



## **Arbetsrapport 47:2024**

# **”Vi vill ha mer limpa”**

## **Uppföljning av projektet Limpan i Norrköping**

Deborah Gestrin

**FoU Centrum för vård, omsorg och socialt arbete  
Kommunerna i Boxholm, Finsspång, Kinda, Linköping, Mjölby, Motala, Norrköping,  
Söderköping, Vadstena, Valdemarsvik,  
Ydre, Åtvidaberg och Ödeshög**

ISSN 1651-0232

© Författarna & FoU Centrum för vård, omsorg och socialt arbete, Linköpings kommun  
Linköping 2024

# Sammanfattning

Projektet Limpan, som pågick i Norrköping fram till juni 2024, syftade till att bryta isolering och ensamhet bland äldre i områdena Skärblacka, Klockaretorpet och Haga. Genom att använda seniorcoordinatorer och seniorlotsar skapades nya kontaktnätverk och aktiviteter för äldre, med samarbete från hemtjänst, vårdcentraler och lokala företag.

Limpan använde en sexstegsstrategi som inkluderade:

- **Långrev:** Flera "krokar" för att nå äldre på olika platser och tider.
- **Identifiera:** Skapa trygg kontakt med äldre i målgruppen.
- **Motivera:** Telefonsamtal och hembesök för att uppmuntra deltagande.
- **Påverka:** Hjälpa äldre att komma ut ur sina hem.
- **Aktivera:** Uppmuntra äldre att ta initiativ till nya kontakter.
- **Nätverka:** Hjälpa äldre att etablera nya nätverk.

I projektet har områdesspecifika aktiviteter genomförts. I Skärblacka organiserades aktiviteter som läsecirklar, telefonkurser, och utflykter. De samarbetade med PRO, Svenska kyrkan, hemtjänsten med flera. I Haga arrangerades aktiviteter som seniorgympa, digitaliseringskurser och resor. De samarbetade med vårdcentral, bostadsbolag och lokala företag. I Klockaretorpet ordnades aktiviteter som matlagningsgrupper, högläsning och dans. De samarbetade med PRO, Korpen, och Kunskapens hus.

FoU Centrums uppföljning som redovisas i denna arbetsrapport har undersökt Limpans arbetssätt via data från skriftliga veckorapporteringar samt enkäter, fokusgruppsintervjuer och observationer.

Genom fokusgruppsintervjuer framkom det att seniorerna uppskattade projektets aktiviteter, särskilt för den sociala samvaron och den fysiska motionen. Seniorer i Skärblacka uttryckte oro för vad som händer när projektet avslutas, medan de i Haga och Klockaretorpet lyfte fram vikten av seniorcoordinatorernas roll och de nya sociala nätverk som skapats.

Uppföljningen av projektet visade att samarbete med olika lokala aktörer var avgörande för att nå ut till äldre och skapa ett brett utbud av aktiviteter. En utmaning var att nå de mest isolerade äldre och att upprätthålla aktiviteterna efter projektets slut.

Limpan har bidragit positivt till att minska ensamheten bland äldre och stärka deras sociala nätverk. För framtiden rekommenderas att fortsätta stödja seniorcoordinatorer och strukturerade aktiviteter för att bibehålla projektets momentum. Det är också viktigt att utveckla strategier för att nå ut till de mest isolerade och svårmotiverade äldre.

# Innehållsförteckning

<b>Sammanfattning</b>	<b>2</b>
<b>Innehållsförteckning</b>	<b>3</b>
<b>1. Inledning</b>	<b>4</b>
<b>2. Bakgrund och beskrivning av projektet Limpan</b>	<b>6</b>
2.1 Organisering av Limpan	7
2.2 Uppföljningens syfte och frågeställningar	8
2.3 Design och datainsamling	8
<b>3. Arbetssätt i Limpan</b>	<b>12</b>
3.1 Skärblacka	12
3.2 Haga	13
3.3 Klockaretorpet	15
3.4 Sammanfattning	18
<b>4. Seniorernas upplevelser</b>	<b>22</b>
4.1 Skärblacka	22
4.2 Haga	24
4.3 Klockaretorpet	26
4.4 Sammanfattning	28
<b>5. Samverkan i Limpan</b>	<b>30</b>
5.1 Studieförbundet Vuxenskolan	30
5.2 Vårdcentraler	31
5.3 Hemtjänst	33
5.4 Övriga samverkansparter	34
5.5 Sammanfattning	36
<b>6. Hur har det gått för projektet Limpan?</b>	<b>38</b>
6.1 Måluppfyllelse	38
6.2 Vad tycker seniorerna om Limpan?	41
6.3 Skillnader mellan olika bostadsområden	42
6.4 Sammanfattning	44
<b>7. Slutsatser och rekommendationer</b>	<b>45</b>
7.1 Rekommendationer	46
<b>Referenser</b>	<b>48</b>
Bilaga 1. Intervjuguide fokusgruppintervju	49
Bilaga 3. Lista aktiviteter	51
Bilaga 3. Statistikunderlag	53

# 1. Inledning

I denna arbetsrapport redovisas uppföljningen som genomförts av FoU Centrum för vård, omsorg och socialt arbete gällande projektet Limpan i Norrköpings kommun. I projektet Limpan försöker Norrköpings kommun att bryta isolering och ensamhet bland seniorer. Projektet pågår till juni 2024 i Skärblacka, Klockartorpet och Haga och har en innovativ strategi för att stärka sociala kontakter. Med seniorkoordinators som nav i varje område, ska nya kontaktnätverk och aktiviteter för de äldre skapas. Samarbete med hemtjänst, vårdcentraler och lokala företag anses öka möjligheterna att nå ut till de mest isolerade. En ny roll, seniorlots, introduceras för att engagera seniorer i att själva leda och driva aktiviteter. Projektet Limpan strävar mot en mer aktiv och inkluderande vardag för de äldre i Norrköping. Limpan har en strategi som består av sex steg ett för varje bokstav i projektnamnen:

- **Långrev:** Här läggs ut ett hundratal "krokar" för att fånga upp äldre på olika platser och tider.
- **Identifiera:** Här identifieras äldre i målgruppen och en trygg kontakt skapas.
- **Motivera:** Här motiveras äldre att delta genom motiverande telefonsamtal och hembesök.
- **Påverka:** Här hjälper seniorkoordinators och seniorlots de äldre att ta sig ut utanför huset eller lägenheten.
- **Aktivera:** Här uppmuntras de äldre att själva ta initiativ till nya kontakter.
- **Nätverka:** Här kan de äldre antingen själva eller med stöd av seniorkoordinators försöka hitta och etablera sig i nya nätverk.

Samverkan är centralt i projektet och det framträder tydligt då Norrköpings kommun och Studieförbundet Vuxenskolan har arbetat tillsammans sedan starten. Studieförbundet Vuxenskolan har gjort fyra filmer om projektet Limpan. Där finns det både beskrivning från alla tre seniorkoordinators områden och även en film där seniorerna själva berättar om sina tankar och känslor om projektet. Du kan använda dig av QR-koderna för att titta på dessa filmer.

# LIMPAN NORRKÖPING

**DELTA GARE  
BERÄTTAR  
(RIKS CITY)**

**SENIORKOORDINATOR  
BERÄTTAR  
(KLOCKARETORPET)**

**SENIORKOORDINATOR  
BERÄTTAR  
(RIKS CITY)**

**SENIORKOORDINATOR  
OCH DELTAGARE  
BERÄTTAR(SKÄRBLACKA)**

Uppföljningen som presenteras i denna rapport syftar till att ta reda på om projektet har uppnått sina projektmål, undersöka om eller hur Limpan påverkat seniorerna i områdena det varit verksamt i samt se om det arbetssätt som arbetats fram kan generaliseras och användas i andra områden inom kommunal verksamhet. Men först kommer en beskrivning om projektet Limpan.

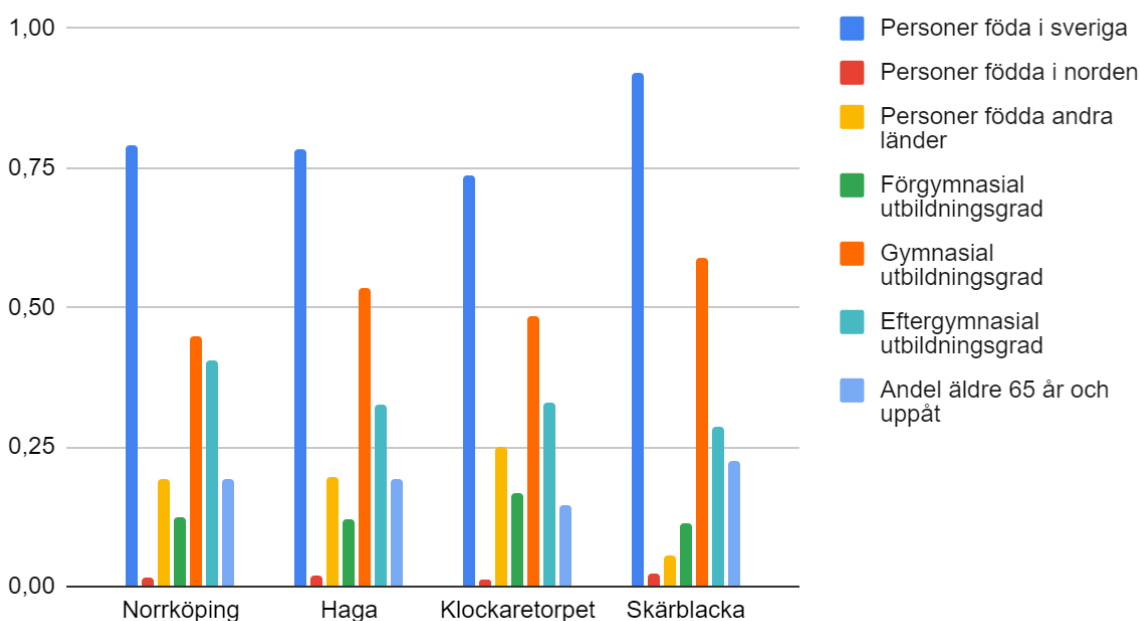
## 2. Bakgrund och beskrivning av projektet Limpan

Projektledaren bakom satsningen med projektet Limpan brinner för frågan om äldre och ensamhet. Han valde medvetet att inte inkludera det ibland laddade ordet "ensamhet" i projektets namn istället valde han namnet Limpan för att väcka nyfikenhet. Ensamhet är ett stort problem som påverkar många, inte bara de som känner sig ensamma. Projektledaren har tidigare arbetat med frågan om ensamhet i Södertälje kommun. Nu vill han använda sina erfarenheter från tidigare projekt och anpassa dem till Norrköpings olika områden. Några av dessa erfarenheter som han ville arbeta vidare med var till exempel att äldre inte är homogen grupp och att det i samhället i stort finns en tydlig ålderism som motverkar ett innovativt gemenskapande byggarbete. Äldres syn på sig själva och sin situation varierar också. För att ändra detta krävs tid, nya arbetssätt och en förändrad syn på befintliga verksamheter. Projektledaren vill nu prova en "undercover"-strategi genom att placera ut många "krokar" i äldres stråk, till exempel lokala butiker och föreningar, för att nå de ofrivilligt ensamma seniorerna. Att skapa möjligheter för delaktighet och ömsesidig hjälp är viktigt. Projektledaren beskriver att det som särskiljer Limpan från andra projekt är speciellt L:et och N:et i Limpan. L står för långrev och betyder att det behövs fler än en fiskekrok för att få napp. I Limpan har det lagts ut många "krokar" för att fånga upp äldre på olika platser och tider. N står för att nätverka och det har praktiserats genom att seniorkoordinators tillsammans med seniorer försökt att hitta och etablera nya nätverk.

Projektet pågick från augusti 2022 till juni 2024 i Skärblacka, Klockartorpet och Haga. Dessa tre områdena var strategiskt valda på grund av att de är olika.

Tabell 1. Statistik gällande Norrköping samt tre områden i Norrköping

### Limpan's områden jämfört med snittet i Norrköping



Områdena var noga utvalda för att de skulle kunna representera en spridning av Norrköpings områden. Enligt statistik på Norrköpings kommuns hemsida så är Haga den stadsdel som ligger närmast genomsnittet av Norrköping, det som skiljer är att de har en högre andel personer med gymnasial utbildningsgrad och lite färre med eftergymnasial utbildning jämfört med snittet. Klockaretorpet har en större andel personer som saknar gymnasial utbildning än de andra områdena och Norrköping generellt och de har en högre grad av personer födda i andra länder. Skärblacka däremot har en högre andel personer födda i Sverige och en större andel av personer med gymnasial utbildningsgrad samt en mindre del utrikesfödda. När det kommer till andel äldre så ligger Haga som genomsnittet och Klockaretorpet något under och Skärblacka något över genomsnittet. Ytterligare gick det att på Norrköpings kommuns hemsida att genom statistisk utläsa att det område som har lite högre inkomst för förvärvsarbete i området var Skärblacka.<sup>1</sup>

De tre områdena har tydliga skillnader i demografi, kultur och infrastruktur. Dessa skillnader har påverkat projektet Limpan på olika sätt. I Skärblacka har projektet dragit nytta av den starka vi-känslan och mun-till-mun-metoden för att sprida information. I Klockaretorpet har samarbetet mellan olika aktörer varit avgörande för att nå ut till äldre. I Haga har projektet fokuserat på att skapa mötesplatser och aktiviteter som är tillgängliga för alla. Innan projektet sattes igång gjordes en grundlig kartläggning av aktörer i dessa tre bostadsområden som till exempel bostadsföretag, pensionärsorganisationer, butiker, hemtjänst, mötesplatser för äldre och kyrkan.

## 2.1 Organisering av Limpan

Projektet Limpan har en innovativ strategi för uppsökande verksamhet, som bygger på samarbete med lokala partners såsom hemtjänst, vårdcentraler och företag i närområdet. En central tanke bakom projektet är att ha en seniorkoordinator i varje område. Denna koordinator ansvarar för att samordna arbetet, aktiviteter och kontakter med andra samverkansparter och seniorer. När aktivitetsstrukturen växer fram i området, etableras en ny roll – seniorlots – för att engagera seniorer att själva hjälpa varandra. De kan få ta över och hålla i aktiviteter som seniorkoordinatorn startat upp eller hjälpa till med annat i projektet.

Seniorkoordinatorn fungerar som en brobyggare mellan äldre och olika aktörer i samhället. Projektledningen hoppas att denna roll och arbetssättet kommer att fortsätta även efter projektets avslutning. Även om det är oklart hur eller var dessa roller ska organiseras hoppas de att arbetssätten med uppsökande verksamhet och hembesök ska prioriteras. Det övergripande målet med projektet Limpan är att motverka ensamhet och stärka äldres roll i samhället genom fler mötesplatser, ökad delaktighet och förbättrad samverkan mellan olika aktörer.

Limpan har testat nya angreppssätt, inklusive mer hands-on arbete med seniorkoordinatorer och lokalt anpassad samverkan med civilsamhället. Projektet är en samverkan mellan

---

<sup>1</sup> <https://norrkoping.se/organisation/statistik/allman-statistik/omradesfakta-2023>  
Valde Norrköping totalt samt stadsdelarna Haga, Klockaretorpet och Skärblacka



Norrköpings kommun och Studieförbundet Vuxenskolan i Östergötland. Studieförbundet Vuxenskolan anställer seniorkoordinatorerna och har personalansvaret för dem. Verksamhetsansvarig på Vuxenskolan deltar i projektgruppen och närvarar vid regelbundna träffar.

Målsättningar som projektet Limpan har formulerat och arbetat för att uppnå är:

- Bryta isolering bland äldre och minska känslan av ensamhet genom att hjälpa dem att bygga upp minst tre egna och nya kontaktnätverk.
- Ta ett steg mot paradigmskiftet Nära vård och arbeta mer proaktivt.
- Att utforska om framtida träffpunkter kan bli ett starkare nätverksbyggande nav med hälsofrämjande inriktning för äldre.

En definition av begreppet nätverk som finns med i första målsättningen är ett system av relationer som kännetecknas av förtroende, ömsesidig respekt, stöd och positiva interaktioner. Det är en struktur där senioren värderar känslan av att vara förstörd och accepterad av andra inom nätverket. Kvaliteten på dessa relationer och den emotionella anknytningen till andra är centrala aspekter som bidrar till nätverkets värde och betydelse för dess medlemmar.

## **2.2 Uppföljningens syfte och frågeställningar**

Syftet med uppföljningen är att undersöka att målen som funnits med i projektet uppnåtts. Den ska också fungera som ett kunskapsbaserat underlag för Norrköpings kommun och andra kommuner i den mellankommunala RSS-strukturen. Underlaget ska kunna användas som grund för framtida beslut om planering och vidareutveckling av liknande arbete som projektet Limpan har tillhandahållit. Det kan exempelvis användas för att kommunen ska kunna fatta beslut om vad som ska behållas i kommunal regi och vad som går att lämna över till andra samarbetspartner eller civilsamhället efter att projektet avslutats. Uppföljningen syftar till att kunna ge svar på följande frågeställningar:

1. Hur har Limpan uppfyllt de formulerade projektmålen?
2. Vad har Limpan inneburit för seniorer inom de tre utvalda bostadsområdena?
3. Finns det några skillnader i arbetssätt och metoder för samverkan mellan de tre bostadsområdena och vad består i så fall dessa skillnader i?

## **2.3 Design och datainsamling**

Innehållet i denna rapport omfattar flera delmoment som fokuserar på de tre områden där projektet har varit aktivt, samt på projektet som helhet. Rapporten syftar till att besvara tre frågeställningar. Dessutom inkluderar den första frågeställningen en uppföljning av tre projektmål. För att besvara rapportens tre frågeställningar krävs insamling av data genom en kombination av veckorapporter, enkäter och intervjuer.

Uppföljningen syftar till att både följa upp och utvärdera projektet Limpan därför väljer jag att använda mig av både måluppfyllelsemodellen och bieffektsmodellen. Dessa modeller kompletterar varandra och ger en mer nyanserad bild av projektets effekter. Måluppfyllelsemodellen fokuserar på att mäta i vilken grad projektet har uppnått sina uppsatta mål. Denna modell är användbar för att bedöma projektets effektivitet och för att identifiera eventuella områden där förbättringar kan göras. Bieffektsmodellen tar hänsyn till effekter av projektet som inte var avsedda. Dessa effekter kan vara positiva eller negativa, och de kan vara direkta eller indirekta. Bieffektsmodellen är användbar för att få en mer fullständig bild av projektets totala påverkan (Nygren, Blom & Morén, 2012, s. 104-110). Genom att ta stöd av båda modellerna kan jag få en mer nyanserad bild av projektet Limpan. Jag kan se i vilken grad projektet har uppnått sina mål, och jag kan också identifiera eventuella oavsiktliga effekter av projektet. Här är några specifika exempel på hur jag kan använda modellerna:

- Måluppfyllelsemodellen: Jag kan använda denna modell för att mäta i vilken grad projektet Limpan har uppnått sina mål, till exempel att öka andelen nätverk som seniorerna som deltar Limpan har.
- Bieffektsmodellen: Jag kan använda denna modell för att identifiera eventuella oavsiktliga effekter av projektet Limpan, till exempel om det har lett till en insikt och belysning av vikten med samverkan.

Den information som framkommer i rapporten kan sedan användas för att förbättra framtida projekt eller beslut som kommunen Norrköping ska fatta.

Insamlingen av all data för att kunna göra en uppföljning gjordes stegvis. Första steget var att granska seniorkoordinatorens veckorapporter från de tre aktuella områdena. Dessa veckorapporter som granskats spänner över tiden, våren till årsskiftet 2022/2023. Det materialet var skrivet i form av rapport om vad som hänt i området senaste veckorna, seniorkoordinatorens reflektioner gällande arbetssätt och erfarenheter som de ville dela med sig av till projektgruppen. Dessa veckorapporter är skrivna i en form som liknar dagboksanteckningar och blir mer av ett intervjumaterial än en rapport. Denna datainsamling analyserades var för sig gällande varje område för att sedan kunna användas i fortsatt analysarbete för att eventuellt se skillnader och likheter mellan de olika områdena.

Nästa steg i insamlingen av data var genom enkäter. För att samla in data från samarbetspartner i projektet samt medlemmar i projektgruppen skapades digitala enkäter med öppna frågor. Frågeområden var fokuserade på att ta del av respondenternas syn på hur information om projektet har spridits, hur projektet påverkat seniorer i deras område, fördelar och utmaningar kopplat till projektet, tankar om projektets fortsättning samt om och i så fall hur projektet har påverkat deras arbetssätt. Valet att använda enkäter med svarsmetod fritext var för att på ett tidseffektivt sätt få in texter från så många parter som möjligt. 34 stycken enkäter skickades ut och efter påminnelser och byte av svarsmetod inkom 26 svar. Vissa informanter hade problem med att öppna den digitala enkäten, så frågorna skickades via e-post till de som inte svarat. Det inkom inga svar från samarbetspartnererna vårdcentral och

hemtjänst så där valdes att göra en ändring i metodval. Jag valde att ringa upp dessa för att få in deras synpunkter. Allt insamlat material från enkäter och telefonsamtal sammanställdes och redovisades i en separat del av rapporten. Materialet användes sedan i en gemensam analys tillsammans med övriga insamlade data.

Sista steget som gjordes var att ha fokusgruppsintervjuer med seniorer i de tre aktuella områden för att få in seniorernas egna åsikter om projektet Limpan. Jag valde att använda mig av metoden fokusgruppsintervju då det är en bra metod för att fånga upp en grupps diskussioner och kan generera en vidare syn på olika frågor. Hur en fokusgruppsintervju ser ut kan variera och val av struktur kan även den variera. Det är beroende på om syftet är att få svar på forskarnas frågor eller att förstå deltagarnas eget sätt att resonera (Morgan, 1996, s. 130 ff). I detta fall var önskan att fånga deltagarnas uppfattningar om projektets Limpan och vad det har inneburit för dem personligen. Därför valde jag att ha tre huvudteman, ensamhet, projektet Limpan och deras egna område. Detta fick deltagarna samtala kring och om det behövdes hade jag följdfrågor för att hjälpa till om samtalen stannade av. Intervjuguiden i sin helhet finns som bilaga 1 i slutet av rapporten. Det var fyra till sju seniorer som deltog vid tre olika intervjutillfällen. Jag hade med mig en ytterligare person som var behjälplig med att anteckna och stödjade mig i intervjutillfället. Intervjun spelades in för att sedan kunna användas som stöd för att renskriva datan. Det var seniorkoordinatorerna som ordnade med att bjuda in seniorer till fokusgruppsintervjuerna och endast vid ett tillfälle var seniorkoordinatören med vid intervjun.

Vidare har jag haft möjlighet att vara med vid några av projektgruppens möten som hålls varannan vecka samt e-mailkonversation mellan projektledare och seniorkoordinator. Vid dessa tillfällen har även mina reflektioner kunna samlats in för att se hur samverkan och strukturuppbyggnad i projektet har påverkat utförandet. Alla personer som jag har intervjuat både i fokusgruppsintervjuer, enkäter eller via telefonsamtal har fått information om de etiska principerna för god forskningssed vad gäller information om samtycke, användning och konfidentialitet i rapporten och hanteringen av data

Efter en första bearbetning och sortering utifrån de tre områdenas datamaterial har en analys inspirerats av det tillvägagångssätt som Braun & Clarke (2006) anger för tematisk analys gjorts på det sammanlagda materialet. Först genom att läsa igenom materialet i sin helhet ett flertal gånger för att sedan försöka se efter koder hämtade från frågeställning och syfte med projektet och efter det leta efter teman som finns i det insamlade materialet. Så sammanfattningsvis har jag haft fyra källor till datainsamling för att kunna göra uppföljningen:

- Veckorapporter från seniorkoordinatorerna
- Fokusgruppsintervjuer med seniorer
- Enkäter till samverkansparter
- Observationer av projektgruppens möten och mailkonversationer.

I nästkommande del av rapporten kommer jag att redovisa resultaten av datainsamlingen och jag kommer göra det genom att fokusera på tre områden, nämligen arbetssätt, seniorernas upplevelser och samverkan. Första delen är arbetssätt som beskrivs i seniorkoordinatorernas veckorapporter.

## 3. Arbetssätt i Limpan

Under tiden som projektet har pågått har alla tre seniorkoordinatorerna fått i uppgift att skriva veckorapporter. Genom denna kontinuerlig veckorapportering har projektet säkerställt insyn och överblick. Ledningen och seniorkoordinatorerna har löpande informerats om framsteg och utmaningar i respektive område. Dessa rapporter samt koordinatorernas enkätsvar har nu sammanställts och utgör en viktig del av underlaget för uppföljningen. Nedan följer en områdesvis redovisning av resultaten som sedan avslutas med en gemensam sammanfattande analys. Först kommer en sammanställning av veckorapporter som koordinators i Skärblacka skrivit, och inledningsvis kommer en kort presentation av området.

### 3.1 Skärblacka

Skärblacka är beläget i Norrköpings kommun med ca 4 000 invånare, det ligger 2 mil från Norrköping och 4 mil från Linköping. Under 1800-talet industrialiserades orten med bland annat pappersbruk och sågverk. Idag är Skärblacka en mindre tätort med en blandning av äldre och nyare bebyggelse. Det finns ett mindre centrum med butiker, caféer och en välbesökt matbutik. Skärblacka har en högre andel personer födda i Sverige och en större andel av personer med gymnasial utbildning samt en mindre del utrikesfödda i jämförelse med Norrköping som helhet. När det kommer till andel äldre så ligger Skärblacka något över genomsnittet. Och inkomstnivån för de som förvärvsarbetar ligger också något över genomsnittet.<sup>2</sup> Syftet med projektet Limpan är samma i alla tre områden det varit verksamt i, nämligen att försöka minska ensamheten bland äldre. Däremot har alla områden haft sina egna förutsättningar. En av dessa förutsättningar som skiljer Skärblacka från de andra områdena är att det ligger mer avsides från centrala Norrköping och är större rent geografiskt. Det pågår många aktiviteter i Skärblacka och de pågår på olika platser. Detta då Skärblacka är geografiskt stort och de äldre behöver ha flera olika mötesplatser för sina aktiviteter.

Limpan har i Skärblacka anordnat ett flertal olika aktiviteter för seniorer. Här har seniorerna kunnat få tillgång till aktiviteter både på veckovis basis men även många tillfälliga aktiviteter såsom resor och utflykter. Exempel på detta är bland annat:

- Läsecirklar
- Kurs i telefonhjälp
- Gåfotboll
- Utflykt och resor
- Kanalbuss kör seniorer till den lokala affären varje vecka.<sup>3</sup>

---

<sup>2</sup> <https://norrkoping.se/organisation/statistik/allman-statistik/omradesfakta-2023>

<sup>3</sup> Hel lista på aktiviteter finns som bilaga 2.

I veckorapporten beskriver seniorkoordinatören att hon är med och håller i aktiviteter men ett arbete pågår för att få till att seniorerna själva ska ta på sig rollen som seniorlotsar och ta över ansvaret för dessa aktiviteter. Detta har visat sig vara svårare än planerat då seniorkoordinatören är mycket uppskattad och seniorerna helst önskar att hon ska delta vid aktiviteterna. Däremot har vissa aktiviteter som startats upp kunnat övergå till att nu pågå helt på egen hand. Ett exempel på det är att bussbolaget i Skärblacka har startat en slinga för att kunna hämta upp seniorer för att köra dem till den lokala affären. Seniorkoordinatören berättar att Limpan i Skärblacka samarbetade med andra parter såsom PRO, hemtjänsten, vuxenskolan, Svenska kyrkan, Hällegården, Brandförsvaret, Träffpunkten, Fritidsgården, Skärblacka IF, Vårdcentralen. Samarbetet med vårdcentralen har inte varit så aktivt men envist arbete kan förhoppningsvis ge resultat framöver. Det är genom samarbete med olika aktörer som Limpan har kunnat erbjuda ett så anpassat utbud av aktiviteter efter områdets fysiska utformning.

Veckorapporten visar att seniorkoordinatören har bedrivit ett omfattande uppsökande arbete. Hon har samarbetat med hemtjänsten för att informera om projektet Limpan och nå individer som behöver hjälp att bryta isolering och ensamhet. Telefonsamtal till seniorer har varit uppskattade, liksom hembesök och anordnade utflykter. Det sistnämnda har varit viktigt då många av seniorerna inte annars har möjlighet att komma iväg så mycket och har genom Limpan fått möjlighet till detta. Seniorkoordinatören i Skärblacka har använt sin lokalkännedom för att identifiera och hjälpa ensamma seniorer. Genom att känna många seniorer i området har hon kunnat arbeta målinriktat och motivera dem att delta i olika aktiviteter. På grund av svårigheter för seniorerna att ta sig till den ursprungliga träffpunkten, som inte ligger geografiskt optimalt, har hon ordnat en alternativ mötesplats som är lättare att nå. Trots detta fortsätter hon att informera om den ursprungliga träffpunktens program och har lyckats öka antalet besökare där, inklusive de hon personligen introducerat för programmet.

Ytterligare framkommer att seniorkoordinatörens engagemang sträcker sig bortom det vanliga, då hon ofta hjälper till med skjuts till vården och stödjer ensamma seniorer i kontakten med vården. Dessutom har hon varit drivande i att utveckla aktiviteter och införa seniorlotsar, med målet att seniorerna själva ska kunna ta över dessa funktioner så att hon kan fokusera på sina koordineringsuppgifter. En utmaning har varit att kompetensen ofta är knuten till personen och inte till rollen. För att minska sin egen betydelse har hon initierat telefonkedjor som låter seniorerna stötta varandra. Trots att hon är ny i rollen som seniorkoordinatör och att arbetsmetoderna är nya för henne, har hon funnit arbetet givande. Hon har observerat hur projektet får seniorerna att öppna upp sig mer för varandra och bli gladare. Att föra samman seniorer som tidigare inte känt varandra har varit särskilt värdefullt, och i detta har den uppsökande verksamheten spelat en avgörande roll. Koordinatörens arbete anses vara av stor betydelse för att samordna insatser och aktiviteter för seniorerna i området.

## **3.2 Haga**

I detta avsnitt kommer en kort beskrivning av Haga att presenteras inledningsvis, innan en redovisningen av veckorapporterna och enkätsvar från seniorkoordinatören redovisas.

Haga, beläget i nordvästra delen av Norrköping. Stadsdelen har en blandning av äldre trähus och moderna flerbostadshus. Området har sitt namn från gården Haga, som var ett torp under Taborgsbergs herrgård. Stadsdelen byggdes successivt från 1900-talets början, med Haga centrum som en central punkt. Idag präglas Haga av sin grönska, med parker och grönområden som Haga Park och Himmelstalundsområdet. Haga är en aktiv stadsdel med ett starkt föreningsliv och många evenemang under året.<sup>4</sup> Enligt veckorapporterna och svaren i enkäten med seniorkoordinatören i Haga har projektet Limpan arbetat aktivt för att samarbeta med flera av dessa aktörer och har ytterligare kunnat anordna många olika aktiviteter för seniorerna i området. Vissa aktiviteter är mer lika ett event då de har inträffat vid enstaka tillfällen, såsom julmarknad och arrangerade utflykter medan andra aktiviteter är i form av kurser eller pågående aktiviteter som är mer regelbundna varje vecka. Nedan finns exempel på aktiviteter i området Haga:

- Afternoon tea
- Seniorgympa med Korpen
- Kurser i Digitalisering/Mobil samt existentiell hälsa om samtal om livet
- Social kontakt där seniorer själva besöker ensamma seniorer i deras hem.
- Resor till Söderköping, Kornettgård samt till Åkeby ägg i Skärblacka.<sup>5</sup>

Andra aktiviteter kräver lite mer engagemang och tid i uppstart men flyter sedan på utan större ansträngning. Dessutom har det arrangerats en del större aktiviteter såsom Hagadagen eller julmarknad och dessa kräver mycket planering och tar mycket tid men ger även mycket tillbaka till seniorerna i området samt att det varit ett tillfälle för projektet Limpan att locka till sig seniorer som kanske sen framöver vågar ta sig till aktiviteter som projektet anordnar. Dessutom belyser seniorkoordinatören att projektet Limpan har möjliggjort delaktighet för seniorer genom att låta dem påverka innehållet i studiecirkel. Denna öppenhet har gett äldre en röst och skapat ett engagemang. I Haga har även projektet kunnat engagera ett antal manliga seniorer vilket har kunnat öppna möjligheten för fler män att våga sig till projektet.

Samarbete med andra parter är en stor del av projektet Limpan och i området Haga har det samverkats med hemtjänsten, bostadsbolagen exempelvis Heimstaden och HSB, Finska föreningen, träffpunkten Riks City, vårdcentralens äldremottagning, PRO, korpen, SKPF, vuxenskolan, eneby kyrka, frivillighetscenter, biblioteket samt många lokala företag såsom matbutik, frisör, pizzeria och florist. Den sistnämnda är en part som enligt koordinatören känner många av seniorerna i området. Arbetssättet med lokal samverkan har bidragit till en variation av aktiviteter som kunnat erbjudas. I Haga finns en central träffpunkt som tidigare riktade sina aktiviteter till seniorer. Genom att utgå från denna befintliga träffpunkt har seniorkoordinatören kunnat vidareutveckla aktiviteterna och locka andra seniorer att delta.

---

<sup>4</sup> <https://www.norrkopingshistoria.se/haga/>

<sup>5</sup> Hel lista på aktiviteter finns som bilaga 2.

Seniorkoordinatören har spridit information om projektet Limpan på flera sätt, inklusive samarbete med lokala partners, frukostmöten och annonser i Norrköpings tidningar. Detta har resulterat i att seniorer självmant har hört eller läst om projektet och kommit till träffpunkten. Hon beskriver att hon har samarbete med vårdcentralen i området som förmedlar information om patienter till henne så att hon ska kunna göra hembesök eller ta kontakt med dessa seniorer. I projektet har seniorkoordinatorerna efter en tid byggt upp en arbetsgrupp med seniorer som vill på frivillig basis arbeta som seniorlotsar. Det har funnits planeringsmöten med seniorkoordinatören och de aktiva seniorlotsarna i området för att planera deras interna arbete. Det har även startats upp en hembesöksgrupp där vissa seniorlotsar själva önskar delta i uppsökande verksamhet med hembesök för att nå seniorer som har svårt att ta sig till aktiviteter men ändå ett stort behov av samtal eller social samvaro.

I veckorapporten lyfter seniorkoordinatören fram några utmaningar och svårigheter med projektet. Hon beskriver att samarbetet med olika samarbetspartners inte alltid är enkelt, eftersom de har olika möjligheter att delta. Även om viljan finns, kan praktiska hinder, som begränsningar i möjligheten att göra hembesök, uppstå. Dessutom kan delade mötesplatser ibland leda till frustration och försvåra samarbetet.

En annan utmaning är att olika aktörer har olika arbetssätt och kriterier för vilka individer som ska få hjälp eller insatser. Till exempel fokuserar äldremottagningen på äldre personer med stort omvårdnadsbehov, men ensamhet räknas inte alltid in i detta. När seniorer väl är hos vården, brister det ibland i att se hela individens situation. Vården tenderar att fokusera på isolerade problem istället för helheten. För att förbättra situationen önskar seniorkoordinatören en bättre samverkan mellan kommun och region. Ett konkret förslag är att följa upp patienter när de kommer hem från sjukhusvistelser eller korttidsboenden. Det är lätt för seniorer som drabbats av sjukdom att bli ensamma och isolerade hemma. Genom att ha någon som kan lotsa dem till rätt hjälp, som hemtjänst eller sociala besök, kan deras vardag underlättas.

Veckorapporten visar att det finns två grupper av ensamma seniorer i området. Den första gruppen kan fysiskt ta sig till aktiviteter som de får information om, medan den andra gruppen är isolerad och fysiskt nedsatt. Dessa grupper behöver olika insatser: antingen aktiviteter att delta i eller hembesök för att ha någon att tala med. Projektet Limpan har hjälpt seniorer att hitta till träffpunkter och få skjuts till sjukhus eller vårdcentral när anhöriga inte kan hjälpa till. Seniorkoordinatören noterar att när seniorer deltar i aktiviteter, skapar de nya kontakter och samtalar med andra. Det skapar en möjlighet att få ett annat perspektiv på sin situation och lär dem att hantera ensamhet. Detta är precis det som projektet Limpan syftar till – att minska ensamheten genom att främja sociala interaktioner. Särskilt i området Haga har seniorerna rapporterat att de fått flest nya nätverk genom projektet Limpan. Seniorkoordinatören beskriver att projektet även varit mycket lärorikt för henne genom att hon fått lyssna på äldres livsberättelser och tankar om livet.

### **3.3 Klockaretorpet**

Även i detta avsnitt kommer en redogörelse av analyser från veckorapporter från seniorkoordinatören i aktuellt område men först en kort presentation av Klockaretorpet.



Ungefär 4 km sydväst från Norrköpings centrum ligger Klockaretorpet, området fick sitt namn från Klockaregården som låg i närheten. Klockaretorpet präglas av sina låga flerfamiljshus i rött tegel. Det finns en centralt belägen park, Klockareparken, som är en populär mötesplats för boende i området.<sup>6</sup> Området präglas av sin blandning av 1970-talsarkitektur, grönområden och en stark gemenskap. Stadsdelen byggdes under 1970-talet och var en del av miljonprogrammet. Klockaretorpet har tidigare funnits med på polisens nationella lista över utsatta områden men har efter insatser av samverkan lyckats att år 2021 tas bort från denna lista.<sup>7</sup> Klockaretorpet har en stark gemenskap med ett aktivt föreningsliv.

I veckorapporterna samt i seniorkoordinators svar på enkäten framkommer det arbete som Limpan har gjort genom att anordna anordnat en rad olika aktiviteter för seniorer. Det är en blandning av kurser, föreläsningar men även många aktiva aktiviteter både inriktat på hälsofrämjande men även mer traditionella såsom hantverk och matlagningsaktiviteter. Limpan har i Klockaretorpet har ordnat med aktiviteter som är mer regelbundet återkommande men även de som är engångsaktiviteter. Utöver det har det anordnats ett flertal föreläsningar med olika ämnen och några organiserade resor för seniorer från området. Nedan är några exempel på detta:

#### Regelbundna återkommande aktiviteter

- Matlagningsgrupp
- Högläsning
- Senior bio
- Dans och rörelse
- Mobilkurs

#### Föreläsningar

- Om bedrägeri mot äldre - Polisen
- Brandsäkerhet
- Räddningstjänsten
- Trygghet - Brottsofferjouren
- Stadsbiblioteket om tjänste för äldre<sup>8</sup>

---

<sup>6</sup> <https://hyresbostader.se/omrade/klockaretorpet>

<sup>7</sup>

<https://via.tt.se/pressmeddelande/3308445/klockaretorpet-klassas-inte-langre-som-utsatt-omrade-pa-nationell-lista?publisherId=1347718>

<sup>8</sup> Hela lista på aktiviteter finns som bilaga 2.

Utöver dessa aktiviteter som skett mer regelbundet har det även arrangerats olika evenemang som är mer engångs betonade exempelvis allsång, rullatorrace och författarmöte. Fyra uppskattade utflykter har arrangerats, inklusive en guidad tur på Arbetets museum i Norrköping och en fisketur med City fiske.

Samarbetet med organisationer som PRO och Korpen har varit avgörande för att nå en bredare målgrupp och anpassa aktiviteter efter deltagarnas intressen, som exempelvis alternativa hälsometoder. I Klockaretorpet fanns det redan innan Limpan började en bra struktur för samverkan. Denna samverkan har Limpan kunnat kroka arm med och utökas så att det nu även inkluderar seniorer. Det är genom samarbete med olika aktörer som Limpan har kunnat erbjuda ett så brett utbud av aktiviteter och på grund av det nå ut till en bredare målgrupp.

En omständighet som skiljer Klockaretorpet från de andra två områdena är att det inte finns något kommunalt träffpunkt här. Trots detta har seniorkoordinatören lyckats engagera seniorer genom att utgå från Kunskapens hus, vilket tidigare riktade sig till ungdomar och familjer. Den förändringen har varit en utmaning, men framgångsrik tack vare kontinuerligt arbete och samverkan. En annan skillnad från de andra två områdena är mängden telefonsamtal. De andra får många telefonsamtal från seniorer som beskriver att de behöver stöd, hjälp eller känner sig ensamma medan det i Klockaretorpet är helt tyst på koordinatörens telefon.

Enligt seniorkoordinatörens veckorapportering beskrivs det att flera aktiviteter i Klockaretorpet rullar på med hjälp av seniorer och lotsar som cirkelledare, aktiviteterna sponsras av vuxenskolan och kan fortsätta utan seniorkoordinatören medverkande. Flera av dessa aktiviteter är registrerade via vuxenskolan och kommer att fortsätta även efter att projektet Limpan är avslutat. Det framkommer även ett exempel på hur seniorer i området har kunnat vara delaktiga i att utforma aktiviteter. Träning i form av dans har skapats tillsammans med ledare från Korpen och deltagare från seniorgruppen. Ett annat resultat av att seniorer utökar sina kontaktnät kan vara att de inte längre har så stort behov av att delta i aktiviteter som projekt Limpan ordnar. Detta är ju ett resultat även om det betyder att dessa individer inte kommer till Limpans aktiviteter lika mycket. I Klockaretorpet har koordinatören arbetat för att få med seniorer med utländsk bakgrund och efter en lång tid har några av seniorer från denna grupp kommit till en redan pågående aktivitet.

I veckorapporten framgår att seniorkoordinatören har observerat positiva effekter för seniorer som deltagit i projektet Limpan. Samtidigt stöter hon på utmaningar, särskilt när det gäller att motivera de som är svårmotiverade att engagera sig i aktiviteter. Hälsorelaterade och sociala hinder spelar ofta en roll. Samarbetet med hemtjänsten har hjälpt till att identifiera dessa hinder och möjliggjort direktkontakt med några äldre, även om de ibland avböjer erbjuden hjälp. Rapporten belyser även koordinatörens personliga påverkan när hon arbetar med enskilda seniorer, särskilt de som är sjuka och behöver åka in och ut från sjukhus eller de som är svårmotiverade att acceptera hjälp. Anhöriga har kontaktat projektet för att söka hjälp åt isolerade och ensamma äldre, vilket visar på projektets omfattande kännedom.

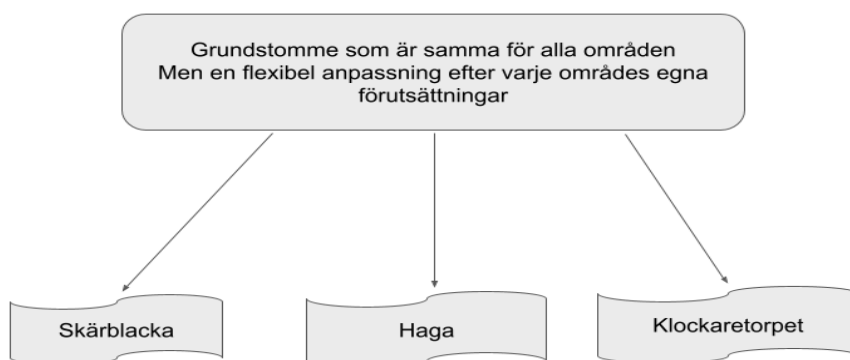
### 3.4 Sammanfattning

Genom en sammanfattande analys av seniorkoordinators veckorapporter och deras enkätsvar har det framkommit ett arbetssätt som genomsyrar hela projektet Limpan. Grundstommen i det gemensamma arbetssättet som alla områden har använt sig av har varit samverkan på alla plan både från ledningsgruppen, mellan de olika seniorkoordinators och ner till seniorer i områdena samt med samarbetspartner lokala på lokalplan.

I alla tre områdena har det gjorts uppsökande verksamhet, för att arbeta med samtal som metod och de har använt sig av fortbildning eller kurser. Däremot har anpassningar gjorts för att möta det lokala behovet och intresset från seniorerna. De tre seniorkoordinators är tre olika personligheter och anammar projektet Limpan's arbetssätt på olika sätt utifrån det område de arbetar i.

Alla områden har arbetat med uppsökande verksamhet såsom att sätta upp informationsblad om Limpan i trapphus, hos samarbetspartner och även sända ut med post riktat till seniorerna i området. Däremot har responsen på detta varit olika i de olika områdena. I Klockaretorpet har det inte genererat telefonsamtal till senior koordinators medan de andra två områdena har fått många telefonsamtal genom det arbetssättet.

Aktiviteter på träffpunkter har fungerat bäst i Haga där det redan fanns ett pågående program som Limpan kunde utvidga medans det i Skärblacks varit svårare att få till en utökning på just träffpunkten på grund av den geografiska utmaningen som finns i det området. Och i Klockaretorpet har föreläsningar med intressanta och informativa ämnen varit det som bidragit till flest kontakter med seniorer i området.



Figur 1. Illustration av arbetssätt för Limpan

Så å ena sidan finns en vinst i att ha en grund för hur arbetssättet ska genomföras men å andra sidan är det viktigt att det finns möjlighet till flexibilitet så att de lokala förutsättningarna får utrymme. Genom att Limpan har haft den flexibiliteten har de kunnat fånga upp seniorer i alla

tre områden och arbetssättet har gjort så att dessa seniorer har utökat sina nätverk genom att delta i projektet Limpan.

Enligt rapportering från seniorkoordinatorerna i Skärblacka, Haga och Klockaretorpet gjordes en mätning av nätverk i alla tre områden. Den rapporteringen visar antal deltagare i projektet Limpan och deras nätverk vid start och nya nätverk som deltagarna fått genom Limpan. Nedan visas resultaten för respektive område:

Tabell 2. Antal deltagare och nätverk i projektet Limpan

Område	Antal deltagare	Antal nätverk vid start	Nya nätverk genom Limpan
Skärblacka	25 (17 kvinnor, 8 män)	46	38
Haga	17 (13 kvinnor, 4 män)	30	29
Klockaretorpet	15 (12 kvinnor, 3 män)	28	19

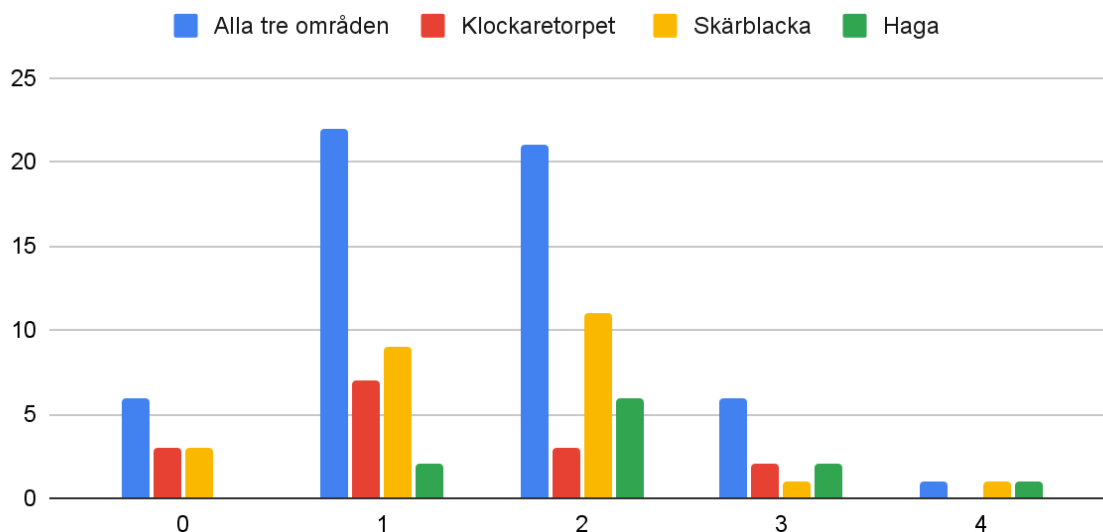
Projektets arbetssätt med seniorkoordinatorer har möjliggjort att fler seniorer har kunnat delta i sociala aktiviteter och skapat flera nya nätverk för seniorer i dessa områden.

Seniorerna har fått i snitt 1-2 nya nätverk utöver de som de hade sedan tidigare. I några fall har nätverken inte ökat alls, vilket kan förklaras med hälsoproblem och hög ålder som begränsade deltagandet. Samtidigt har det i några få fall ökat med 3–4 nya nätverk. Hur mycket seniorernas nätverk har ökat visualiseras i grafen nedan.

Tabell 3. Ökning av nätverk genom projektet Limpan<sup>9</sup>

<sup>9</sup> Övriga statistik se bilaga 3.

## Alla tre områden, Klockaretorpet , Skärblacka och Haga



Fråga: Hur mycket har seniorenas nätverk ökat?

Jag anser att efter analys av seniorkoordinatorens veckorapporter och enkätsvar blir det tydligt att projekt Limpans inverkan på alla tre områden har varit positiv, både för de äldre och för samhället i stort. Aktiviteterna har lett till att de äldre har fått ökade möjligheter till socialt umgänge, fysisk aktivitet och psykisk stimulans. Detta bör i sin tur bidra till att minska ensamhet, isolering och psykisk ohälsa. Projektet har också lett till ett ökat samarbete mellan olika aktörer i området, vilket har gynnat de äldre på flera sätt. Samarbetet har gjort det möjligt att erbjuda ett bredare utbud av aktiviteter och att nå ut till fler äldre. Det har också lett till att resurser har kunnat samordnas på ett effektivare sätt. Seniorkoordinatorena har spelat en viktig roll i projektets framgång. De har varit engagerade och initiativrika och har arbetat hårt för att nå ut till de äldre. De har också varit bra på att samarbeta med andra aktörer i sina områden. Så avslutningsvis går det att se att projektet Limpan är ett gott exempel på hur man kan arbeta för att förbättra livet för äldre på ett lokalt anpassat sätt.

Det finns dock fortfarande utmaningar att lösa, till exempel att nå ut till personer som är ofrivilligt ensamma, svårmotiverade att ta emot hjälp och att nå ut till personer med utländsk bakgrund. Det är därför viktigt att fortsätta att arbeta för att lösa dessa utmaningar. Det arbete som projektet Limpan har påbörjat är en bra grund att stå på för fortsatt arbete för att minska ofrivillig ensamhet i alla tre områdena Skärblacka, Haga och Klockaretorpet.

För att kunna göra en mer omfattande analys/uppföljning av projekt Limpan är det intressant att samla in mer information, till exempel:

- Hur har deltagarna upplevt projektet Limpan?
- Vilka är deltagarnas egna beskrivning av projektet Limpans effekter?

Denna information kommer att ge en mer nyanserad bild av projektet Limpan och dess effekter. Men då behöver seniorerna själva få berätta vad de anser om projektet Limpan och det kommer att redovisas i nästa avsnitt.

## 4. Seniorernas upplevelser

Projektet Limpan målgrupp är seniorer och särskilt seniorer som upplever ensamhet. För att se om Limpan gjort någon skillnad i seniorernas liv behöver de själva få berätta om vad Limpan betyder för dem. Deras åsikter fångades in genom tre fokusgruppsintervjuer, en i varje aktuellt område. Nedan kommer sammanställningen från dessa tre fokusgruppsintervjuer<sup>10</sup> som sedan avslutas med en gemensam sammanfattande analys.

### 4.1 Skärblacka

I fokusgruppintervjun deltog boende från Skärblacka, inklusive de som bott där hela livet och de som flyttade dit i yrkesför ålder. Fem kvinnor och en man deltog i samtalet om Skärblacka och dess specifika egenskaper. De diskuterade även hur man kan minska ensamheten i området. Några av de punkter som seniorerna nämnde var att Skärblacka har ett stort geografiskt område, vilket gör det svårt för vissa att delta i aktiviteter, särskilt under vintertid när avstånd och halka utgör hinder. Detta försvåras av att det är en utmaning att få beviljad färdtjänst för seniorerna i området. Och ändå så beskriver de att flera delar av vården har flyttat från Skärblacka till Finspång eller Norrköping, vilket gör det ännu svårare för seniorer att klara sig själva utan hjälp från anhöriga eller andra. Exempelvis nämndes fotvård och rehab. De beskriver även att det är ett brukssamhälle och en har upplevt att det är uppdelat med tydlig gruppindelning som gjorde det svårt att komma in i samhället som nyinflyttad. Samtidigt har många bott här sedan de var små, vilket skapar en grund för personkännedom och historik när de deltar i aktiviteter.

En annan del av intervjun gällde ämnet ensamhet. Seniorerna beskrev att det finns en stor ensamhet bland de äldre i området. De ansåg att det viktigt att arbeta mot ensamhet då vi lever längre nu och blir äldre. Många upplever ensamhet när ena partnern avlider och anhöriga bor längre bort eller har mycket att göra.

Min ensamhet ser ut som att jag har ingen att prata med, äta med eller dricka kaffe med. Tystnaden är värst tycker jag. För var man två, nu är man en. Det blir långa dagar.

Samtidigt beskriver de att den värsta sorten av ensamhet är när en person är ensam trots att individen har en partner. Dessa blir ännu mer isolerade då de kan missas av omgivningen. En senior beskriver skillnader mellan självvald frivillig ensamhet och ofrivillig ensamhet.

Det finns många som väljer att vara ensamma, och de ska man inte påtvinga något annat, utan har de valt att vara ensamma och känner för det då ska de få vara det. Även om andra tycker att de inte ska vara det.

Det är tydligt att seniorerna anser att självvald ensamhet bör respekteras, men att det är en utmaning att nå de som är ofrivilligt ensamma. De ser den uppsökande verksamheten som ett bra sätt att bryta ensamheten. Det är svårt att nå ut till de som är ofrivilligt ensamma, särskilt om de har svårt att be om hjälp och inte känner andra människor. Relationer är viktiga, och

---

<sup>10</sup> För Intervjuguide se bilaga 1.

det är lättare att hjälpa någon om man har lite kontakt med dem. Att slå en signal om man inte sett någon på ett par dagar kan skapa en känsla av trygghet. I mindre samhällen är det ofta lättare att känna varandra, särskilt för de som bott där länge, jämfört med de som är nyinflyttade. Seniorerna beskriver att livets förändringar ofta leder till minskade kontaktnät och det kan vara svårare att skaffa nya vänner som äldre. Att vara med i föreningar, som PRO, ger möjlighet till aktiviteter och social interaktion.

Nästa del av intervjutillfället var avgränsat till själva projektet Limpan, hur seniorerna kom i kontakt med Limpan, vad de tycker om projektet, vad det har betytt för dem personligen och vad de har för önskemål då projektet snart kommer att avslutas. Seniorerna är snabba att allihopa svara att de uppskattat Limpan och det var lätt att känna av den positiva stämning som finns för projektet. En senior sa:

Det är något man ser fram emot på helgen, att det är en träff på tisdagen. Man bokar inte in något annat om det inte är något alldeles särskilt på tisdagar.

Tydligt är att Limpans aktiviteter är något som prioriteras av seniorerna. Seniorernas väg till projektet Limpan var olika. Några hade sett informationsblad på olika ställen i samhället eller fått blad i brevlådan. Några hade koordinatör kontakt för att få till en samverkan med PRO, några genom uppsökande verksamhet, vissa hade själva ringt till koordinatör och några hade en bekant eller granne som hört talas om det och fått en inbjudan av dem.

Seniorerna upplever att Limpan skiljer sig från andra aktiviteter för äldre genom att ha en engagerad koordinatör, skapa givande samtal, erbjuda informativa föreläsningar och arrangera uppskattade resor. Dessa aspekter gör Limpan unikt jämfört med andra grupper och aktiviteter. Dock finns det utmaningar, som avstånd till aktiviteter som kan göra det svårt för vissa seniorer att delta. Trots detta har vissa aktiviteter, som dragspelsmusik och linedance, varit positiva och väl mottagna. Sen finns det en aktivitet som är startat genom Limpan mellan Ica och Svenska kyrkan med en buss som kör genom samhället på tisdagar till och från Ica för att seniorer ska kunna lättare kunna handla själva. Detta passar vissa seniorer men återigen är det svårt för de som bor en bit ifrån busshållplatserna att kunna nyttja denna aktivitet.

Att seniorer börjat delta vid aktiviteter genom Limpan säger många av dem att det är tack vare att deras seniorkoordinator var så engagerad. Hon ringer till seniorer, hon hjälper till med skjuts till aktiviteter om det är svårt för seniorerna att komma själv. Idag är de tacksamma att hon engagerade sig så mycket för nu är det enklare att själv komma om de kan då de insett att det är till nytta för dem själva. De beskrev själva flera nyttoeffekter av Limpan. Citatet nedan är tydligt att Limpan gjort skillnad för seniorer som deltagit.



Man har något att se fram emot i veckorna. Alla saker som ska göras i hemmet, städa, laga mat, titta på tv, det är inte alltid roligt. Men det blir roligare att göra det med när man har något att se fram emot. Det gör det lättare att förbereda sig med saker som att duscha och planera när måltiderna ska ätas så att det passar med Limpan. Utan Limpan kan det vara så att jag väntar med att äta och sen blir det att jag inte äter alls.

Citatet belyser att Limpan kunnat ge senioren en struktur i veckan, ett syfte med att planera sin tid för att få in andra viktiga göromål i vardagen såsom dusch och matlagning så att de kan vara med vid träffarna. Det gav dem även något att se fram emot då det var tillfällena att träffa andra och samtala om olika ämnen. Flera beskriver att dagarna i ensamhet är långa och många men att Limpan har delat upp dagarna vilket de uppskattat. En annan nyttoeffekt som beskrivs är att de kommer ut och går för att ta sig till aktiviteten, det ger dem fysisk motion tack vare Limpan. Återigen kommer gruppen in på "sin" seniorkoordinator, det är hon som ringt till alla, ringt på dörren och hållit i alla trådar. När frågan om framtiden kom det unisont fram en oro över att projektet kommer att ta slut och att seniorkoordinatorn ska sluta då.

Det är oroväckande att Limpan kommer att upphöra efter juni och seniorkoordinatorn inte ska finnas mer, då är ju ensamheten igen. Visst vi kan ju ses och fika och prata men det kommer inte att bli det samma. Jag är säker på att det kommer att rinna ut i sanden.

De tror inte att de själva kan hålla det på samma sätt som när det funnits en seniorkoordinator som höll i det. Det är tydligt att gruppen håller seniorkoordinatorns arbete högt, de uppskattar allt hon gör som de inte ser att någon annan kommer att göra efter att projektet lagts ner. Hon ringer till de som är låsta till hemmet, hon hjälper till med kontakt med myndigheter och vården och hon hjälper till att skjutsa till vårdbesök eller aktiviteter när det inte finns andra sätt att ta sig till dessa tillfällen. Hon har en stor lokalkännedom som hon har kunnat använda sig av. Fick de välja skulle de önska att seniorkoordinatorn skulle finnas kvar och samtalen är viktiga att de får vara kvar. Seniorerna betonar att det i samhället är fler äldre och kommunen kommer att behöva arbeta annorlunda för att kunna ge en bra vård och omsorg, de är oroliga att resurserna inte kommer att räcka till annars. Och då borde det som projektet Limpan gjort användas för det har gjort mycket nytta. Detta är gruppen rörande eniga om.

## 4.2 Haga

Till fokusgruppintervjun i Haga kom det fyra kvinnor. Seniorerna beskrev området Haga som en blandning av både villor, bostadsrätter och hyresrätter, att området ligger i närheten av centrala Norrköping och att det är ett begränsat område. En senior citerade något som skrivs i tidningen om Haga:

I Haga bor ett genomsnitt av Norrköpings befolkning, det kanske kan stämma.

Det bor alla sorters människor på Haga och skapar en bra balans. Seniorerna beskrev att det var lättare att ta sig till träffpunkten i Haga då det var mer begränsat i yta. De beskriver området som ett lugnt och tryggt område, befriat från oroligheter som andra områden i Norrköpings kommun har råkat ut för såsom skjutningar och bilbränder. Deltagarna har svårt att se att detta område behöver något särskilt för att minska ensamhet. Deras förslag är att

besöka aktiviteter på träffpunkten eller komma dit och äta. Då träffar de andra människor och det kan hjälpa att minska ensamhet. De uppskattar även de aktiviteter som projektet Limpan startat upp och anser att det är ett projekt som bör fortsätta.

Seniorer i Haga beskrev att ensamhet kan vara både positivt och negativt, frivilligt och ofrivilligt. De seniorer i gruppen var alla nöjda med sin ensamhet, de hade någonstans att gå om de ville ha aktiviteter och de hade barn som de hade kontakt med. Utöver det var de nöjda att vara ensamma. Däremot ansåg de att Limpan hade arbetat mer uppsökande i området och genom det har några som tidigare inte varit på träffpunkten har ju kommit dit. De som är ofrivilligt ensamma kan behöva en extra puff för att komma till aktiviteter.

De såg inte att ensamhet skulle skilja sig åt från Haga till andra områden. Däremot såg de att deras område var mer säkert, lugnt och tryggt än andra områden i Norrköping. På frågor kring uppsökande arbete via dörr till dörr beskrev seniorer att de inte skulle uppskatta det. Det är oroliga tider och ingen av seniorerna skulle öppna dörren om det var en okänd person som ringde på. De ansåg att ett uppsökande arbete fungerade bättre via brevform såsom senatorer hade gjort i området. Där fanns en bild på personen och ett telefonnummer så att alla seniorer själv kunde välja att ta kontakt. När frågor om hur seniorerna kommit i kontakt med Limpan framkom det att de hade olika vägar till Limpan. En av seniorerna hade en granne som hade uppmuntrat henne att delta i aktivitet via Limpan. Hon beskriver att hon behövde en extra knuff för att komma igång.

Jag blev övertalad att besöka Limpans gympan av en granne, jag var så tveksam men nu missar jag inte ett tillfälle. Min granne som övertalade mig har däremot blivit sämre och kommer inte men jag kommer ändå.

Andra seniorer i gruppen hade tidigare aktivt tagit del av aktiviteter på träffpunkten och genom det träffat på seniorkoordinatorn som gav information om Limpan. De beskriver att de uppskattade de nya aktiviteterna via Limpan som hölls i samma lokaler. Och nu är det seniorerna som själva försöker att puffa in andra till träffpunkten och Limpan. Träffpunkten har redan innan projektet Limpan varit en aktiv plats där en mindre grupp seniorer kommer dagligen och vid event eller exempelvis bingo är det mycket seniorer som kommer. En av seniorerna beskrev hur mycket träffpunkten betyder för henne:

Träffpunkten är som mitt andra hem, jag är här nästan dagligen. Jag får hjälp av hemtjänst att ta mig till och från träffpunkten för jag är opererad för cancer och har svårt att gå själv.

Det är andra som också beskriver att de uppskattar att kunna äta på träffpunkten och det finns nu möjlighet att göra det även på helgerna. Information om Limpan har spridits via informationsblad som varit uppsatta i området, i trappuppgångarna och de har även fått brev hem i brevlådan. Den här seniorgruppen hade svårt att se skillnaden på aktiviteter som ordnades av Limpan och de aktiviteter som finns gjorda i regi av träffpunkten. De beskrev det mer som ett bra samarbete dessa två aktörer emellan. Ett par saker kunde de ändå beskriva där Limpan var annorlunda mot andra aktiviteter riktade mot seniorer. Ett var att Limpan hade anordnat resor och utflykter och det uppskattade de mycket. Seniorer kommer inte iväg på sådana saker då de har gjort sig av med bil och har svårt att själva ta sig till platser. En annan

sak var att det har funnits en seniorkoordinator i området genom projektet. De var alla överens om vikten av seniorkoordinatorns roll, de uppskattade hennes entusiasm och engagemang för seniorerna. Hon skjutsar seniorer när ett akut behov uppstår och hon finns alltid på träffpunkten och tar emot seniorer som besöker platsen. De beskriver att de efter att projektet avslutas önskar att seniorkoordinatören skulle få fortsätta samt att aktiviteter som påbörjats även ska få fortsätta.

Vi vill ha mer Limpa och vi vill ha vår seniorkoordinator kvar!

För en del är det här ett andra hem och för en del är det en möjlighet att komma till aktiviteter men har inte behov av att vara där hela tiden. Det verkar som att alla sorter får plats på träffpunkten. Kan det vara så att det är Limpans förtjänst att träffpunkten har ökat sin potential i området Haga?

### **4.3 Klockaretorpet**

Till fokusgrupp intervjun i Klockaretorpet kom sju kvinnor som vid denna tid i vanliga fall har en högläsningssirkel tillsammans. Gruppen börjar med att samtala kring området Klockaretorpet. En senior är nyinflyttad sedan två och ett halvt år sedan och är nyast i gänget medan de andra har bott i området i många år, från 11 år till över 40 år. De beskriver att alla som är där trivs i området och tycker att det är ett bra område. Det finns bra med gång- och cykelvägar till andra närliggande områden samt att när spårvagnen fungerar är det enkelt att ta sig till och från stan. Just nu är det lite bökgigare då spårvagnen är avstängd fram till hösten på grund av ombyggnad. Det finns bra stigar och gångar att gå på för de som har svårare att promenera i skogen men för de som önskar och kan gå i skogen blir det bara mer motion. I Klockaretorpet finns inte några butiker längre, tidigare fanns exempelvis pizzeria, postkontor, frisör, caffè, tandläkare, florist och en konsumbutik men alla dessa är borta. Däremot har det i centrum öppnats kunskapens hus, och andra mer kulturella aktivitetscenter. Matbutiker finns det ett antal men de ligger lite längre bort och inte i centrumet, det är för en del lite svårare att just nu då spårvagnen är avstängd att ta sig till och från matbutiker. Det framkommer även att ryktet kring området Klockaretorpet har varierat under årens gång. Det har under perioder haft en negativ klang i media, men seniorerna själva har inte upplevt något av detta som beskrivits i media. Däremot upplever de att bekanta ställer sig frågande till att de valt att bo i Klockaretorpet. Samtalet om området Klockaretorpet avslutats med att en senior säger:

Vi som bor här, vi trivs, det är alla andra som undrar hur det är!

Ensamhet var ett annat av de teman som diskuterades under intervjun. De beskriver att ensamhet är ett stort ämne och vad ensamhet är beror på hur individen uppfattar sin ensamhet. De beskriver att ensamhet kan vara något man själv väljer men det kan också vara något som man inte önskar. De beskriver att ensamhet i en tvåsamhet kan vara svårast. Seniorerna har inga direkta tips på hur man kan bryta oönskad ensamhet. De ser att det är särskilt svårt för de som inte kan ta sig ut på grund av hälsoproblem och därför är isolerade till hemmet. Det är

enklare för ensamma som ändå kan ta sig ut för de kan besöka aktiviteter som dessa och då bryta en ensamhet.

I den tredje delen av intervjun fokuseras samtalen om själva projektet Limpan. När de beskriver hur de har kommit i kontakt med projektet Limpan framkommer det en hel del olika vägar in till projektet. Någon har blivit uppringd av en dotter som hört talas om Limpan via sociala medier, en annan har fått information av en väninna, en har läst informationsbladen som satts upp i området eller lagts in i kyrkans lokaler och en har fått ett hembesök av seniorkoordinatören som genomförde uppförande arbete. Den senioren beskriver att hembesök var ett bra sätt för henne och att hon inte var rädd när hon fick sitt hembesök. Koordinatören beskriver att de innan de knackade på dörrarna i området hade satt upp lappar med bilder på sig själva i trapphusen för att seniorerna skulle veta om att det kommer på hembesök. Detta för att många äldre personer är oroliga och ogärna öppnar dörren till okända personer. En senior som nu är seniorlots berättar att hon fick hjälp av seniorkoordinatören med sin telefon och att koordinatören frågade henne efter ett par tillfällen om hon ville högläsa i en grupp. Hon berättar att hon kände sig osäker på denna uppgift och funderade över om det verkligen skulle vara någon som ville delta i en sådan grupp. Men hon ställde upp och det kom 8 stycken vid första tillfället. Deltagarna har själv bjudit in flera egna bekanta och på det sättet har det blivit ringar på vattnet med tiden.

När seniorerna beskriver skillnader på projektet Limpans aktiviteter mot andra aktiviteter riktade mot seniorer framkommer att Limpans aktiviteter är mer av guldkanten, det finns en större mängd av aktiviteter och en högre frekvens av tillfällen när dessa aktiviteter är. I området är det många seniorer som deltar varje fredag förmiddag i kyrkan på en gemensam fikastund med någon typ av föreläsning eller ämne. Så Limpan och kyrkan har anpassat sina aktiviteter för att undvika kollisioner och istället samverkat för att gynna samma målgrupp. Ytterligare skillnader mellan Limpan och andra aktiviteter för äldre och en seniorlots beskriver det så här:

Vissa av Limpans aktiviteter är i form av studiecirklar med en cirkelledare och alla deltagarna turas om att ta med sig fika och hjälpas åt. På andra aktiviteter blir seniorer mer serverade en aktivitet än att de själva är med och skapar den.

Seniorerna beskriver att Limpan har varit till stor nytta för dem, mer än de trodde från början. De beskriver att de till att börja med var nyfikna på vad det var för något. Det är svårt att i förväg veta vad de ska tycka. Det behövs tid och möjlighet för att seniorer ska förstå och känna av vad en insats kan ge dem. Kvinnan som fick hembesök var nyinflyttad och kände ingen i området samt att hon på grund av rörelsehinder har svårt att ta sig ut. Det gjorde att hon var ensam och hon beskriver att Limpan gav en möjlighet att få träffa andra människor och det har varit av stort värde för henne.

Några beskriver att det är trevligt att kunna göra något, träffa andra och just i Klockaretorget är seniorerna glada åt att det finns flera center som är öppna för alla. Detta gör att de bara kan komma och sätta sig även om det inte är någon aktivitet inbokad. En annan fördel som de

beskriver är att kunskapens hus inte bara är för seniorer utan det är ett centrum för alla, unga som gamla. Detta har i samhället minskat rädsla för varandra. Innan Limpan började arbeta i kunskapens hus var en hel del av seniorerna som bor i seniorhusen rädda för ungdomar som stod i centrumet, men då alla är i samma lokaler skapar det en möjlighet att överbrygga detta.

Seniorerna är glada att vissa aktiviteter som startats genom projektet Limpan nu kommer att fortsätta i studiecirkelform vilket gör att det finns kvar även efter projektets slut. Det som oroar seniorerna, när det gäller avslutat projekt, är vad som kommer hända när koordinatören försvinner. De beskriver att den personen har en samlande effekt för att hålla ihop och kunna planera aktiviteter och resor som ingen annan har möjlighet till på frivillig basis. Koordinatören har spelat en viktig roll för spridning av information gällande olika aktiviteter som sker i området. Detta tror de också kommer vara svårt att behålla om det inte finns en koordinatorroll i området. Seniorlotsen berättar sina tankar om att projektet ska avslutas:

Det tar tid att bygga upp ett arbetssätt som seniorkoordinatören har gjort i området och det skulle vara synd att hon försvinner för det går fortare att tappa eller radera det som byggts upp under projektets gång. Även om vissa bitar med studiecirkel kvarstår så är det mycket av det sammanhållande som kan rinna ut i sanden. Och då kommer det att behövas byggas upp igen på nytt och det tar tid. Det tar tid att bygga upp och sprida information om en sak och det känns som det nu börjar ta fart och då ska det sluta. Samtidigt ska det sägas att det varit en förmån att vi i Klockaretorpet fick ha projektet i vårt område, det är ju inte alla områden förunnat.

Seniorlotsens sätt att beskriva projektet Limpan visar på att hon känner ett engagemang för Limpan men även en stark oro för att projektet ska avslutas för tidigt. Det argumenterar för vikten av kontinuitet och att det tar tid att bygga upp en fungerande verksamhet. Citatet avslutas med en positiv ton och uttrycker tacksamhet för att projektet har funnits i Klockaretorpet.

## **4.4 Sammanfattning**

Sammanfattningsvis kan en gemensam analys av seniorernas samtal i de tre olika områdena beskriva deras uppfattning om projektet Limpan på ett övergripande plan. Seniorer från alla tre områden har liknande tankar om ensamhet. De beskriver två typer av ensamhet: frivillig och ofrivillig. De med ofrivilliga ensamhet är svårast att nå och det kan vara ytterligare svårt att veta vem som är ensam då vissa seniorer kan känna sig ensamma trots att de lever med någon. Samtidigt är seniorerna tydliga med att andra måste respektera de som valt att vara ensamma och är nöjda med det. Det finns en enighet om att de aktiviteter som Limpan har ger seniorerna struktur, något att se fram emot och en möjlighet att träffa andra seniorer. En annans tanke som framkommit från seniorerna är känslan av oro inför oväntade besök. De flesta seniorer uppskattade det uppsökande arbetet som gjorts i projektet, men föredrog kontakt via utskick eller information i trapphusen. De uppskattade att det fanns en bild på kontaktpersonen så att de visste vem de kontaktade. Detta gav dem kontrollen och

möjligheten att själva välja om de ville ta kontakt. Andra likheter som seniorerna upplevde var att:

- Alla seniorer uppskattar Limpan och sina seniorkoordinatorer och vill ha dem kvar. Koordinatorerna hjälper till med sådant som andra inte gör så som att skjutsa, göra hembesök och samordna aktiviteter.
- Utflykter ses som något nytt och unikt jämfört med andra aktiviteter för seniorer.
- Seniorerna värdesätter att Limpan inte bara serverar aktiviteter utan att det bygger på deras eget engagemang.
- Samtal och utbildning som arbetssätt i de olika aktiviteterna har varit uppskattat.

Det fanns även skillnader i seniorernas upplevelser och det blev tydligast när de talade om att projektet snart skulle avslutas:

- Skärblacka: Seniorerna ser avslutningen som negativt och befarar att vinsterna kommer att försvinna.
- Klockaretorpet: Seniorerna ser att vissa saker kommer att fortgå efter projektets slut, men kommer att sakna "guldkanten" som resor.
- Haga: Svårare att se skillnader gällande vilka aktiviteter som var Limpan och vad som var Träffpunktens. Detta gör att avslutningen av projektet Limpan suddas ut lite.

Om seniorerna får välja skulle de vilja ha kvar Limpan som det är nu men utan att det är ett projekt med ett slutdatum. I nästa kapitel kommer resultaten från vad samverkansparterna har att säga om projektet Limpan.

## 5. Samverkan i Limpan

Denna del fokuserar på samverkan inom projektet Limpan. Enkät svar från kommunens projektledning visar att samverkan har sina utmaningar. Bristande samarbetsvilja och samordningsförmåga mellan olika aktörer, såsom biståndsbedömare, hemtjänstpersonal och sjukvårdspersonal, är några av de utmaningar som nämns. Dessutom kan komplicerade och tidskrävande upphandlingsprocesser hindra samarbete med föreningar och företag. Trots dessa utmaningar anser projektledningen att Limpan är ett bra projekt och hoppas att arbetssättet kan fortsätta i Norrköpings kommun och spridas till andra kommuner.

Samverkan med olika parter har varit en nyckel i projektet. Totalt sändes 34 enkäter ut till samarbetspartners i alla tre områden, och 26 svar har inkommit. I detta kapitel kommer svaren från samarbetspartner Studieförbundet Vuxenskolan, vårdcentral, hemtjänst och övriga samarbetspartner att redovisas separat. Kapitlet avslutas med en sammanfattande analys.

### 5.1 Studieförbundet Vuxenskolan

Studieförbundet Vuxenskolas representants åsikter ger en värdefull inblick i projektet Limpan från ett externt perspektiv. De har varit en central samarbetspartner i projektet och därför är det nödvändigt att de får beskriva processen ur sitt perspektiv. De lyfter fram både positiva och negativa aspekter av projektet och ger konkreta förslag på förbättringar. Denna information kan användas för att utvärdera projektet mer objektivt och säkerställa att det når sin fulla potential. Studieförbundet Vuxenskolas representant beskriver att det tidigt var tydligt att deras kompetens skulle kunna utgöra en viktig resurs för att stödja och utveckla projektets aktiviteter och syften. Hon beskriver det som en samverkan som gynnar båda parter samt målgruppen. Hon har dock identifierat vissa förbättringspunkter som bör adresseras för att göra projektet ännu mer framgångsrikt. Till att börja med hade hon föredragit att använda sig av ett IOP (Idéburet Offentligt Partnerskap) istället för en traditionell LOU upphandling (Lag om offentlig upphandling). Hon beskriver att det var svårt som leverantör att veta vad som var ett godkänt avsteg från upphandlingen, då förändringarna var svårtolkade om det låg inom ramen för upphandlingen eller inte. Det var utmanande även ekonomiskt att som leverantör inte alltid ha kontroll på kostnader, då inköp som gjordes i projektet var sådant som de inte råkade över. Hon anser att genom användande av ett IOP hade de kunnat påverka mer direkt för att utveckla och genomföra projektet på ett mer samarbetsinriktat och flexibelt sätt.

Det som framkommer som hon ser som förbättringspunkter är exempelvis mer tydlighet och kommunikation kring roller och ansvar. Hon uttrycker att Limpan är annorlunda från andra projekt som de genomfört. I Limpan har det inte funnits samma grad av frihet när det kommer till att styra verksamheten, kontakten med koordinatörerna och hanteringen av ekonomin. Detta har enligt henne skapat en otydlighet om vad som gäller och vilka ramar arbetet ska bedrivas inom. Ett exempel som hon beskriver är att seniorkoordinatorerna är anställd hos Studieförbundet Vuxenskolan men Limpans projektledare har en tydlig styrning i projektet. Det har skapat en viss förvirring och osäkerhet kring studieförbundets roll och ansvar gentemot koordinatörerna och deras arbete. Det har tagit och tar fortfarande lång tid för

seniorkoordinatorena att förstå att det är hos Studieförbundet Vuxenskola de är anställda och att de måste följa deras regelverk även om uppgifterna sker med samverkan i projekt Limpan. I och med sin beskrivning av projekt lyfter representanten för Studieförbundet Vuxenskola en del viktiga frågor, frågor som:

- Hur kan man öka tydligheten och kommunikationen kring roller och ansvar?
- Hur kan man skapa en mer balanserad fördelning av resurser?
- Hur kan man göra budgetplaneringen mer transparent?
- Hur kan man skapa en mer flexibel och anpassningsbar arbetsmetodik?
- Hur kan man förbättra kommunikationen och marknadsföring av träffpunkterna?

Samarbetspartnern ser potentialen i projektet Limpan och anser att samverkan mellan kommunen och civilsamhället bör fortsätta. Hon har även andra tankar om hur de positiva effekter som uppnåtts ska kunna behållas. Hon nämner gemensamma öppettider och grundläggande erbjudanden på alla träffpunkter kan öka tydligheten för seniorerna. Att det finns en bas som är lika i utbudet men att det fortsatt finns möjlighet att vara flexibel utefter vad det specifika området behöver. Representanten för Studieförbundet Vuxenskolan anser att genom fortsatt samarbete mellan Norrköpings kommun och dem skulle det vara möjligt att skapa ännu mer framgångsrika satsningar för att bekämpa ensamhet bland äldre och stödja omställning mot nära vård.

Hon beskriver att de tre områdena inom projektet Limpan har olika förutsättningar, inklusive varierande träffpunkter. Välbesökta träffpunkter påverkar projektresultatet. Personalens kompetens, entusiasm och samverkansförmåga spelar också en roll. Hon reflekterar över att koordinatorens arbetssätt skiljer sig åt, en av dem har en mer styrande roll med direkt ledarskap och en annan har en mer inkluderande roll. Detta visar på att det finns tydliga skillnader mellan de tre områdena och koordinatorens arbetssätt i projektet Limpan. Dessa skillnader påverkar projektets dynamik och resultat. Jag anser att den mer direkta ledarstilen kan leda till en mer personberoende roll i interaktionen med deltagarna medan den mer inkluderande rollen ger deltagarna mer ansvar för sitt eget deltagande och hur verksamheten organiseras. Den senare ger en mer flexibel och anpassningsbar arbetsmetodik som främjar deltagarnas självständighet och delaktighet i projektet. Samtidigt som anpassning till lokala förutsättningar och målgruppens behov också är viktigt.

## **5.2 Vårdcentraler**

Enkäter sändes ut till alla tre områdenas vårdcentraler men det var endast vårdcentraler i Haga och Skärblacka som svarat på enkäten. Ytterligare försök till kontakt med Skarptorps vårdcentral gjordes ett antal gånger via påminnelser om enkät och direkta e-postmeddelanden. Att de inte svarar kan tolkas som att de inte anser att de har samverkat med Limpan eller har upplevt att de har något att bidra med.



Svaren från Haga och Skärblacka visar på att det i dessa områden funnits ett samarbete mellan vårdcentraler och Limpan i dessa områden. I Haga startade samarbetet med ett inledande möte med seniorkoordinatorn och projektledare för Limpan. Vårdcentralen har sedan använt informationsmaterial om Limpan för att kunna dela ut till seniorer på mottagningsbesök, via telefonkontakt och i väntrummet. Vårdcentralens personal har även kunnat fånga upp individer ur målgruppen äldre och lotsat dem vidare till Limpan, där de etablerat kontakt. Vårdcentralen har inte identifierat några utmaningar utan ser samarbetet med Limpan som enbart positivt. De beskriver stora fördelar med Limpan både då det motverkar ensamhet men även hjälper till att öka sociala kontakter. Seniorkoordinatorn kan erbjuda stöd och aktiviteter för att motverka ensamhet och förbättra livskvaliteten hos seniorer. Seniorkoordinatorn kan underlätta sociala kontakter och skapa gemenskap bland seniorer. Det vårdcentralen hör från seniorerna är mycket positiva kommentarer om projektet och vårdcentralen beskriver att det finns ett stort behov av den typ av stöd och aktiviteter som Limpan erbjuder. På frågan om Limpan påverkad deras eget arbetssätt beskrivs det tre tydliga saker:

- Ny dimension: Samarbetet med Limpan har skapat en ny dimension i arbetet på vårdcentralen.
- Konkret erbjudande: Sköterskor kan nu erbjuda en konkret lösning till seniorer som upplever ensamhet.
- Värdefullt informationsmaterial: Informationsmaterialet från Limpan har varit en värdefull resurs för att nå ut till målgruppen.

Vårdcentralen i Haga ser gärna att projektet Limpan fortsätter och utvecklas vidare. Behovet av den typ av stöd och aktiviteter som Limpan erbjuder är stort och kommer att finnas kvar även efter projektets slut.

Samarbetet i Skärblacka inleddes genom kontakt med den lokala seniorkoordinator från Limpan och distriktssköterskemottagningen på Vårdcentralen. Samverkan har skett genom att seniorkoordinatorn har varit och presenterat sig och projektet Limpan vid flera tillfällen på Vårdcentralen. Information om vårdcentralen och om Limpan har kunnat delas åt bägge håll. Vårdcentral deltog vid samtalsgrupper som senior koordinatör höll i och informationsblad om Limpan har placerats i väntrummen på Vårdcentralen. Utöver det har personal på vårdcentralen kunnat informera om Limpan under mottagningsbesök.

Inte heller denna vårdcentral ser några utmaningar med samverkan med Limpan utan bara fördelar. De beskriver att seniorkoordinatorn kan få fart på de äldre som har svårt att själva ta initiativ samt att hon skapat samlingspunkter för de äldre, både för dem som tidigare var aktiva och de som oftast sitter hemma. Vårdcentralen beskriver hur Limpan påverkat seniorerna i deras område positivt. De nämner att samtalsgruppen visade tydligt att projektet gör stor nytta för de äldre och belyser att det finns potential att vidareutveckla projektet.

På frågan om Limpan påverkade deras eget arbetssätt svarar de att samarbetet med Limpan har gett vårdcentralen möjlighet att erbjuda ytterligare information till seniorer. Men de

uppskattar även att det finns ett fokus på friskhet, att de äldre ses som friska individer, utanför en patientsituation. Vårdcentralen i Skärblacka ser gärna att projektet Limpan får fortgå och utvecklas vidare. De anser att projektet har gjort stor nytta för de äldre i Skärblacka och att det borde utökas till att omfatta hela området, inklusive Kimstad, Vånga och Skärkind.

## 5.3 Hemtjänst

I planerandet av projektet ansågs hemtjänst kunna vara en viktig samarbetspartner då de arbetar så nära många seniorer i området. Enkäter skickades till hemtjänstchefer och samordnare i Skärblacka, Haga och Klockaretorpet, men inga svar inkom. Efter en påminnelse via e-post svarade hemtjänsten i Skärblacka. Veckorapporter visar att seniorkoordinatören har åkt med hemtjänsten för att möta seniorer och sprida information om projektet. Trots detta visste administratören på hemtjänsten inte ens att projektet hette Limpan. Andra hemtjänstområden som inte svarade på enkäter eller e-post kunde ändå svara på frågor via telefon. Chefen för Hagas hemtjänst berättar att det inte funnits något pågående samarbete med Limpan. Samordnare har haft mest kontakt med Limpan och berättar att koordinatören har lämnat informationsblad och kort som hemtjänsten kan använda för sina brukare. Hon ser att Limpan kan erbjuda flera alternativ för sociala aktiviteter, vilket skiljer sig från hemtjänstens erbjudanden. Men hon beskriver att det varit svårt att få till samarbetet:

Jag skulle säga att vi inte har varit så inkluderade i projektet, jag vet inte om personalen har haft tid och möjlighet att faktiskt sätta sig in i vad Limpan är för något. Och även från de som driver Limpan har inte haft möjlighet att bli involverade med personalen på hemtjänst. Jag tror det är ömsesidigt där.

Hon beskriver att chefsbyte, personalbrist och nya regler om dygnsvila är delar som försvårat samarbete med Limpan. Men hon skulle önskat att det kunde få ett bättre samarbete mellan dem. Hon skulle kunna se en stor vinst för hemtjänsten om Limpan kunde hjälpa till med ledsagningar till sjukhus och liknande.

I Klockaretorpet har samarbetet mellan Limpan och hemtjänst följt ett liknande mönster. Samordnaren för Nils Åbergs hemtjänst i Klockaretorpet berättar att de hade ett möte med Limpan i början av projektet, där de deltog vid ett arbetsplatsträff (APT). I början fick seniorkoordinatören följa med hemtjänsten under sitt arbete, men detta skedde endast initialt och inte regelbundet. Dessutom har det varit chefsbyten inom hemtjänsten under projektets gång, vilket också har påverkat samarbetet.

Trots dessa utmaningar finns det seniorer bland hemtjänstens brukare i Klockaretorpet som deltar i Limpans aktiviteter. Särskilt de som bor nära Kunskapens hus uppskattar och ser fram emot dessa tillfällen, då de får möjlighet att träffa andra i samma ålder och från samma område.

I Klockaretorpets område står hemtjänst inför en utmaning då de flesta brukare väljer att vara hemma och inte delta i sociala aktiviteter. Att få stanna kvar under den tid som vissa brukare har beviljats för social tid eller promenader blir problematiskt när många helst vill vara

ensamma. Brukarna är ofta restriktiva med att ta emot insatser utöver det mest nödvändiga och förväntar sig att hemtjänsten sedan lämnar dem ifred. I början av projektet Limpan blev detta tydligt när seniorkoordinatören kallade till möte på grund av oro för en specifik senior. Koordinatören ansåg att denna senior levde under misär och att hemtjänsten inte gjorde sitt arbete. Hemtjänsten var dock väl medveten om situationen och förklarade att det handlade om en individ som aktivt valde att leva ensam. Trots detta skapade det en viss frustration, eftersom det uppfattades som kritik mot hemtjänstens arbete. Det är viktigt att komma ihåg att hemtjänsten inte kan tvinga insatser på en senior, eftersom alla insatser från hemtjänsten är frivilliga.

Jag anser att denna situation belyser vikten av att förstå och respektera varandras arbetsmetoder och att anpassa sig till individuella behov. Men även att vara införstådda med varandras handlingsutrymmen, rutiner och möjligheter. För att optimera samarbetet är det avgörande att kommunicera tydligt och ha realistiska förväntningar på vad varje samarbetspartner kan erbjuda. Genom att fortsätta dialogen och förstå varandras perspektiv kan man skapa mer effektiva och välfungerande samarbeten.

## **5.4 Övriga samverkansparter**

Limpan har samverkat med många andra lokala aktörer. De har också riktat sig till andra organisationer som redan bedriver verksamhet för seniorer för att kunna samverka och på så sätt nå ut till fler seniorer. För att få deras åsikter har enkäten även skickats till dem. Exempel på dessa samverkansparter är Ica-butik, hyresbostäder, Svenska kyrkan, korpen, PRO och räddningstjänst. Det har funnits en vilja att samarbeta och skapa nya lösningar för att motverka ensamhet och stärka äldres roll i alla områden. Samverkan har sett olika ut, allt från hjälp med informationsspridning där de har kunnat dela varandras information till varandras medlemmar eller besökare till att kunna bygga upp gemensamma aktiviteter i området. De har tillsammans kunnat vara med och påverka kring programpunkter, kurser och evenemang. Samverkan har även lett till ett utbyte av att använda varandras lokaler som mötesplatser för seniorerna. Detta har ökat delaktigheten då fler äldre har deltagit i aktiviteter och fått information tack vare projektet.

Samarbetspartner kan inte säga hur seniorer upplever projektet Limpan men de kan beskriva vad de sett och hur de upplever projektet Limpanns effekter för seniorer. Och alla svarar att det har haft positiva effekter för seniorerna i deras område. En respondent berättar att seniorerna nu deltar mer aktivt i aktiviteter och till och med kommer med egna idéer. En annan säger att projektet har skapat ett vänligare område där seniorerna känner sig mer bekväma. Och ytterligare en tredje berättar att rädslan för att använda mobilen har försvunnit och att seniorerna nu behärskar de appar de är intresserade av. Det flera lyfter är att det tar tid att bygga upp ett förtroende och få med sig seniorer på aktiviteter och att de ska komma mer självmant. De hoppas att detta som nu byggs upp inte ska försvinna när projektet avslutas. En respondent beskriver det så här:

Behovet är enormt, så att inte fortsätta projektet är en både en enskild- och samhällsekonomisk förlust. Alla tjänar på att äldre så länge som möjligt kan bo kvar hemma och må bra både till kropp och själ.

Citatet beskriver att Limpans vinster inte bara går att se för den enskilde senioren utan för hela samhället. Sammanfattningsvis kan samarbetspartner se att Limpan kunnat öka seniorernas delaktighet och stärka deras självkänsla, motverka ensamhet och öka deras fysiska aktiviteter. De beskriver även vinster med att seniorer kunnat träffa varandra och få tillfälle att samtala över olika ämnen och att hembesök varit gynnsamt för vissa seniorer.

Ur samarbetspartners perspektiv har projektet Limpan även haft vissa utmaningar, bland annat:

- Att nå ut till de mest isolerade: Det har varit svårt att nå ut till eller hitta de seniorer som lever i ensamhet och inte deltar i sociala aktiviteter.
- Att skapa tillit: Det har tagit tid för seniorerna att känna tillit till projektet och dess personal.

Andra utmaningar är mer kopplade till hur det kommer att bli när projektet är avslutat. Ett exempel på det är att många av aktiviteterna som pågått har finansierats av projektet. Det är oklart hur liknande aktiviteter ska finansieras på lång sikt. En annan utmaning kan vara att behålla kontinuitet. Det är viktigt att ha samma personal som jobbar med projektet för att behålla den uppnådda tilliten. Hur blir det när seniorkoordinatören försvinner? Koordinatören har haft en central roll i projektet och det är oklart hur det ska bli med den rollen och annat efter projektavslutningen.

Samarbetspartnerna beskriver att det finns många fördelar med att ha en seniorkoordinator verksam i sitt område. De har kunnat samordna olika aktiviteter och tjänster för seniorer samt skapa samverkan mellan olika aktörer som arbetar med frågor som rör seniorer. De har genom den uppsökande verksamheten nått ut till de mest isolerade seniorerna och genom sitt breda kontaktnät sedan kunnat arbeta för att koppla ihop seniorer med andra aktörer i området. En respondent beskrev vinsten i dennes område:

Absolut viktigt! Innebär, att någon kan ägna tid åt uppsökande verksamhet! Det har ingen annan gjort tidigare. Koordinator är också del av samverkansgruppen i stadsdelen, vilket gör att mycket har gjorts i samverkan med andra aktörer. Mycket bra och behövlig resurs!

Citatet belyser vilken resurs en seniorkoordinator kan bli i ett område. Deras arbetssätt kan skapa en trygg och välkomnande miljö för seniorer där de känner sig delaktiga och det är ju precis det som målet var med projektet Limpan.

Det finns många delar av projektet Limpan som enligt samarbetspartnerna bör bevaras även efter att projektet är slut. Seniorkoordinatörens roll som samordnare av olika aktiviteter och tjänster som värdefull och viktig. Men även den uppsökande verksamhet som visat sig vara så viktig för att nå ut till de mest isolerade seniorerna. De sociala aktiviteterna och den gemenskap som skapats genom projektet är viktiga för seniorerna. Kurser som gav möjlighet

till samtal om olika ämnen har berikat seniorernas vardag och många seniorer har fått hjälp med att använda modern teknik. Men även möjligheten till fysisk aktivitet är viktig för seniorernas hälsa och välbefinnande. Alla dessa bitar är sådant som samarbetsparterna önskar se en fortsättning på.

Utöver det positiva aktiviteter som Limpan har det även lett till en ökad medvetenhet om de utmaningar som äldre kan stå inför, en bättre dialog mellan personalen och de äldre, och nya samarbeten mellan olika aktörer.

## 5.5 Sammanfattning

Sammanfattningsvis kan en gemensam analys av enkätsvar från samverkansparter belysa hur samverkan har genomsyrat hela projektet Limpan. Samverkan har funnits i olika grader och i olika former. Det har exempelvis varit att kunna nyttja varandras lokaler, hjälpas åt med informationsspridning åt varandra och hjälpas åt vid olika evenemang som anordnats.

Hur samverkan har byggts upp har skilt sig åt i de tre områdena. I Klockaretorpet fanns det redan en samverkansstruktur så där kunde Limpan enklare starta upp samverkan i området trots att det inte finns någon träffpunkt. I Haga fanns det en träffpunkt som hade aktiviteter och besökare så även där kunde aktiviteter byggas från en redan tidigare grund. Medan i Skärblacka fanns det inte samma utarbetade samverkansgrupper och även om det fanns en träffpunkt så var den felplacerad vilket försvårar att få seniorerna att komma dit. Dessa exempel belyser att samverkan fungerar bäst där det finns en struktur, tydliga funktioner och inte bara bygger på individer som brinner för ämnet.

Samverkan går, som jag tidigare sagt, som en röd tråd genom hela projektet. Projektgruppen och seniorkoordinatorer träffats regelbundet och har tagit del av varandras erfarenheter och utmaningar. Detta i syfte att öka det gemensamma lärandet. Jag har även upplevt att utbildningsdelen som har blivit kopplad till projektet Limpan genom samverkan med Studieförbundet Vuxenskolan har varit gynnsam. Seniorer har uttryckligen beskrivit att de uppskattat möjligheten till samtal och utbildning. Även äldre individer har behov av kompetenshöjning. Alla tre områden har erbjudit samma kurser genom Studieförbundet Vuxenskolan men de har anpassats efter de grupper som deltagit. Samverkan med Studieförbundet Vuxenskolan har även varit central då de står för anställning och personalansvar gällande seniorkoordinatorerna. Här har det framkommit att det inte alltid är helt friktionsfritt att samverka.

Även samverkan med hemtjänst har haft sina utmaningar. Seniorkoordinatorerna i alla tre områdena försökt att starta samverkan med hemtjänst men det har alla samma erfarenhet att det varit en utmaning att få till det på ett givande sätt. Hemtjänst har sina egna utmaningar med personalomsättning och rekryteringsbrist vilket inte utför en bra grogrund för samverkan med andra parter. Så även om hemtjänsten var positiva till projektet så har inte samarbetet utvidgats i den mån som projektet hade hoppats. Däremot beskriver vårdcentralerna i Haga och Skärblacka att de ser stora vinster med att samverka med Limpan så som att ha något konkret att erbjuda seniorer som upplever ensamhet samt att Limpans informationsmaterial

har kunnat distribueras till målgruppen. Hagas vårdcentral beskrev det att de uppskattar att det finns ett fokus på friskhet, att de äldre ses som friska individer, utanför en patientsituation. Den vårdcentralen ser gärna att projektet Limpan får fortgå och utvecklas vidare. Vårdcentralen i Skärblacka såg nyttan av att kunna slussa ensamma seniorer vidare till Limpan. De anser att projektet har gjort stor nytta för de äldre i områdena och att det borde utökas till att omfatta flera områden. Behovet av den typ av stöd och aktiviteter som Limpan erbjuder är stort och kommer att finnas kvar även efter projektets slut.

## 6. Hur har det gått för projektet Limpan?

Detta avsnitt presenterar resultat och reflektioner från uppföljningen av projektet Limpan. Har projektet nått till sina uppsatta projektmål? Hur har seniorerna upplevt Limpan och vilka likheter och skillnader finns det i Limpan's arbets sätt i Skärblacka, Haga och Klockaretorpet? Dessa frågor kommer att besvaras i varsitt avsnitt.

### 6.1 Måluppfyllelse

De tre nästkommande avsnitt kommer att besvara rapportens första frågeställning och detta genom att se måluppfyllelse av de tre projektmålen som Limpan arbetade mot.

#### 6.1.1 Att bryta isolering

Målsättning nummer ett för projektet var att kunna bryta isolering bland äldre och minska känsla av ensamhet genom att hjälpa dem att bygga upp minst tre egna och nya kontaktnätverk. För att kunna veta om det arbets sätt som Limpan bedrivit resultera i det målet behöver det kunna mätas på något sätt. Det är viktigt att kunna belysa att seniorerna har ökat sitt sociala kontaktnät genom att delta i projektet Limpan. Går det att mäta om seniorer har kunnat bygga upp minst tre egna och nya kontaktnätverk? I ett försök till detta har Seniorkoordinatorena rapporterar in de seniorer som deltagit i projektet samt nätverk dessa själva beskrivit att de hade vid start och antal nya nätverk som det genererat genom Limpan.

Målsättningen var att deltagarna skulle ha tre nätverk var efter projektet Limpan's anslut och slår vi ihop de gamla nätverken med de nya nätverken så har detta uppfyllts. Sammantaget blev det 191 nätverk och ska alla 57 deltagare ha 3 stycken nätverk var blir det 171 stycken nätverk. Så helt tydligt har det betytt nya kontakter och nya kontaktvägar för seniorerna.

Med hur många nya nätverka har seniorerna fått genom projektet Limpan? Andelen ökade nätverk eller nya nätverk är också en viktig parameter att ta med i uppföljningen. Det har framkommit att det skett en ökning av nätverk för de flesta som deltagit i projektet. Det fanns ett fåtal där det inte uppnått någon ökning av nätverk men dessa var i minoritet. Det fanns olika anledningar till det men oftast för att de var sjuka eller på grund av hög ålder inte kunde delta i aktiviteter som Limpan ordnade. Samtidigt som det fanns ett fåtal som ökade sina nätverk med upp till fyra nya nätverk.

Det som går att utläsa är att seniorerna har byggt nya nätverk utöver de som de hade sedan tidigare. Det vanligaste är var att seniorerna fick mellan ett och två nya nätverk utöver sina tidigare. Målsättningen att seniorerna ska öka sina nätverk skulle kunna varit en utmaning då det inte är lätt för seniorer att skapa nya kontakter, den utmaningen beskriver seniorerna själva i intervjuerna. Så att deltagarna i projektet har kunnat öka sina nätverk så mycket som det redovisats är ett positivt resultat. Men det har även gått att se en bieffekt av detta resultat. Att seniorerna ökat sina nätverk har i vissa fall resulterat i att kontakter mellan seniorer vuxit till vänskap och det i sin tur minskat behovet av Limpan. Det får ses som en positiv bieffekt för deltagaren genom att närvara skapar sina egna forum utanför projektet.

## 6.1.2 Att närma sig nära vård

Projektets andra målsättning var att ta ett steg mot paradigmskiftet Nära vård och arbeta mer proaktivt. Arbetssättet som Limpan har testat under projektet är helt i linje med omställningen till nära vård och den andra målsättningen. Detta är tydligt då projektet var med som ett lärande- och innovationslabb inom FoU Centrums mellankommunala projekt Nära vård, omsorg och socialtjänst (NVOS). I NVOS-projektet framkom 5 centrala fokusområden för omställningsarbetet mot nära vård. Dessa områden är samverkan, personcentrering, delaktighet, kompetens och kunskap samt digitalisering (Sjögren och Helgstrand 2022). Nedan kommer en redovisning av hur dessa har synliggjorts i Limpan projektet.

Enligt Axelsson & Bihari Axelsson (2013) är en fungerande samverkan beroende av gränsöverskridande samarbete. Detta innebär att man samarbetar över de traditionella gränserna för organisationer, professioner och samhällssektorer. Projektet Limpan är ett bra exempel på detta, då det har genomfört samverkan på det sättet. För att kunna nå de seniorer som är ofrivilligt ensamma krävs det samverkan på många plan och nedan finns en lista på olika sätt som projektet Limpan visat på tydliga exempel på samverkan för att nå ett bättre resultat.

- Samverkan med Vuxenskolan som tog arbetsgivarrollen för seniorkoordinatorena.
- Samverkan mellan de olika seniorkoordinatorena, erfarenhetsutbyte.
- Samverkan med andra aktörer i områdena för att få till en bredd på aktiviteter för att kunna nå fler seniorer.

Det som framkommit är hur viktigt det är med tydlig struktur för samverkan. Det har framträtt både i projektledningen men även i arbetet som seniorkoordinatore har gjort i sina områden med olika samarbetspartner. Detta anser jag vara en nyckel till att ett projekt eller verksamhet går framåt.

Delaktighet och personcentrering är områden som är nära besläktade och överlappar varandra i stor utsträckning. Men det finns skillnader och därför finns bägge områden med som avsnitt. Exempel på hur delaktighet funnits med i projektet Limpan är att de har haft seniorer som efter en tid blivit lotsar för andra seniorer och för att kunna fortsätta Limpans arbetssätt även efter projektets avslutning. Detta har skapat en delaktighet för seniorer som får vara med och hjälpa till och genom delaktighet känna sig behövda och som en tillgång eller resurs. Ytterligare har seniorer som deltagit i aktiviteter varit med och påverkat innehållet i aktiviteter för att det ska passa de som deltar.

Personcentrering är en viktig del av projektet Limpan. Genom hembesök, flexibilitet och individuellt stöd hjälper de seniorer att leva ett meningsfullt liv. Limpans arbetssätt hjälper de som inte själva klarar av att kontakta myndigheter, vården eller andra instanser. Erbjuder skjuts till aktiviteter och följer med till sjukhus- och läkarbesök när det behövs.



Samarbetet med Studieförbundet Vuxenskolan har tydligt visat på att seniorer fortsatt har behov och kapacitet att fortsätta att utöka sin kompetens och kunskap. Begreppet kunskap och kompetens i NVOS är riktat mot de professionella som arbetar med andra människor. Limpan har på ett bra sätt vidareutvecklat det till att inkludera även seniorer. Föreläsningar av olika slag som är till nytta för seniorer har berikat deras liv. Tydligt att detta är uppskattat är ju när seniorerna själva talar om sin känsla av att få tala om olika ämnen och fortsatt lära sig nya saker. Kunskap som kan hjälpa seniorer att fortsätta att kunna vara självständiga i större utsträckning.

Digitalisering är ett utmanande ämne för många seniorer. I området Skärblacka kommer fast telefoni att försvinna och det har skapat en stor oro bland seniorerna där. Då har vuxenskolan anordnat kurser i telefon för att kunna möta den utmaningen. Denna kurs kommer nu att erbjudas på alla Norrköpings träffpunkter i syfte att hjälpa seniorer när samhället blir mer och mer digitaliserat. Detta ökar självkänslan och möjligheten att kunna interagera i samhället trots att förändringar sker som känns utmanande för många seniorer.

Målsättningen var att ta ett steg mot paradigmskiftet Nära vård och arbeta mer proaktivt. Och det arbetssätt som projektet har arbetat fram kan boka av alla de fem centrala delar i Nära vård och det i sig leder fram till ett mer proaktivt arbetssätt. Den sista målsättningen som projektet har arbetat mot är att utforska om framtida träffpunkter kan bli ett starkare nätverksbyggande nav med hälsofrämjande inriktning för äldre. Nästa del kommer att beskriva om det målet har nåtts.

### **6.1.3 Att utforska träffpunkterna**

Projektets tredje och sista målsättning var att utforska om framtida träffpunkter kan bli ett starkare nätverksbyggande nav med hälsofrämjande inriktning för äldre. Det har i intervjuer framkommit att de som arbetar på de två träffpunkterna som varit aktuella i projektet kunnat se en viss ökning när det gäller deltagandet på de lokala träffpunkter där Limpan varit aktivt. Detta kan bero på att Limpan skapat ett bättre utbud av aktiviteter där för seniorerna. Sedan har vissa seniorer själva bjudit in andra seniorer och på så sätt genererat en snöbollseffekt som ökat besökande till träffpunkterna.

Samverkan mellan Limpan och träffpunkterna har genererat en ökad mängd aktiviteter som gynnat inte bara de seniorer som kommit dit på grund av projektet utan även de som tidigare var besökare på träffpunkterna. I Klockaretorpet har projektet inte utgått från en träffpunkt utan kunskapens hus som var mer inriktat på familjer och ungdomar. Där har det krävts en aktiv insats för att bryta dessa inövade mönster och öppna upp för en annan målgrupp, nämligen seniorerna. Då det i området fanns en bra struktur för samverkan kunde Limpan komma in genom detta nätverk och därigenom arbeta upp ett starkare nätverksbyggande nav. Men det som är lika i alla tre områden oavsett om de har en träffpunkt att utgå från eller om det är någon annan fysisk plats så har samverkan med Studieförbundet Vuxenskolan kunnat arbeta aktivt med en hälsofrämjande inriktning för seniorerna. Detta genom deras utbildningar i digitalisering/Mobiltelefoni samt existentiell hälsa med samtal om livet.

Men det tar tid att ändra invanda mönster och att få seniorer som är ensamma att hitta till träffpunkter eller andra samlingsplatser och att få dem att våga komma in för att prova på dess aktiviteter. Tid är något som ett projekt har fast i en begränsad mängd. Det finns en början och ett slut. Hur tid påverkar samverkan och att arbeta över professionsgränser är även det någon som framkommit i resultaten i NVOS (Gestrin, Jutvik, Ottosson & Sjögren 2023; Gestrin, Jutvik & Ottosson 2023). Där framkom att det tar tid och kräver flexibilitet för att få till samverkan men när det gått tid kommer det att kunna generera tid och flexibilitet tillbaka till de som arbetar i team eller samverkan. Samverkan behövs i de mest komplicerade och komplexa områdena inom socialtjänsten för att kunna hjälpa dessa utsatta individer. Detta gäller såklart även för projektet Limpan.

Ett framgångsrikt arbete mot ensamhet bland seniorer kräver tid, engagemang och flexibilitet. Det är viktigt att ha tålamod och inte ge upp när det tar tid att nå ut till de mest isolerade. Ett projekt som Limpan är ett projekt som kräver tid för att kunna skapa relationer, det kräver engagemang och envishet för att inte ge upp när seniorer är svårmotiverade. Det kräver flexibilitet för att bygga upp samverkan med andra parter som har samma målgrupp. Detta blir tydligt i det som beskrivits i uppföljningen. Där framkommer att det kan kännas som att det är svårt att nå ut med information då det inte kommer så många till aktiviteter i början. Däremot när nya personer väl dyker upp om man frågar hur de kommit i kontakt med projektet framkommer att de vet att om projektet en lång tid men inte kunnat eller vågat komma förrän nu. Detta visar återigen att ett sånt här projekt tar tid. Och resultatet som framkommit är att när Limpan haft tid på sig att bygga upp relationer och etablera sig i områdena, blir det enklare för osäkra deltagarna att våga sig dit. Frågan som följer efter detta blir: Hur kommer detta att fångas upp och bevaras när projektet avslutas?

Efter att ha presenterat måluppfyllelsen för projektet Limpan har jag även besvarat den första frågeställningen: Hur har Limpan uppfyllt de formulerade projektmålen? I nästa del kommer jag att redovisa svaren på de sista två frågeställningarna.

- Vad har Limpan inneburit för seniorer inom de tre utvalda bostadsområdena?
- Finns det några skillnader i arbetssätt och metoder för samverkan mellan de tre bostadsområdena och vad består i så fall dessa skillnader i?

## **6.2 Vad tycker seniorerna om Limpan?**

I nästa del kommer svaret på frågeställning om vad Limpan har inneburit för seniorer inom de tre utvalda bostadsområdena att beskrivas.

Det enklaste är att börja med det alla är överens om och det är att de uppskattar Limpan. Det finns ett citat som i detta läge går att använda igen och det är det som en senior sa men som alla som deltog i intervjuerna också uttryckt på något sätt:

Vi vill ha mer Limpa och vi vill ha vår seniorkoordinators kvar!

Detta var alla seniorer i alla tre områden överens om, de uppskattade Limpan och sina seniorkoordinators och ville behålla detta. Men det går att se olika grader av oroskänsla inför att Limpan ska avslutas. Allt från uppgivenhet och hopplöshet till en känsla av tacksamhet att de fått ha projektet i sitt område och att det gett effekter som kommer kvarstå även om det inte blir i samma form.

Det har varit tydligt att Limpan-projektet har haft en stor positiv inverkan på de seniorer som deltagit i alla tre områden. Det har bidragit till att minska ensamhet och öka social samvaro, gemenskap och delaktighet. Men det har även givit dem en struktur i en annars ensam och långsam tillvaro. Det har också satt guldkant på tillvaron genom att genomföra resor och utflykter. Det har skapat en trygghet genom att seniorerna vet vem de ska kontakta för att få stöd och hjälp. Det står klart när seniorerna själva får säga hur de tycker att projektet Limpan har lyckats men att de önskat att det inte skulle vara ett projekt som har ett slutdatum. Seniorerna är oroliga för att projektet ska avslutas och att de positiva effekterna kommer att försvinna.

Det finns fortsatt ett stort behov av arbete för att motverka ensamhet och utanförskap bland äldre i Norrköpings kommun. Det kunde de själva berätta och gjorde gärna när de fick möjlighet att göra det. Limpan gav dem såklart en social samvaro då seniorerna fick en möjlighet att träffa andra seniorer och skapa nya kontakter som vi såg i tidigare graf. Men det gav även en struktur och mening i vardagen. Det skapade något att se fram emot varje vecka och som en bieffekt gav det seniorerna en motivation att planera sin tid och sköta om sig själva. Det kunde ge fysiska hälsovinster då aktiviteterna skapade möjlighet och motivation att ta sig ut och röra på sig. Men även psykiska vinster då Limpan erbjuder resor och utflykter som seniorerna inte hade möjlighet att göra på egen hand och det gav dem stimulans och ökad välmående. Ytterligare en aspekt som senioren beskriver som att de fått genom Limpan är en ökad trygghet. Seniorerna känner sig tryggare i sitt område tack vare Limpans aktiviteter och seniorkoordinators närvaro. På vissa ställen har det även ökat deltagandet på lokala träffpunkter då Limpan skapat ett bättre utbud av aktiviteter där för seniorerna. Men områdena skiljer sig från varandra och träffpunkter finns bara på två av de tre områdena och i nästa del kommer frågeställningen om skillnader i arbetssätt och metoder att belysas.

### **6.3 Skillnader mellan olika bostadsområden**

I detta avsnitt kommer svaret på fråga nummer tre att belysas, om det finns några skillnader i arbetssätt och metoder mellan de tre bostadsområdena där Limpan har varit verksam. Dessutom kommer vi att analysera det nya arbetssätt som Limpan har testat.

Det finns naturligtvis likheter i arbetssätt, men det har också framkommit att de olika områdena har så pass olika karaktär att olika arbetssätt har behövts för att nå framgång. Det som har fungerat i ett område har inte alltid gett samma effekt i ett annat. Till exempel har Klockaretorpets seniorkoordinators inte fått lika många telefonsamtal från seniorerna i området som de andra två områdenas koordinators har upplevt. Genom information från hemtjänsten

i Klockaretorpet framkommer det att detta inte är förvånande, eftersom detta område har många seniorer som är ensamma men som själva väljer att vara det. De är alltså inte ofrivilligt ensamma och har ingen längtan att bryta sin ensamhet. Detta exempel tydliggör att olika förutsättningar har resulterat i olika resultat och att det krävs olika arbetssätt eller arbetsmetoder för att nå de uppsatta målen.

Alla tre områden har arbetat med att samverka med andra aktörer i sina områden, men det verkar ha varit lättast för Klockaretorpet att göra detta eftersom det redan fanns en etablerad samverkan i området som Limpan kunde ansluta sig till. De andra områdena har fått arbeta lite mer för att skapa samverkan. Jag har även sett att det finns skillnader i seniorkoordinatorens arbetssätt, en har lokal kännedom och känner många i området, vilket hjälper till att identifiera vilka som är ensamma eller i behov av Limpan. De andra, som saknar denna lokalkännedom, har fått arbeta mer med metoder för att sprida information om projektet och på så sätt öka kontakterna. De har fått skapa detta genom att delta i andra aktiviteter och berätta om projektet. De ovannämnda exemplen visar att arbetssättet som Limpan har arbetat fram har en gemensam struktur som har använts i alla områden, men det har funnits flexibilitet för att anpassa sig till lokala förutsättningar. En av de viktigaste faktorerna för framgång har varit engagemanget hos seniorkoordinatorens, samarbetet med andra aktörer och fokus på att nå ut till de mest isolerade seniorerna.

Men det finns också skillnader i arbetssättet. I Skärblacka har det varit ett stort fokus på hembesök och telefonkontakter för att nå de mest isolerade seniorerna. Seniorkoordinatören har stor lokal kunskap och engagemang, vilket har hjälpt till att engagera seniorer. Men det har också resulterat i en utmaning då aktiviteter som seniorkoordinatören har startat har inte blivit så självständiga som var tanken med projektet. Seniorerna som deltar upplevs vara mer beroende av koordinatörens deltagande för att fungera. Detta kan vara en orsak till att seniorer i det området beskriver en större oro inför projektets avslutning. I Haga har fokus istället varit på att skapa en variation av aktiviteter i samarbete med många olika aktörer. Här har det funnits ett bra samarbete med träffpunkten och en tydlig utökning av deras utbud. Seniorerna får smak för inte bara projektet utan även för träffpunkten, som kommer att finnas kvar efter att projektets avslutning. Och till sist har det i Klockaretorpet funnits en större inriktning på stabila, regelbundet återkommande aktiviteter och föreläsningar för att fånga upp seniorers intressen. Samt att arbetet med att starta upp lotsar och vuxenutbildningens studiecirkel har etablerats. Detta skapar en större trygghet inför avslutningen av projektet.

Gemensamt har alla tre områden utmaningar med att nå ut till de mest isolerade seniorerna och särskilt de med utländsk bakgrund. Samtidigt som det finns stora utmaningar i att samverka med andra aktörer såsom hemtjänst som på grund av deras egna utmaningar har svårt att kroka arm i Limpan. Vårdcentraler där samverkan har kommit igång framkommer det att vinster finns att hämta av samverkan men att det tar tid att bygga upp samverkanskontakter.

## **6.4 Sammanfattning**

Rapporten om projektet Limpan visar att projektmålen har uppfyllts och att målgruppen har haft positiva upplevelser. Samverkan har varit central, och trots utmaningar har projektet haft en positiv inverkan. Nästa del kommer att sammanfatta slutsatser och ge rekommendationer.

## 7. Slutsatser och rekommendationer

I denna rapport analyseras projektet Limpan utifrån tre olika perspektiv: ett nytt arbetssätt, seniorernas upplevelser av projektet och samverkan. Dessa perspektiv är sammanlänkade men kan även betraktas separat.

Projektet har testat ett gemensamt arbetssätt i alla tre områden. Detta inkluderar insatser från seniorkoordinatörer, seniorlotsar, uppsökande verksamhet samt aktiviteter med fokus på samtal och kunskapsutveckling för äldre. En central aspekt är att det finns en grundläggande struktur som är gemensam för alla områden, men samtidigt finns flexibilitet för att anpassa till specifika förutsättningar.

Seniorerna har uttryckt uppskattning för projektet Limpan och ser tydliga vinster för seniorer i deras områden. Skillnader uppstår dock när det gäller hur seniorerna i olika områden ser på och känner inför projektets avslut. Andra variationer i arbetssättet inkluderar användningen av telefonsamtal, som har fungerat väl i två av de tre områdena. I ett område har det dock inte varit lika framgångsrikt. Dessutom har rollen som seniorkoordinatör och seniorlots varierat mellan områdena.

Samverkan är en central faktor i projektet Limpan. Det innebär inte bara samarbete mellan projektledningen och seniorerna själva, utan även med lokala aktörer i samtliga områden. Begreppet "samverkan" är positivt laddat, men det medför också utmaningar. Limpan har tydligt visat att för att samverkan ska lyckas krävs strukturer på alla nivåer samt anpassning till lokala förutsättningar. De tre områdena har haft olika förutsättningar för samverkan. I Klockaretorget fanns redan ett etablerat samverkansnätverk som Limpan kunde ansluta sig till. Detta underlättade deras arbete och eliminerade behovet av att bygga upp allt från grunden. I Haga fanns en träffpunkt med befintliga verksamheter. Limpan kunde samarbeta och bygga vidare på denna grund. Och i Skärblacka behövde samverkan skapas från början, vilket krävde mer självständigt arbete från Limpan.

Samverkan är en del av det arbetssätt som Limpan använt sig av. Det finns andra delar i Limpans arbetssätt som skiljer sig från andra insatser för seniorer, och nedan presenteras de mest framträdande metoderna utöver samverkan.

- **Uppsökande Verksamhet**

Limpan har använt ett personcentrerat tillvägagångssätt för att nå isolerade och ensamma seniorer. Detta arbetssätt är viktigt eftersom kommunernas verksamheter ofta blir mer tidseffektiva och distanserade från seniorerna. Limpan har dock mött motstånd från vissa seniorer, och det är viktigt att anpassa insatserna för att övervinna detta.

- **Folkbildning och Kurser**

Projektet har framgångsrikt erbjudit folkbildning och kurser för seniorer. Även äldre personer har möjlighet att fortsätta lära sig och utvecklas. Samarbetet med Norrköpings kommun och

Studieförbundet Vuxenskolan har möjliggjort utbildningstillfällen om digitalisering och existentiella frågor.

- **Samtal som Motverkar Ensamhet**

Limpan har insett att samtal är avgörande för att bekämpa ensamhet. Att dela tankar och erfarenheter är svårt när seniorer sitter ensamma i sina bostäder. Därför är det viktigt att skapa mötesplatser där samtal kan äga rum.

- **Arrangerade Resor och Utflykter**

För ensamma seniorer blir dagarna ofta likartade. Limpan har organiserat resor och utflykter för att ge dem möjlighet till miljöombyte och en guldkant på tillvaron.

- **Seniorkoordinators Roll**

Seniorkoordinatören spelar en central roll i att nå ut till seniorer och samordna alla aktiviteter inom projektet. Denna roll finns inte idag i kommunen och projektet har visat att denna roll behövs, det behövs någon som arbetar lite utanför andra yrkesrollers befogenheter. Detta genom att exempelvis skjutsa seniorer till sjukhus, hjälpa dem att betala räkningar och göra hembesök till de som inte kan ta sig hemifrån. Det finns ett stort behov av att ha riktade verksamheter för att nå specifika grupper av ofrivilligt ensamma såsom de som är begränsade till hemmet, seniorer med utländsk bakgrund och manliga seniorer. En viktig tanke som har framgått är att inte släppa kontakten när seniorer inte kommer till aktiviteter, fortsätta att ringa och ha telefonkontakt. Detta kan vara den hjälp seniorerna behöver för att klara en svår period. Seniorkoordinatorerna kan även vara behjälpliga i att hitta kontakter för att kunna ge akut hjälp vid extra stora behov. En viktig del i att kunna hitta och nå till ofrivilligt ensamma är att seniorkoordinatorerna har en god lokalkännedom, detta samt arbetssätten att göra hembesök eller använda telefon för att nå de seniorer som inte klarar av att ta sig till olika aktiviteter av olika anledningar.

Kortfattat går det att beskriva hur projektet Limpan framgångsrikt har arbetat för att minska ensamhet och utanförskap bland seniorer genom en kombination av uppsökande verksamhet, engagerad personal, varierande aktiviteter samt fokus på delaktighet och personcentrering. Förhoppningen är att detta arbetssätt kan fortsätta även efter projektets avslutning, och att Limpan har lagt grunden för långsiktig framgång. I nästa avsnitt kommer mina rekommendationer gällande framtiden och Limpans arbete.

## **7.1 Rekommendationer**

Limpan-projektet har visat att det är möjligt att bryta ofrivillig ensamhet och skapa en meningsfull vardag för äldre genom att erbjuda en variation av aktiviteter och skapa en gemenskap. Samtidigt som det ska förtydligas att inte alla ensamma är ofrivilligt ensamma eller att de som lever i tvåsamhet ändå kan vara ofrivilligt ensamma. Det är just den delen som gör arbetet att minska ensamhet så komplex. Men projektet Limpan har arbetat fram ett arbetssätt som gör det möjligt att kunna utröna och fånga upp fler ofrivilligt ensamma än

tidigare. Genom Limpan:s arbetssätt engageras seniorerna själva i lokalt anpassade aktiviteter. Det i sig ger möjligheter att fånga upp personer som är ofrivilligt ensamma. Att ha målsättningen att bara bjuda in seniorer som är ofrivilligt ensamma skulle troligen inte lyckas lika bra som när samverkan görs med seniorer som per definition inte känner sig ensamma men vill delta i aktiviteter riktade mot seniorer. Det är viktigt att ta tillvara på de positiva effekterna av Limpan-projektet och fortsätta satsa på liknande insatser för att motverka ensamhet och utanförskap bland äldre.

- Fortsätt satsa på projekt som Limpan för att motverka ensamhet och utanförskap bland äldre.
- Utveckla metoder för att nå de som är ofrivilligt ensamma.
- Säkerställ att det finns resurser för att kunna erbjuda en samordnare som kan hålla ihop verksamheten.
- Samarbeta med olika aktörer i samhället för att skapa en trygg och inkluderande miljö för seniorer.

Seniorkoordinatorena har haft en central roll i Limpan och har bidragit till projektets framgång. Rollen som seniorkoordinator är ny för kommunen och den har enligt uppföljningen visat sig ha en viktig roll att fylla. Det har i projektet framkommit att det varit viktigt vem som har rollen som koordinator men samtidigt behöver funktionen och dess arbetssätt kunna formas för att i det i framtiden inte ska vara personbundet hur en seniorkoordinator fungerar i sin roll. Jag anser att funktionen som seniorkoordinator är så central och viktig i arbetet att minska ofrivillig ensamhet bland senior och därför bör införas i kommunen eller genom samverkan med civilsamhället för att ge samordnat stöd och hjälp till seniorer.

Det är tydligt att Limpan-projektet har gjort en verklig skillnad i livet för många seniorer. Projektet har visat att det är möjligt att bryta ensamhet och skapa en meningsfull vardag för äldre genom att erbjuda en variation av aktiviteter och skapa en gemenskap. Att skapa arenor för seniorer att mötas, samtala, fortsätta att utvecklas och att få vara en del i ett sammanhang är något som är viktigt då seniorer lätt kan hamna i ett gemensamt fack där det tas för givet att de inte längre vill eller kan lära sig mer, att de behöver hjälp, inte kan hjälpa till själva. Den stora vinst som Limpan gör är att se seniorer som en tillgång eller resurs och inte belastning i samhället. Limpan har även sett civilsamhället som en viktig resurs eller tillgång och påvisat att det går att få till samverkan med dessa parter. I kommunernas arbete att hjälpa seniorer handlar resurser oftast om ekonomi eller personal men Limpan har utmanat detta genom att se både seniorer och civilsamhället som viktiga resurser. Det är ett arbetssätt som framöver kommer att vara en nödvändighet för att klara av de demografiska som kommunerna upplever just nu. Det är viktigt att ta tillvara på de positiva effekterna av Limpan-projektet och fortsätta satsa på liknande insatser för att motverka ofrivillig ensamhet och utanförskap bland äldre.



## Referenser

Axelsson, R. & Bihari Axelsson, S. (red.) (2013). Om samverkan: för utveckling av hälsa och välfärd. Lund: Studentlitteratur.

Axelsson, R., & Bihari Axelsson, S. (2013). Samverkan som samhällsfenomen - några centrala frågeställningar. I R. Axelsson & S Bihari Axelsson (Red.), Om samverkan - för utveckling av hälsa och välfärd (s. 17-38). Lund: Studentlitteratur.

Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3, 77-101.

Gestrin, D., Jutvik, B-M., Ottosson, E. & Sjögren, J. (2023) *Multidisciplinära arbetssätt och team - intervjuomgång 2*. FoU Arbetsrapport 39:2023. Linköping: FoU Centrum för vård, omsorg och socialt arbete.

Gestrin, D., Jutvik, B-M. & Ottosson, E. (2024) *Multidisciplinära arbetssätt och team - intervjuomgång 2*. FoU Arbetsrapport 46:2024. Linköping: FoU Centrum för vård, omsorg och socialt arbete.

Sjögren, J. & Helgstrand, L. (2022) *Omställningen till nära vård ur socialtjänstens perspektiv. En kunskapsammanställning*. FoU- rapport 87:2022. Linköping: FoU Centrum för vård, omsorg och socialt arbete.

Morgan, D. L. (1996). Focus groups. *Annual Review of Sociology*. 22:1, 129-152.

Nygren, L., Blom, B., & Morén, S. (2012). Utvärdering i socialt arbete : Utgångspunkter, modeller och användning (1:a upplagan). Studentlitteratur AB.

<https://www.norrkopingshistoria.se/haga/>

# Bilaga 1. Intervjuguide fokusgruppintervju

Inledning:

- Presentation av Limpan och FoU

Projektet Limpan erbjuder individanpassade insatser för seniorer, och anordnar även aktiviteter och samvaro. Men det är ett projekt och det betyder att det har en början och ett slut. Jag ska nu samla in information för att göra en utvärdering av projektet så att Norrköpings kommun kan ha som underlag för att planera framåt. Hur de ska arbeta vidare med frågorna om sensorer och ofrivillig ensamhet. Därför är jag nyfiken på att höra vad ni som tagit del av projektet har att säga.

Utvärdering/uppföljningen syftar till att kunna ge svar på dessa frågeställningar:

1. Vad har Limpan inneburit för seniorer inom de tre utvalda bostadsområdena?
2. Finns det några skillnader i arbetssätt och metoder för samverkan mellan de tre bostadsområdena och vad består i så fall dessa skillnader i?

Information om hur intervjun kommer att gå till:

Intervjun tar ca 60 minuter, men vi anpassar tiden efter hur mycket ni vill berätta. Det är en gruppintervju så det är era samtal och reflektioner som kommer att vara i centrum. Vi spelar in på telefonen, för att ha stöd för minnet. Efter intervjun kommer vi skriva ner de tankar som era samtal leder till. Inga namn kommer att skrivas upp och inspelningen kommer att raderas när texten är klar. Känns det okej?

Ni behöver inte svara på frågorna om ni inte vill och skulle ni vilja avbryta intervjun är det bara att säga till. Du behöver inte ge någon anledning i såna fall.

- Är det något ni undrar över innan vi börjar med frågorna?

- Då startar jag inspelningen nu, är det ok?

---

## Tema ett: Ensamhet

Ensamhet, ofrivillig eller frivillig. Limpans målsättning är att bryta isolering bland äldre och hjälpa dem att bygga upp minst tre egna och nya kontaktnätverk.

Vad tänker ni om ensamhet?

Tips på hur man kan bryta oönskad ensamhet?

---

## Tema två: Projektet

Hur kom ni i kontakt med Limpan?

Om ni har testat andra aktiviteter riktade mot seniorer, hur skiljer sig aktiviteter i Limpan från dessa?

Vad hade ni för förväntningar på Limpan när ni började?

Varför valde ni att vara med?

Hur var din upplevelse vid första kontakten?

Hur är din upplevelse idag?

Vad har projektet och dess aktiviteter betytt för er?

Vad är ditt önskade läge efter projektets avslutande? Vad vill du ha kvar?

Vad har seniorkoordinatorn spelat för roll när det kommer att öka din möjlighet till aktiviteter?

---

### **Tema tre: Området**

Skillnader i området. Limpan har testats i tre olika områden med en lokal seniorkoordinator kan ni se några skillnader mellan dessa områden?

Vad är specifikt för ert område?

Vad tycker ni det behövs i ert område för att minska ensamhet?

---

Övriga frågor:

Är det något annat du skulle vilja berätta om som vi inte har frågat om?

Vill du tillägga något?

Avslutning:

Om du har några frågor och funderingar, eller om det här väcker några tankar får du gärna höra av dig. Likaså om du vill förtydliga något eller ta tillbaka ditt medgivande till studien.

De som jobbar med Limpan känner till att vi gör de här intervjuerna, men inte vad som sägs i dem.

## Bilaga 3. Lista aktiviteter

Listor över genomförda aktiviteter i projektet Limpans tre områden:

### Aktiviteter i Skärblacka:

- Läsecirklar
- Digitaldagar
- Kurs i telefonhjälp
- Friskvårdsdag med PRO
- Barn och mor/farföräldrar dag på fritidsgården
- Gåfotboll
- Tipspromenad
- Utflykt och resor
- Teaterbesök
- Kanalbuss kör seniorer till den lokala affären varje vecka.

### Aktiviteter i Haga:

- Nätverksträff för samverkansparter i området
- Afternoon tea
- Föreläsningar med olika ämnen
- Högläsning bokcirkel
- Seniorsympa med Korpen
- Fisketur till Missmyra
- Zumba
- Haga dag samt Julmarknad
- Pingis för tjejer
- Kurser i Digitalisering/Mobil samt existentiell hälsa om samtal om livet
- Musikunderhållning
- Utställning
- Kurs i kransbindning
- Social kontakt där seniorer själva besöker ensamma seniorer i deras hem.
- Resor till Söderköping, Kornettgård samt till Åkeby ägg i Skärblacka.

### Aktiviteter i Klockaretorpet:

Regelbundna återkommande aktiviteter

- Samverkansgrupp
- Matlagingsgrupp
- Högläsning
- Hantverkscafé
- Senior bio
- Dans och rörelse
- Bosing för seniorer
- Balkong Jumpa
- Klocket Ipis
- Gröna dagar (marknad)

- Mobilkurs
- Höstmarknad

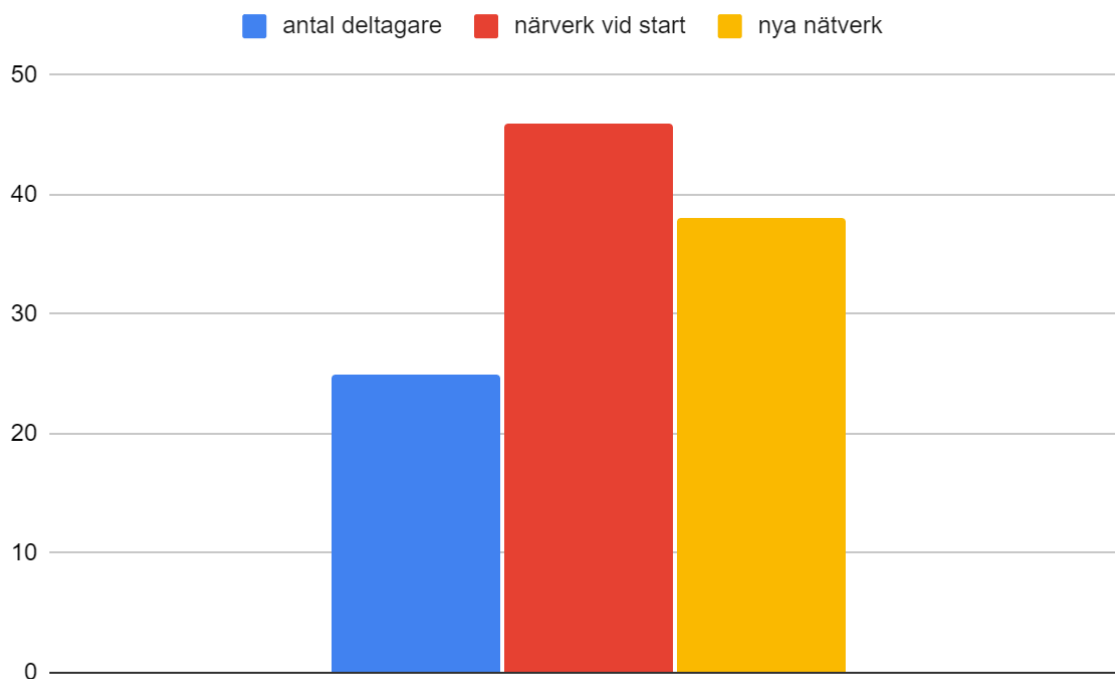
#### Föreläsningar

- Om bedrägeri mot äldre - Polisen
- Brandsäkerhet
- Räddningstjänsten
- Trygghet - Brottsofferjouren
- Stadsbiblioteket om tjänste för äldre
- Lugn utan medicin - Tappningsmetoden
- När spårvagnen kom till Klockaretorpet
- Demensförbundet
- Arv och testamente, Familjejuristerna
- När Tv:n kom- Seniorportalen

## Bilaga 3. Statistikunderlag

### Skärblacka

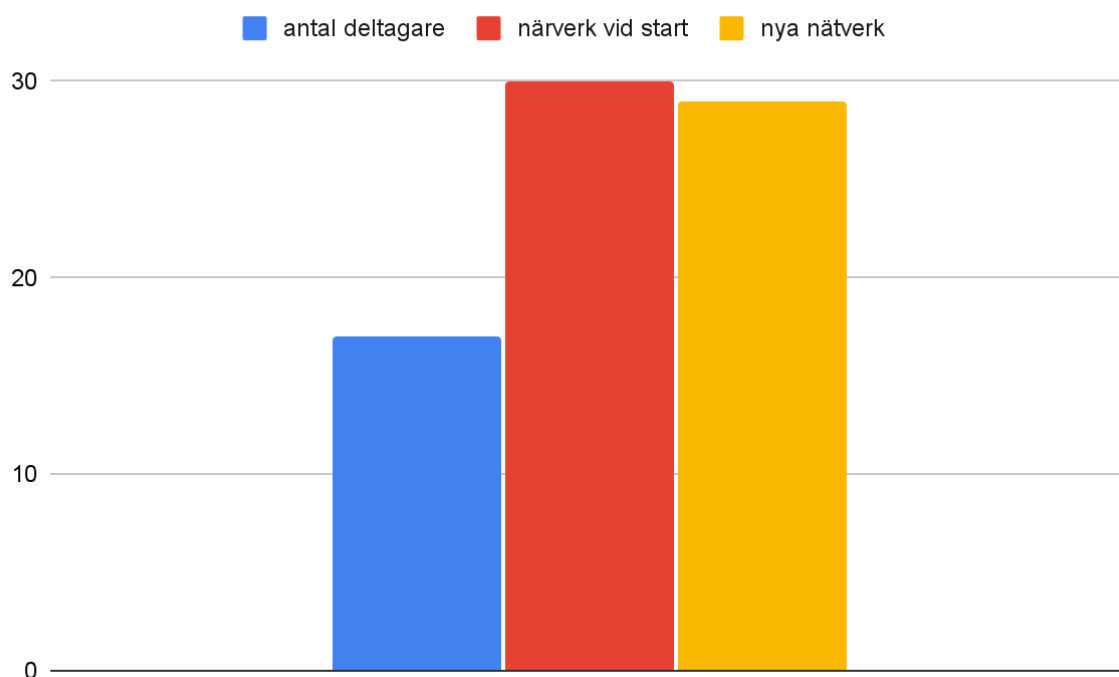
Tabell 3.1. Intern statistik - Skärblacka



Antal rapporterade deltagare i Skärblacka: 25 stycken 17 kvinnor och 8 män med ett åldersspann mellan 70 - 93 år. Seniorerna har själva uppgett att de hade 46 stycken nätverk vid starten av projektet och 38 stycken nya nätverk genom Limpan.

### Haga

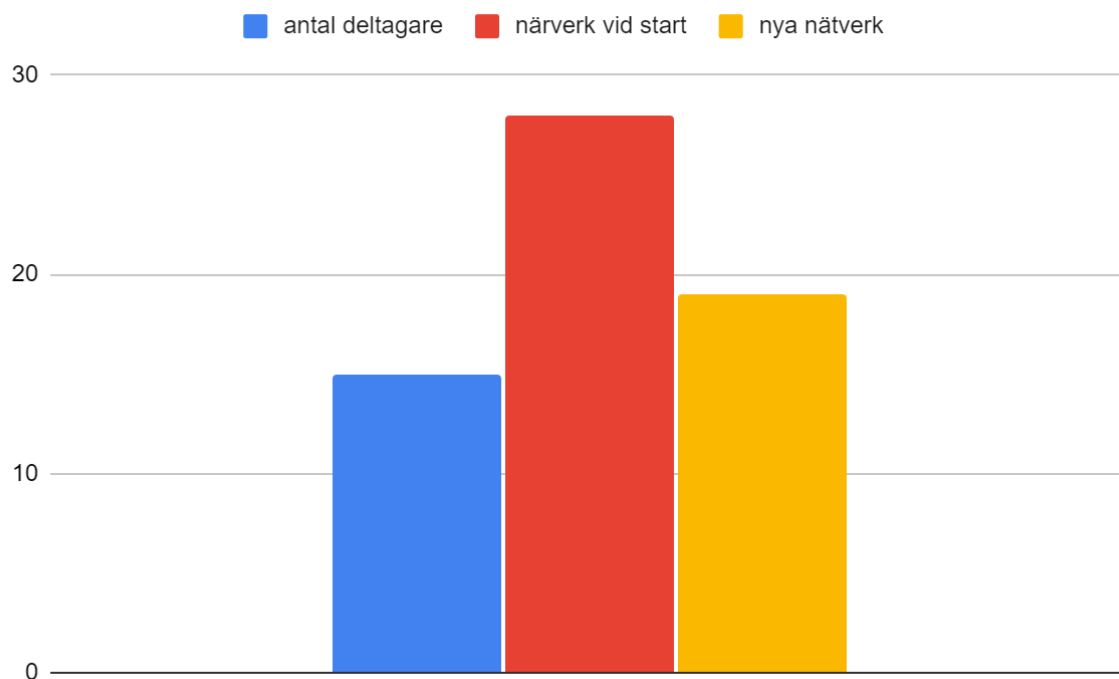
Tabell 3.1. Intern statistik - Haga



Antal rapporterade deltagare i Haga: 17 stycken varav 13 kvinnor och 4 män med ett åldersspann mellan 72 - 91 år. Seniorerna har själva uppgett att de hade 30 stycken nätverk vid starten av projektet och att de fått 29 stycken nya nätverk genom Limpan.

### Klockaretorpet

Tabell 3.3 Intern statistik - Klockaretorpet



Antal rapporterade deltagare i Klockaretorpet: 15 stycken varav 12 kvinnor och 3 män med ett åldersspann mellan 68 - 91 år. Seniorerna har själva uppgett att de hade 28 stycken nätverk vid starten av projektet och att de fått 19 stycken nya nätverk genom Limpan.