prata om det, utan skuld eller skam.
- Samverkan kräver tid. Tillit byggs genom praktiskt arbete och återkommande möten.
- Även kommunen behöver utvecklas. Kunskap, strukturer och rutiner för samverkan internt är lika viktiga som mötesplatserna i sig.

Ensamhet är ett växande samhällsproblem som påverkar både psykisk och fysisk hälsa. För många äldre leder ensamhet till sämre livskvalitet, försämrad hälsa och minskad känsla av trygghet. Vi vet att social gemenskap kan förebygga ohälsa, öka livslust och bidra till att människor klarar sig längre på egen hand.

Detta projekt har handlat om att skapa fler vägar till gemenskap, i nära samarbete mellan

kommunen och civilsamhället. Utgångspunkten har varit enkel: ingen aktör kan göra allt, men tillsammans har vi det som behövs – lokaler, idéer, engagemang, kompetens och hjärta.

Utmaningar

Personer som projektet har haft svårigheter att nå är dels personer som inte har insatser från kommunen, dels personer som lever isolerade och där tröskeln kan vara hög för att ta sig ut bland andra människor. Svårighet är också att nå personer av utländsk härkomst.

Överensstämmelse mellan budget och projektplan

Projektets kostnader följer budgeterade medel.

Plan för arbetet 2026

Under 2026 fortsätter arbetet med att fördjupa och förankra den modell som vuxit fram. Fokus ligger på att stärka samarbetet mellan kommunen och civilsamhället – både lokalt och internt inom förvaltningen.

Projektet vill:

- Stödja föreningarna som driver mötesplatser i att kunna arbeta med uppsökande verksamhet, volontärstöd och lokal samverkan
- Utveckla konceptet föreningsmötesplats och starta upp på fler ställen
- Utveckla samarbetet med kultur- och fritidsförvaltningen, hemtjänst och andra aktörer som möter äldre
- Hitta lösningar som gör det lättare för fler att ta sig till aktiviteter och mötesplatser
- Stärka kunskapen internt om civilsamhällets resurser och hur personal kan lotsa äldre vidare till gemenskap. En särskild arbetsgrupp kommer under 2026 att ta fram förslag på gemensamma arbetssätt för detta. Målet är att alla som möter äldre, oavsett roll, ska känna till de möjligheter till gemenskap och stöd som finns, så att ingen behöver stå ensam.

Sammanfattning

Projektet har under sitt första år bidragit till att fler äldre i Eskilstuna har fått möjlighet att mötas, dela vardag och känna tillhörighet. Genom fyra nya föreningsdrivna mötesplatser, gemensamma aktiviteter och ett närmare samarbete med civilsamhället har vi skapat fler vägar ut ur ensamhet.

Arbetet har också stärkt banden mellan kommunen och lokala aktörer och gett oss ny kunskap om vad som krävs för att gemenskap ska växa i praktiken. Det handlar om närhet, samarbete och omtanke i vardagen.

Stiftelsens stöd har gjort det möjligt att ta viktiga steg mot ett mer öppet och inkluderande Eskilstuna – där fler har någon att dela dagen med.

Minska digitalt utanförskap

Antal äldre som projektet har nått

Under det första året har projektet nått ungefär 480 seniorer. Fördelat på olika aktiviteter är fördelningen ungefär enligt nedan:

- 330 seniorer via fikatillfällen med digitala teman och/eller digitalt stöd i Stadsbiblioteket, Valmas café Tuna park, Mötesplatser för seniorer och föreningsmötesplatser.
- 150 seniorer under seniormässan i Stadsbiblioteket.

Genomförda aktiviteter

- Fika med digitala teman och digitalt stöd i Stadsbiblioteket
- Fika med digitalt stöd i Valmas café i Tuna park
- Digitala teman och digitalt stöd hos Mötesplatser för seniorer som drivs av kommunen och föreningsmötesplatser som drivs av civilsamhället
- Digitalt tema och digitalt stöd hos SPF seniorerna
- Seniormässa i Stadsbiblioteket med bland annat föreläsning om romansbedrägerier

Effekter av genomförda aktiviteter

Projektgruppen har haft möten med representanter för Mötesplatser för seniorer (kommun) och pensionärsföreningar (civilsamhälle) och planerar att kontinuerligt ha det framöver. Mötena har bland annat lett till kunskapsutbyten och samverkan under seniormässan på Stadsbiblioteket.

Flera av vårens deltagare i Stadsbiblioteket önskade en fortsättningskurs och många av dem har anmält sig till hösten. Flera vittnar om tacksamheten över att få samlas och få hjälp med sin teknik. Här är några röster:

”Jag är alltid så tacksam för att du hjälper mig och står ut med mina frågor. Många har blivit irriterade tidigare”

En annan deltagare berättade att upplägget är bra och att hon inte känner sig ensam om att inte kunna, då "alla är där för att lära sig".

Deltagarna i Stadsbiblioteket har vid två tillfällen fått besvara frågan *Har fikatillfällena gett dig ökad känsla av inkludering i det digitala samhället?* Båda gångerna uppgav över 50% av att fikatillfällena gett dem ökad känsla av inkludering i det digitala samhället.

Deltagarna fick även besvara frågan *Har du använt en ny vardagsteknisk lösning kopplad till digitala verktyg under fikatillfällena?* Svaren visar på en ökad användning.

	Ja	Nej
Mättillfälle 1	72%	28%
Mättillfälle 2	90%	10%

Utmaningar

Vi ser att en utmaning för seniorerna är vokabulären kopplat till vardagstekniken, liksom att i praktisk handling använda dem. Utmaning är också att nå fler män och deltagare med utländsk bakgrund.

Vad gäller vokabulären ser vi att det är svårt att prata om vardagsteknik, utan att använda begrepp som inte alla är bekanta med, som exempelvis *appar*, *googla*, *webbläsare* etc. Vi har därför tagit fram en ordlista som delas ut till deltagarna där vanliga tekniska termer förklaras på ett tydligt sätt.

För vissa deltagare är det svårt att utveckla en egen förståelse eller självständighet i att nyttja det digitala. Vi har därför tagit fram en folder för varje digitalt tema och som delas ut vid varje fikatillfälle. Ambitionen är att den ska bidra till ökad digital förståelse, när deltagarna får informationen både muntligt och skriftligt.

Under vårens fikatillfällen på Stadsbiblioteket har kvinnor varit i majoritet. Inför hösten har vi lyckats rekrytera fler män och nu är omkring en fjärdedel av deltagarna män.

Som nämnts är det en utmaning att nå seniorer med utländsk bakgrund. Seniorer med finsk kulturbakgrund har gått att nå vid den finstalande mötesplatsen Finnstugan i Torshälla.

Överensstämmelse mellan budget och projektplan

Projektets kostnader följer budgeterade medel.

Plan för arbetet 2026

Projektet planerar att fortsätta genom;

- Fikaträffar med digitala teman och digitalt stöd på Stadsbiblioteket, Valmas café i Tuna park sam Mötesplatser för seniorer som drivs av kommunen och föreningsmötesplatser för seniorer som drivs av civilsamhället.
- Seniormässa på Stadsbiblioteket.
- Seniorer med utländsk bakgrund har varit svåra att nå och projektet planerar att kontakta något eller några av Eskilstunas trossamfund för att via dem komma i kontakt med de seniorerna. Via utvecklare i Social hållbarhet i Eskilstuna kommun har projektet fått kontaktuppgifter till församlingar inom bland annat trossamfunden Evangeliska frikyrkan, Frälsningsarmén, Romersk-katolska kyrkan, Lettiska Evangelisk-lutherska kyrka och Förenade Islamiska föreningar i Sverige.
- Möte med Länsstyrelsen som erbjuder broschyrer och utbildningar om grundläggande betaltjänster. Projektet ser ett möjligt samarbete där projektets målgrupp får ta del av dessa utbildningar och broschyrer.

Sammanfattning

Det stöd som Stiftelsen har givit projektet har inneburit att många seniorer har fått möjlighet att, i gemenskap med andra, få hjälp och vägledning i hur de kan använda sin vardagsteknik. Flera är de seniorer som uttalat sin tacksamhet över det.

Projektet visar att hjälpen som seniorerna kan få med sin vardagsteknik under fikatillfällena har ökat deras användning av ny vardagsteknik. Seniorernas känsla av ökad inkludering i det digitala samhället visar inte på någon större förändring åt ena eller andra hållet. Den siffran kan däremot tyda på betydelsen av tiden, för att färdigheterna ska sätt sig och inge en känsla av digital inkludering.