



Ramverk för ekosystem för åldersvänlig bygd

Innehåll

1	Inledning	3
1.1	Bakgrund	3
1.2	Ramverkets syfte	3
1.3	Ramverkets förhållande till Strategi för åldersvänlig bygd	4
1.4	Disposition	5
1.5	Dokumentets hantering	5
2	Ekosystem för åldersvänlig bygd	6
2.1	Grundprinciper för ett ekosystem för åldersvänlig bygd i Vingåker	6
2.2	Det åldersvänliga ekosystemet i Vingåker	9
2.2.1	<i>Ekosystemets komponenter</i>	9
2.2.2	<i>Olika typer av aktörer inom ekosystemet</i>	10
2.2.3	<i>Slussar</i>	12
2.2.4	<i>Möjliggörare</i>	13
3	Beskrivning av Ekosystemet vid överlämning av resultat	14
3.1	Aktörernas roll i ekosystemet 2026	14
3.2	Vad erbjuder aktörer inom olika områden i Vingåkersbygden?	15
3.2.1	<i>Aktiviteter och mötesplatser</i>	15
3.2.2	<i>Möjlighet till engagemang och sysselsättning</i>	16
3.2.3	<i>Stöttning i digital teknik</i>	17
3.2.4	<i>Motverkande av ofrivillig ensamhet?</i>	18
3.2.5	<i>Stöd för tidig kognitiv svikt</i>	19
3.2.6	<i>Stöd för att förebygga fall</i>	20
3.2.7	<i>Stöd för seniora anhöriga som vårdar närstående</i>	20
3.2.8	<i>Stöd i hemmet för att förlänga självständigheten</i>	21
3.3	Slussar /Hur hittar individen dit? Hur fungerar slussarna?	22
3.3.1	<i>Kanaler för att nå ut med skriftlig information</i>	22
3.3.2	<i>Forum för att informera och kommunicera</i>	23
3.3.3	<i>Personer som slussar</i>	24
3.3.4	<i>Utvecklingsbehov rörande slussar</i>	24
3.4	Möjliggörare för ekosystemets upprätthållande och utveckling	26
4	Framåtblick	27
5	Bilaga - Personas	29

1 Inledning

1.1 Bakgrund

I Vingåker pågick fram till 2026 det Vinnova-finansierade projektet Ekosystem för åldersvänlig bygd. Projektet syftade till att hantera den demografiska utmaningen med en växande äldre befolkning och en minskande andel arbetsföra invånare och tog sikte på effektmålet att Vingåker ska vara en åldersvänlig bygd 2031.

Projektet var en del av Vinnovas projektprogram Utmaningsdriven innovation som finansierar samverkansprojekt som arbetar långsiktigt för att lösa samhällsutmaningar och bidra till hållbarhetsmålen i Agenda 2030. Projektet genomfördes i tre steg med start 2019 och den samhällsutmaning som adresserades var att resurseffektivt kunna möta behov av service och trygghet så likvärdigt som möjligt för centralort och landsbygd utifrån en liten kommuns förutsättningar. En behovsanalys av flera kommunala verksamheter genomfördes för att identifiera verksamheternas utmaningar. Den demografiska utmaningen och dess konsekvenser bedömdes vara den största samhällsutmaningen för kommunen att hantera. I steg 2 adresserades samma utmaning men avgränsat till demografin, åldrandet och dess förutsättningar. Under steg 2 genomfördes behovsanalys, utarbetande av lösningshypotes samt tester i mindre skala. Lösningshypotesen som utvecklades var att tidig introduktion av stöd via sociala och digitala strukturer kan förlänga hälsan och skjuta upp behov av vård och omsorg. Under arbetet uppmärksammades Världshälsoorganisationens (WHO:s) arbete med åldersvänliga städer och samhällen vilket bedömdes vara helt i linje med pågående arbete inom projektet.

Under projektets tredje och sista steg var målet att etablera ett ekosystem för en åldersvänlig bygd i Vingåker, där alla delar av kommunens verksamheter, civilsamhälle, anhöriga och andra aktörer arbetar tillsammans för att individen ska kunna åldras hälsosamt, fördröja behov av vård och omsorg, samt optimera utförandet av vård och omsorg.

1.2 Ramverkets syfte

Ramverket syftar till att definiera och beskriva det ekosystem som Vinnova-projektets arbete mynnat ut i. Beskrivningen gör inte anspråk på att vara komplett då ett ekosystem är omfattande, föränderligt och inte möjligt att fånga i sin helhet, utan ramverket sätter en struktur för ekosystemet och definierar dess centrala komponenter samt beskriver deras relation till varandra.

Under projektets genomförandefas har ramverket pekat ut riktning för arbetet. Det har satt ramarna för det ekosystem som utvecklats samt för hur projektets leveranser och resultat samverkar med varandra. Ramverket har också utgjort en bas för diskussioner med ekosystemets aktörer, projektets parter, beställare och resultatmottagare under tiden ekosystemet formats och förankrats. Under projekttiden har ramverket fungerat som ett levande dokument och fortlöpande reviderats.

Vid projektets avslutande överlämnades en fastställd version av ramverket till resultatmottagarna, vilken beskriver det ekosystem som utvecklats under projekttiden och uppmärksammar de behov av vidareutveckling som identifierats. Ramverket utgör här ett stöd för ekosystemets förvaltare.

1.3 Ramverkets förhållande till Strategi för åldersvänlig bygd

Som en del i projektets arbete har en strategi för åldersvänlig bygd 2025–2031 tagits fram, med syfte att peka ut riktning i kommunens omställning till en åldersvänlig bygd. Strategin definierar ett önskeläge och beskriver ett nuläge för åtta nyckelområden utifrån WHO:s ramverk för åldersvänliga städer och samhällen. För att överbygga glappet mellan nuläget och det önskade läget utarbetas en handlingsplan fram av kommunens förvaltningar som beslutas i kommunfullmäktige våren 2026.

Strategin är en komponent i ekosystemet för åldersvänlig bygd och är en förutsättning för dess upprätthållande och utveckling över tid.

Strategin har ett bredare omfång genom att den tar sikte på samtliga av WHO:s nyckelområden, inklusive den fysiska miljön vilken inte varit föremål för arbetet under projektets sista fas. Ekosystemet inkluderar därmed inte dessa områden. Därmed inte sagt att ett ekosystem som vidareutvecklas över tid inte kommer omfatta även den fysiska miljön.

Strategin är framförallt ett stöd för Vingåkers kommuns omställning till åldersvänlig bygd över tid medan ramverket både gett stöd för projektets genomförande och för överlämning, implementering och fortsatt utveckling efter projektavslut.

Strategin beskriver ett önskeläge per nyckelområde. Ramverket för ekosystem för åldersvänlig bygd beskriver strukturer för hur aktörer och funktioner samverkar mellan områden och visar beroenden sinsemellan.

Ramverket gör en ansats att konkretisera aktörer och deras möjliga roll samt samverkansformer mellan aktörer för att upprätthålla ett ekosystem för åldersvänlighet och konkretiserar i den meningen delar av strategins områden.

Ramverket har tagits fram i samklang med strategin och har likt den sin utgångspunkt i befintlig forskning om åldersvänlighet. Ramverket utgör ett stöd vid framtagande och genomförande av handlingsplaner.

1.4 Disposition

Nedan görs en beskrivning av ekosystemet för åldersvänlig bygd.

I avsnitt 2.1 förtydligas innebörden av ekosystemet. Dess grundprinciper beskrivs, vilka utgjort en ram under ekosystemets utarbetande.

I avsnitt 2.2 konkretiseras ekosystemet där dess komponenter och deras samverkan beskrivs.

Avsnitt 3 beskriver ekosystemets status vid projektets slut och de behov av utveckling som identifierats.

Ramverket avslutas med en framåtblick i avsnitt 4.

1.5 Dokumentets hantering

Dokumentet har godkänts av projektets styrgrupp och överlämnats till resultatmottagaren för förvaltning.

2 Ekosystem för åldersvänlig bygd

2.1 Grundprinciper för ett ekosystem för åldersvänlig bygd i Vingåker

Ett ekosystem kan beskrivas som en samling strukturer, normer, funktioner och roller som samverkar i en miljö och förändras över tid¹. I Vingåkers arbete för att möta behoven hos en växande äldre befolkning har ekosystemets delar uppmärksammats, stärkts, kopplats samman och getts en riktning för en starkt åldersvänlighet. Detta ekosystem för åldersvänlighet beskrivs nedan.

Individen i centrum i ekosystemet

I ekosystemet för en åldersvänlig Vingåkersbygd står den seniora individen och dennes behov i centrum. Kommunens verksamheter, vårdcentral, civilsamhälle, näringsliv, anhöriga och andra aktörer samverkar för att senioren ska kunna åldras hälsosamt, för att fördröja behov av vård och omsorg och för att optimera utförandet av vård och omsorg. Ekosystemet verkar för att stärka seniorens medvetenhet och kunskap om den egna hälsan och ge redskap för ett hälsosamt och självständigt åldrande.

Seniorer är en mångfacetterad grupp som innefattar personer över ett vitt åldersspann, från 65 och uppåt. Ekosystemet stöttar seniorer på ett jämlikt och jämställt sätt oavsett ålder, kön, könsöverskridande identitet eller uttryck, socioekonomisk status, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionsnedsättning eller sexuell läggning, samtidigt som senioren inte stereotypiseras och reduceras till dessa parametrar. Ekosystemet verkar i hela Vingåkersbygden och stöd ges till seniorer i hela kommunen oavsett om dessa bor i centralort, tätort eller landsbygd.

Seniorer är olika, med olika personligheter, erfarenheter, förutsättningar, intressen och kunskap vilket innebär att de också har olika behov. Seniorers behov är inte heller statiska utan förändras över tid. Ekosystemet behöver därför kunna inkludera olika seniorer på olika sätt vid olika lägen i livet. Det stöd som ges tar hänsyn till hela individen och inte bara dennes hälsostatus. Riktade insatser kan också behöva göras för att stärka olika grupper av individer.

¹ Sociala ekosystem beskrivs inom forskningen (Tengqvist et al., 2022; Kalteka et al., 2016) som de lager av strukturer (politiska, ekonomiska), normer (attityder och regler), funktioner (modeller och arbetssätt) och roller (aktörers drivkrafter och kompetenser) som tillsammans skapar en miljö där sociala innovationer kan växa fram och frodas. Forskning inom entreprenörskap (Stam, 2015), visar att samverkan mellan institutioner och aktörer är central för att skapa framgångsrika och motståndskraftiga ekosystem.

Samtidigt som seniorer stöttas av ekosystemet bidrar de också till det och är med och omformar det över tid. Därav krävs att ekosystemet inte bara rymmer strukturer för att stärka senioren utan även möjligheter för senioren att påverka det.

Anhöriga stöttas i ekosystemet

Ekosystemet genomsyras av ett anhörigperspektiv, där stöttning av seniorer inte sker på bekostnad av deras anhöriga. För många seniorer spelar de anhöriga en central roll för deras omsorg och välmående. För att anhörigskapet ska vara hållbart och de anhöriga själva ska kunna ha ett hälsosamt liv behöver stödet till seniorer med nedsatt hälsa och förmåga fungera för att avlasta deras anhöriga. Anhöriga kan också behöva stöttning i sitt anhörigskap. Anhörigas stöd och omsorg ska ges frivilligt och i utformande av stöd ska det inte förutsättas att seniorer har anhöriga som kan/vill/orkar stötta.

Det behöver finnas en medvetenhet om komplexiteten som omgärdar dessa relationer. Att vara beroende av en anhörig kan vara betungande på olika sätt för senioren, liksom för den anhöriga och skapa känslor av skuld och skam. Alla relationer mellan anhöriga är inte heller goda, exempelvis kan det finnas erfarenheter av drogberoende eller våld i nära relationer.

Precis som seniorer är anhöriga en mångfacetterad grupp med olika behov och det stöd som erbjuds behöver anpassas utifrån det. Anhöriga finns i alla åldersgrupper, inklusive bland seniorer vilket innebär att seniorer i ekosystemet inte bara behöver stöttning för sitt eget välmående utan även i sitt anhörigskap.

Vingäkersbygdens förutsättningar

Ekosystemet utgår ifrån Vingäkersbygdens förutsättningar med hänsyn till att Vingåker är en landsbygdskommun med relativt liten befolkning, låg socioekonomisk status, med sämre folkhälsa och större andel äldre än riksgenomsnittet. Geografiska avstånd i kombination med begränsad kollektivtrafik som nyttjas i liten utsträckning skapar utmaningar och riskerar att leda till ett utanförskap för de som inte har tillgång till bil. Samtidigt erbjuder Vingäkersbygden möjligheter i form av social närhet, en levande landsbygd, mötesplatser på olika orter och ett aktivt föreningsliv.

För att hantera utmaningarna och motverka den ojämlikhet mellan seniorer som de riskerar att medföra, liksom att ta tillvara Vingäkersbygdens möjligheter, krävs kunskap om åldrande, om bygden och om seniorernas livssituation.

Digitaliseringens roll i ekosystemet

I en landsbygdskommun spelar digitaliseringen en central roll ur flera aspekter. Digital teknik används för att nyttja samhällsfunktioner och hantera vardagslivet och hjälper till att sammanföra människor och upprätthålla nätverk. För en liten kommun med begränsade ekonomiska och personella resurser blir nyttjandet av digitala lösningar och välfärdsteknik en nyckel för att förlänga självständigheten hos senioren och bidrar till en god vård och omsorg.

För att nyttja digitaliseringens möjligheter behövs tillgång till och kunskap om digital teknik. För att minska det digitala utanförskapet behövs sociala strukturer som stöttar senioren i användandet av digital teknik och verkar för att sänka trösklarna för användande av digitala lösningar och välfärdsteknik. Det behöver också finnas alternativ för den som inte har förmåga att nyttja digital teknik för att ekosystemet inte ska bli exkluderande.

Ett dynamiskt ekosystem som verkar i en föränderlig omvärld

Ett ekosystem är dynamiskt och det finns en inneboende motsättning i att försöka definiera och sätta ramar för det. Det finns dock ett behov av att identifiera grundförutsättningar för att säkerställa att olika individer får det stöd de behöver och för att motverka brister i strukturen som gör att individer faller emellan. Hur och av vem stöd ges kan däremot variera över tid.

Ekosystemet ska inte ses som isolerat utan verkar i och formas i en större kontext. Här finns ett behov av att bevaka och analysera hur händelser i omvärlden påverkar, skapar nya möjligheter eller medför hinder som behöver överbryggas. Förändringar i regelverk, aktörernas resurser eller teknikutveckling i samhället är exempel på omvärldsfaktorer som kan få indirekta och direkta effekter på aktörer och individer i ekosystemet. Ett stöd som förändras eller dras in från en aktör kan innebära en ökad belastning på en annan.

Ett ekosystem för åldersvänlighet formas av rådande kultur samtidigt som det formar kulturen. Normer, föreställningar och erfarenheter kring vad det innebär att vara äldre kan påverka utformningen av stöd för seniorer liksom seniorers möjlighet och vilja att ta emot stödet. Uppfattningar inom eller om olika grupper av seniorer kan variera, vilket skapar risker för ojämlikhet och ojämställdhet. Ett ekosystem för åldersvänlighet behöver stötta alla seniorer genom en kultur där människor är trygga och möter varandra med öppenhet och respekt.

Mikrosystem inom ekosystemet

Ett ekosystem kan rymma flera mikrosystem som stöttar senioren. Dessa kan vara geografiskt avgränsade och uppstå på platser där det finns servicefunktioner och nätverk som stöttar, såsom i bygder eller på trygghetsboenden. Mikrosystem kan också vara nätverksbundna och kopplade till medlemskap i organisationer. Ett mikrosystem kan vara mer eller mindre slutet och svårt att upptäcka.

Olika mikrosystem kan samverka sinsemellan och med ekosystemet på makronivå. Det behöver finnas strukturer för att underlätta samverkan och för att underlätta för senioren att röra sig mellan och få stöd från flera mikrosystem vid behov. Även mikrosystemen är dynamiska och med tiden kan nya mikrosystem utvecklas och andra upphöra. Här behöver ekosystemet på makronivå vara anpassningsbart och lyhört i förhållande till andra mikrosystem för att kunna fånga upp seniorer som varit beroende av mikrosystem när dessa inte längre är tillgängliga.

Ekosystemets upprätthållande över tid

Ett ekosystem kan verka och frodas i sig självt men för ett ekosystem för åldersvänlighet ska vara beständigt över tid behövs ett uttalat ansvar för att hålla samman, bevaka förändringar, utveckla och stärka det.

För att ekosystemet ska verka inkluderande och möta olika seniorers behov behövs en bred representation av aktörer från olika grupper liksom samarbete och kunskapsutbyte aktörerna emellan. En medvetenhet om hur ekosystemet verkar och vilken roll olika aktörer har i det skapar förutsättningar för att möta behov hos seniorer på ett jämlikt och jämställt sätt.

2.2 Det åldersvänliga ekosystemet i Vingåker

2.2.1 Ekosystemets komponenter

Ekosystemets komponenter delas här in i aktörer, slussar och möjliggörare. Aktörer agerar för att på olika sätt tillgodose seniorens behov och kan vara till exempel kommunen, en förening eller ett företag. Slussar omfattar de vägar in i ekosystemet som fångar upp och leder senioren till de sammanhang som kan tillgodose dennes behov. En möjliggörare skapar förutsättningar för att senioren får det stöd den behöver genom att ge aktörerna och slussarna förutsättningar för att stötta senioren och upprätthålla ekosystemet över tid.

Gränserna mellan komponenterna är flytande; exempelvis kan en möjliggörande funktion ibland också verka som en sluss till andra delar av ekosystemet och

aktörer möjliggöra för andra aktörer att stötta individer, till exempel ger kommunen bidrag till föreningar som på olika sätt bedriver åldersvänliga aktiviteter.

2.2.2 Olika typer av aktörer inom ekosystemet

Aktörerna i ekosystemet stöttar senioren genom att på olika sätt bidra med förutsättningar för ett hälsosamt och självständigt åldrande. Det kan handla om att utföra insatser, erbjuda mötesplatser, olika typer av aktiviteter, eller tillhandahålla produkter eller tjänster. Aktörer delas här in i civilsamhälle, aktörer med offentliga uppdrag, aktörer inom näringslivet samt informella nätverk i den privata sfären. Aktörerna verkar i Vingåkersbygden men vissa har en regional eller nationell räckvidd.

En aktör behöver inte vara medveten om sin roll i ekosystemet utan kan utöva en verksamhet som bidrar till att stötta seniorens hälsosamma och självständiga åldrande utan att det är uttalat. Aktörer kan också ha potential för åldersvänlighet som kan utvecklas när dessa medvetandegörs om ekosystemet och dess syfte.

Civilsamhällets aktörer

Med civilsamhälle avses här den sektor av samhället som är åtskild det offentliga och näringslivet vilket omfattar samverkande individer, organisationer och idéburna sammanslutningar i form av exempelvis studieförbund, lokala utvecklingsgrupper, trossamfund, idrottsföreningar, kulturföreningar och andra nätverk.

Civilsamhället ger möjligheter för senioren att vara en del av sociala gemenskaper, att ha ett aktivt liv genom att delta i fysiska, kulturella och intellektuella aktiviteter och att utöva ett samhällsengagemang och bidra med sin kunskap och erfarenhet. Civilsamhällets aktörer kan uppmärksamma seniorers behov och fungera som slussar genom att hjälpa dem vidare för stöttning både inom sina egna nätverk och till andra aktörer.

Civilsamhället präglas av självorganisering, sociala nätverk och ideellt engagemang, som ofta skapar ringar på vattnet för möten mellan människor och sociala nätverk. Samtidigt finns en sårbarhet och risk för bristande kontinuitet då civilsamhällets aktörer är beroende av eldsjälur och frivilligt engagemang. Resurser i form av exempelvis ekonomi, tid, kunskap och engagemang spelar roll för civilsamhällesaktörernas möjligheter att bidra till ekosystemet.

Informella nätverk inom den privata sfären

Den privata sfären i form av familj, vänner och grannar är aktörer som ofta spelar en avgörande roll i att stötta senioren, inte minst genom att erbjuda social samvaro. De känner ofta till seniorens behov och kan hjälpa denne vidare till aktiviteter och insatser utanför det personliga nätverket. Här är vikten av tydlig och tillgänglig information om det stöd som finns för seniorer och deras anhöriga stor.

Näringslivets aktörer

Näringslivsaktörer inom ekosystemet omfattar dels lokala näringsidkare men också regionala och nationella aktörer på privatkundsmarknaden för produkter, service och tjänster med inriktning på att främja ett hälsosamt och självständigt åldrande, exempelvis leverantörer av välfärdsteknik.

Dessa aktörer bidrar medvetet eller omedvetet till att stötta seniorers behov. Genom medvetenhet kan fokus riktas till att stötta den seniora individen på ett sätt som också gynnar näringslivsaktören, exempelvis genom att erbjuda tjänster och produkter riktade till seniorer utifrån deras behov eller att tillgänglighetsanpassa butiker för att välkomna en större kundgrupp.

Med en medvetenhet om ekosystemet kan näringslivsaktörer också verka som slussar till andra aktörer och möjliggörare. Ett exempel kan vara att vid inköp av lampor eller gardiner tipsa om en fixartjänst för hjälp med upphängning i syfte att minska risken för fallskador.

Näringslivet bidrar med mötesplatser som blir centrala för seniorer, såsom fik eller mataffärer med pensionärsrabatt vissa dagar i veckan.

Som arbetsgivare i kommunen kan näringslivsaktörer sysselsätta seniorer genom olika anställningsformer. Näringslivet är också en arena för seniora företagare och genom olika samverkansforum kan etablerade näringslivsaktörer stötta och inspirera seniorer som vill starta företag.

Aktörer med offentliga uppdrag:

Inom den offentliga sektorn finns aktörer som på ett direkt och indirekt sätt bidrar till ekosystemet genom att erbjuda hälsofrämjande insatser. Vingåkers kommun, Region Sörmland och privata aktörer som vårdcentralen Doktor.se är centrala aktörer som verkar i Vingåkersbygden med samhällsuppdrag för att tillgodose seniorers behov av stöd och service.

Inom kommunen finns verksamheter som arbetar primärt för att ge stöd till seniorer och här samlas kompetenser med kunskap om seniorers hälsa och behov. Även verksamheter som inte arbetar med seniorer som primär målgrupp står för viktiga bidrag till ekosystemet. Till exempel erbjuder kommunen arenor som ger förutsättningar för fysiska, sociala och kulturella aktiviteter såsom bibliotek och badhus. I sin samverkan med civilsamhälles- och näringslivsaktörer har kommunen möjlighet att skapa medvetenhet om ekosystemet för åldersvänlighet och ge andra aktörer förutsättningar för att kunna bidra till ett hälsosamt åldrande.

Kommunen kan bidra till seniorers sysselsättning och engagemang, exempelvis genom att skapa möjligheter för seniorer att arbeta efter pensionsålder, genom att vara volontärer i olika delar av verksamheten eller ingå i forum såsom kommunala pensionärsrådet och olika arbetsgrupper.

Relationen mellan aktörer

Aktörer kan samverka sinsemellan, komplettera eller överlappa varandra. En konkurrens mellan företag är oundviklig, liksom att det i ett rikt föreningsliv kommer att förekomma aktiviteter parallellt som attraherar samma målgrupp. Inom det offentliga finns en tydligare gränsdragning.

Gränsdragningar mellan ekosystemets aktörer är inte alltid tydliga för senioren och kan förändras över tid och aktörer kan behöva tydliggöra dessa och slussa senioren vidare till rätt aktör eller funktion.

2.2.3 Slussar

Slussar uppmärksammar behov, medvetandegör och vägleder seniorer in i ekosystemet. En sluss kan exempelvis vara en funktion, roll, person, informationskanal, ett forum eller en webbsida.

Det finns kanaler och funktioner som har slussande som sitt primära syfte, såsom uppsökande hälsofrämjande samtal, biståndshandläggare och seniorportal, men alla som möter seniorer i sin verksamhet har potential att vara en sluss inom ekosystemet för att matcha individens behov mot olika aktörers verksamheter. Exempelvis fyller en digital vägledare en funktion för att möjliggöra seniorers användande av digital teknik men kan i det möte som uppstår fånga in sociala eller hälsomässiga aspekter och vägleda individen till exempelvis en biståndshandläggare eller en samtalsgrupp.

Informella kommunikationskanaler fungerar också som slussar, där information ofta sprids muntligt mellan individer och inom nätverk. Dessa kanaler kan vara svåra att upptäcka och upprätthålla men fyller ett lika viktigt syfte. Därigenom blir det viktigt att information om ekosystemet och dess olika möjligheter till stöttning sprids brett.

Personer med kunskap om och ingång till olika grupper i samhället blir extra viktiga slussar. Dessa kan finnas hos alla typer av aktörer och vara både personer med formaliserade uppdrag och individer med stora, informella kontaktytor. Dessa behöver identifieras och ges utrymme att bidra till ekosystemet.

2.2.4 Möjliggörare

Möjliggörare omfattar det som behöver finnas för att aktörer ska kunna stötta individen och för att slussarna ska fungera. Möjliggörare omfattar även det som behöver finnas för att koppla samman ekosystemets komponenter och för att upprätthålla ekosystemet över tid. Behovet av möjliggörare varierar över tid.

Möjliggörare kan vara personer, funktioner, styrdokument, ekonomiska bidrag, lokaler och forum. Exempelvis möjliggör ekonomiska bidrag från kommun och näringsliv för civilsamhället att genomföra insatser för åldersvänlighet och grannen som erbjuder skjuts möjliggör för senioren att delta i aktiviteter.

Samverkansforum och roller som för samman olika aktörer med varandra är viktiga möjliggörare för att aktörerna ska kunna dela kunskap och erfarenheter och därigenom stärka ekosystemets möjligheter att stötta seniorer. Det kan handla om samverkan mellan föreningar eller mellan företag men också tvärfunktionella samverkansformer där det offentliga, civilsamhälle, näringsliv och privata sfären får möjlighet att mötas i olika konstellationer.

3 Beskrivning av Ekosystemet vid överlämning av resultat

3.1 Aktörernas roll i ekosystemet 2026

En bred dialog med civilsamhällesaktörerna i Vingåkersbygden har skett inom arbetet med att etablera ett ekosystem för åldersvänlighet. Civilsamhällesaktörerna är i stor utsträckning medvetna om den demografiska utmaningen och om sin möjlighet att bidra till ekosystemet genom att erbjuda aktiviteter, mötesplatser och möjlighet till engagemang. Ett flertal civilsamhällesaktörer har också visat intresse för att fördjupa sig i frågan och samarbeten finns mellan föreningar och kommunen.

Det finns god kunskap om seniorer som målgrupp hos flera civilsamhällesaktörer med pensionärsföreningarna i spetsen. Det finns också föreningar som har verksamhet riktad till olika grupper i samhället som kan vara svårare att nå ut till för ekosystemets aktörer i stort. Exempelvis har eritreanska föreningen och Röda Korset har verksamhet riktade till olika grupper av invandrare, kvinnojouren Miranda stöttar våldsutsatta kvinnor och civilsamhällesinitiativet Mathjälpen ger konkret stöd till socioekonomiskt utsatta genom utdelning av matkassar.

Kommunens föreningsregister som publiceras på kommunens webbplats ger en översikt över civilsamhällesaktörerna i Vingåkersbygden.

Samlad dialog och informationsinsatser riktade till näringslivsaktörerna i Vingåkersbygden om åldersvänlighet har inte skett även om enskilda näringslivsaktörer involverats i vissa aktiviteter såsom sponsring i samband med seniordag och medverkan på väntjänstens träffar. Utifrån det kan antas att näringslivsaktörerna har liten medvetenhet om sin roll i ekosystemet.

De lokala näringslivsaktörerna bidrar ändå till ekosystemet genom att erbjuda aktiviteter, upprätthålla mötesplatser, tillhandahålla produkter och tjänster för seniorer. En samlad bild av näringslivet i Vingåkersbygden finns i näringslivsregistret på kommunens hemsida.

Leverantörer av välfärdsteknik har haft en aktiv roll i ekosystemet, bidrar till seniorers självständighet och bidrar också med kunskap om lösningar utifrån sina kontakter på marknaden.

De offentliga aktörerna har en aktiv roll i ekosystemet genom sina uppdrag att stötta seniorer men medvetenheten om ekosystemets struktur och verkan varierar. Kommunen har genom att ha initierat ett arbete för att hantera den demografiska

utmaningen tagit en ledande roll i ekosystemet. Vårdcentralen Doktor.se har varit en samarbetspart i arbetet och dialog har skett med fixartjänsten inom Västra Sörmlands räddningstjänst. Föga dialog har skett med folktandvården.

3.2 Vad erbjuder aktörer inom olika områden i Vingåkersbygden?

Nedanstående avsnitt om stöd som erbjuds ska ses som exempel och inte uttömmande beskrivningar av utbudet. All verksamhet inom ekosystemet är inte känd och det förekommer initiativ av privatpersoner som promenadgrupper vilka inte alltid annonseras ut.

3.2.1 Aktiviteter och mötesplatser

Aktiviteter och mötesplatser skapar förutsättningar för seniorers välmående genom att bidra till rörelse, stimulans och social samvaro.

I Vingåkersbygden finns ett utbud av aktiviteter och mötesplatser som riktar sig till seniorer, alternativt passar seniorer.

- Mötesplatser som syftar till social samvaro finns i form av exempelvis väntjänstens möten, anhörigcentrums träffar och träffpunkter som ordnas av kyrkorna på olika platser i bygden. Fik, restauranger och affärer som ger förutsättningar för informella, sociala möten finns.
- Aktiviteter för fysisk rörelse finns, till exempel vattengymnastik, promenadgrupper och bollsport. Platser som ger förutsättningar för rörelse finns i form av exempelvis badhus, friluftsområdet Båsenberga, Hälsans stig, utegym och privata aktörers gym och padelhallar.
- Aktiviteter som inspirerar till kreativitet är exempelvis målarcafé och hantverksgrupper.
- Aktiviteter som är kunskapshöjande eller på något sätt stimulerar hjärnan är bland annat olika typer av kortspel, släktforskning, studiecirklar, livscaféerna Passion för livet och föreläsningar vid bland annat biblioteket och slottet.
- Olika typer av underhållning och arrangemang som också skapar arenor för möten finns, såsom söndagscaféer vid Humlegården, bygdedagar, körer och evenemang vid Folkets park.
- Det åldersvänliga nav som håller på att byggas upp vid Sävstagården erbjuder en mötesplats och en arena för alla ovanstående typer av aktiviteter.

- Aktivitetsutbudet är störst i tätorten men aktiviteter och mötesplatser finns över hela Vingåkersbygden. I alla bygder, inklusive Vingåker, finns olika samlingsplatser där det sker evenemang, möten och aktiviteter. Exempel är folkets hus i Högsjö, café med föreläsningar genom Kaffe med kunskap i Läppe och i Österåker anordnas frekvent aktiviteter i bygdens skola och kyrka.
- För den som har svårt att lämna hemmet blir deltagande i aktiviteter och mötesplatser begränsat men vissa möjligheter finns genom samtalsgrupper i den sociala plattformen Bubblan. Genom tjänsten boken kommer kan senioren få böcker levererade till hemmet.

Att delta i vissa av ovanstående aktiviteter och evenemang kräver medlemskap i en förening och/eller kostar pengar vilket kan verka exkluderande. Det finns dock aktiviteter och mötesplatser som är öppna för alla och som är gratis.

Glapp och utvecklingsbehov

Även om det finns ett utbud av aktiviteter och mötesplatser kan nedanstående noteras

- Studieförbundens anslag har minskat och deras närvaro i Vingåkersbygden har minskat under det senaste året. Till följd av det finns få studiecirklar på plats i Vingåker. Ett rikt utbud finns för onlinekurser men dessa kräver digital kompetens och ger inte samma möjlighet för relationsbyggande och möten mellan människor lokalt.
- För den som inte har tillgång till bil blir utbudet begränsat till vad som finns nära bostaden, alternativt begränsat till aktiviteter och mötesplatser som sker på tider som passar kollektivtrafiken.
- Kunskapen om aktiviteter och mötesplatser riktade till specifika grupper av seniorer i samhället är begränsad, liksom dessa gruppers behov. Framförallt gäller det olika kulturella, och religiösa grupper samt socioekonomiskt svaga grupper.

3.2.2 Möjlighet till engagemang och sysselsättning

Att på olika sätt ha möjlighet att engagera sig, ingå i ett sammanhang och vara behövd bidrar till seniorers hälsa och välmående. Nedanstående är exempel på möjligheter för seniorer att engagera sig.

- Civilsamhället erbjuder goda möjligheter till volontärt engagemang och föreningslivet i Vingåker bärs till stora delar upp av seniorer som bidrar med sin tid, kunskap och kraft. Kyrkornas verksamheter är i flera fall beroende av volontärer, såsom vid Ekbackskyrkans sopplunch och Svenska kyrkans besöksgrupp. Folkets park erbjuder ett brett utbud av praktiska göromål för volontärer i sin verksamhet. Kvinnojouren Miranda välkomnar volontärer i olika åldrar. Röda Korsets volontärer bidrar till att skapa möten mellan olika grupper av människor och verksamheten tar fasta på olika språkkunskaper. Second hand-affären sysselsätter många volontärer både under och mellan butikens öppettider.
- Kommunen engagerar volontärer vid väntjänstens mötesplats och skapar generationsöverbryggande möten i skolan där seniorer läser för barn. En volontärverksamhet inriktad på att minska ofrivillig ensamhet hos seniorer välkomnar volontärer i alla åldrar.
- Genom det kommunala pensionärsrådet ges möjlighet för seniorer att engagera sig och inkomma med synpunkter om det kommunala arbetet.
- Som arbetsgivare kan både kommunen och bygdens näringsliv sysselsätta pensionärer som i olika utsträckning vill arbeta efter pensionsålder. Näringslivet rymmer också företagare som är seniorer.

Glapp och utvecklingsbehov

- Det är osäkert hur stor medvetenheten om seniorer som resurs är hos näringslivet och de offentliga aktörerna då dialogen med dem varit begränsad inom arbetet med ekosystemet på det området.
- Kommunen sysselsätter seniorer i arbete men det strukturella arbetet rörande att engagera personer efter uppnådd pensionsålder behöver fördjupas och arbetssätt som möjliggör för seniorer att vara kvar längre i arbetslivet behöver utvecklas.
- De som på olika sätt är engagerade är i större utsträckning friska, yngre, välbeställda seniorer som är födda i Sverige. En dialog om strukturer, normer och föreställningar kring ideellt arbete samt hur seniorer från en bredare skara i samhället kan inkluderas behövs.

3.2.3 Stöttning i digital teknik

Förmågan att använda digital teknik varierar stort hos Vingåkers seniorer där en betydande andel inte kan använda internet på egen hand. Förmågan att följa med i teknikutveckling avtar också med åldern. För att undvika att seniorer hamnar i ett digitalt utanförskap behövs stöttning i olika former. Det sker främst i de

mellanmännsliga mötena i den privata sfären mellan nära anhöriga, vänner, bekanta och grannar. Vissa mer organiserade former av stöd finns också.

- Kommunens digitala vägledare erbjuder stöttning vid drop-in på olika platser i Vingåkers tätort, kan göra hembesök och utformar stödinsatser utifrån behov.
- Pensionärsföreningarna har arbetat organiserat för att öka seniorers kunskaper och trygghet med digital teknik. De har kunskap om målgruppens behov och kan anordna aktiviteter på temat.

Glapp och utvecklingsbehov

- Inga kurser eller studiecirklar på området finns för tillfället i Vingåker.
- Privata aktörer som tillhandahåller produkter och tjänster som kräver digital hantering, såsom banker och tågbolag har begränsad support på plats i Vingåker och/eller tar betalt för support vilket försvårar för seniorer med begränsade digitala kunskaper och ökar stödbehovet från anhöriga och den digitala vägledaren.
- En ökad dialog mellan aktörer i Vingåkersbygden och olika grupper av seniorer vid utformande av e-tjänster och informationsspridning i digitala kanaler kan öka användarvänligheten och göra att fler seniorer hittar fram till informationen.

3.2.4 Motverkande av ofrivillig ensamhet?

Seniorer är en av de grupper som upplever mer ofrivillig ensamhet än genomsnittet. De aktiviteter, mötesplatser och möjligheter till engagemang som nämnts ovan erbjuder på olika sätt social samvaro. Nedanstående stöd är specifikt inriktat på att minska ofrivillig ensamhet.

- Trossamfunden har verksamhet och kunskap på området, till exempel står Svenska kyrkan för diakoniverksamhet, besöksgrupp och livsberättargrupper.
- Bubblan ger möjlighet att delta i samtalsgrupper från hemmet och erbjuder ett tryggt, mindre socialt sammanhang.
- Genom kommunens volontärverksamhet får seniorer stöttning och samvaro vid enskilda möten med volontären, vilka utformas utifrån seniorens behov.
- Ett viktigt led i arbetet mot ofrivillig ensamhet är att kunna upptäcka ensamhet och nå de med behov. Utbildningsmaterial riktat till socialförvaltningens medarbetare har tagits fram. Statsbidrag för att

motverka ofrivillig ensamhet har möjliggjort för kommunen att under en period erbjuda hälsofrämjande samtal till alla seniorer över en viss ålder vilket ger en ingång för att hitta de ensamma och härleda till rätt insats.

Glapp och utvecklingsbehov

- En bredare ansats för att öka kunskapen om och skapa dialog om ofrivillig ensamhet hos ekosystemets aktörer behövs, vilket också kan bidra till att motverka normer och stigma som kan vara ett hinder för att ta sig ur ofrivillig ensamhet.
- Behovet av uppsökande, hälsofrämjande samtal för att upptäcka ofrivillig ensamhet är kontinuerligt.

3.2.5 Stöd för tidig kognitiv svikt

Personer med tidig kognitiv svikt har särskilda behov som inte alltid tillgodoses vid öppna aktiviteter och mötesplatser och ett särskilt stöd behövs. Det finns visst stöd på området.

- En kurs har tagits fram inom kommunen inom projektet Ekosystem för åldersvänlig bygd, med syfte att ge strategier för vardagshantering, skapa trygghet och ge möjlighet till social samvaro.
- Dagverksamhet för personer med demenssjukdom finns inom kommunen.

Glapp och utvecklingsbehov

- Det är oklart hur ovanstående kurs kommer förvaltas vidare.
- Dagverksamheten är idag en biståndsbedömd insats som ofta aktualiseras först när behoven är omfattande. Verksamheten kan utvecklas för att även erbjuda öppna träffar utan biståndsbeslut och arbeta enligt strukturer som femfingermodellen för att främja social samvaro, aktivitet och trygghet.
- Rutiner för att fånga upp personer med kognitiv svikt i ett tidigt skede och erbjuda stöd innan behovet av biståndsbedömda insatser uppstår kan utvecklas. Detta kan handla om samverkan mellan kommun och vårdcentralen eller att tidigt introducera lösningar som hjälper personen i vardagen och förlänger självständigheten.
- Genom att öka medvetenheten om behov hos personer med tidig kognitiv svikt hos ekosystemets aktörer kan fler aktiviteter och mötesplatser anpassas till gruppens behov. Exempelvis kan samtalsgrupper utvecklas i Bubblan och träffpunkter såsom Sävstagården kan erbjuda aktiviteter som

fungerar för dessa personer, med mindre grupper, tydlig struktur och stödpersoner.

3.2.6 Stöd för att förebygga fall

Att förebygga fall handlar om att stärka kroppen i förebyggande syfte, att undvika situationer som kan utlösa fall och att hantera fallet i det ögonblick det sker. Att sprida kunskap därom är en viktig del i arbetet. Fysisk aktivitet i olika former verkar förebyggande men det finns även stöd som är specifikt inriktat på att förebygga fall.

- En fallpreventiv kurs anordnas av civilsamhället genom föreningen Samverkarna i samarbete med folkets hus i Högsjö, vilken fångar in ovan beskrivna fallförebyggande moment inklusive att träna på att falla säkert.
- Vingåkers kommun har ett samarbete med räddningstjänsten i Katrineholm kring en fixartjänst som i fallpreventivt syfte erbjuder gratis hjälp till seniorer i Vingåker med moment i hemmet som innebär risk för fallolyckor, såsom uppsättning av gardiner och lampor.
- Kommunens seniorportal och tillhörande seniorguide i analogt format innehåller information om hur fall på olika sätt kan förebyggas, till exempel genom att fallsäkra hemmet.

Glapp och utvecklingsbehov

- Insatser för fallprevention kan utvecklas, exempelvis i form av föreläsningar vid träffpunkt Sävstagården, genom att sprida information via uppsökande hälsofrämjande samtal och genom träningsvideor i Bubblan.
- Individuellt anpassat stöd efter första fallet är viktigt för att minska otrygghet, förebygga isolering och försämrad hälsa.

3.2.7 Stöd för seniora anhöriga som vårdar närstående

Många seniorer vårdar närstående. Framförallt är det vanligt bland seniorer att ge vård till sin partner i hemmet vilket på flera sätt kan vara betungande och riskerar att leda till ofrivillig ensamhet genom att möjligheten till socialt umgänge krymper. Seniora anhöriga behöver därför stöd i olika former.

- Kommunen erbjuder samtalsstöd till anhöriga, individuellt såväl som i grupp, genom anhörigsamordnaren.

- Kommunen erbjuder stöd som avlastar anhöriga i form av avlösning i hemmet, växelvård och dagverksamhet.
- Olika former av stöd som beskrivits ovan kan potentiellt avlasta anhöriga eller ge utrymme för att samtala om sin situation. Exempelvis kan en volontär underlätta den anhörigas situation, Bubblan ger möjlighet att vara med i samtalsgrupper från hemmet. Stöd i hemmet som beskrivs nedan, såsom välfärdsteknik kan med rätt användarstöd underlätta för de anhöriga.

Glapp och utvecklingsbehov

- Det finns behov av att utveckla former för avlösning som är enklare att ta del av och inte kräver omfattande biståndsprocesser, exempelvis öppna träffar eller kortare avlösningsspass.

3.2.8 Stöd i hemmet för att förlänga självständigheten

Ett individuellt utformat stöd i hemmet är avgörande för att seniorer ska kunna bo kvar och känna trygghet när hälsa och förmåga börjar svikta.

- Hemtjänsten ger stöd i vardagen med personlig omvårdnad, trygghetsskapande insatser och vissa hushållssysslor. En del av stödet ges via digitala lösningar och välfärdsteknik. Exempel på välfärdsteknik är läkemedelsautomater, digitala inköp, tillsyn via sensorkamera och mobila trygghetslarm.
- Hemsjukvård erbjuds den som inte kan ta sig till regionens vårdcentraler eller sjukhus. Utifrån behov ges hjälp av kommunens sjuksköterska, arbetsterapeut eller sjukgymnast som bedömer och planerar insatserna tillsammans med individen. Hjälp med olika medicinska eller rehabiliterande insatser förskrivs utifrån behov.
- Hjälpmedel såsom rollatorer, duschstolar och förhöjningsdynor underlättar vardagen för seniorer med nedsatt förmåga och förskrivs av arbetsterapeut.
- Bostadsanpassning kan skapa en trygg och tillgänglig hemmiljö och möjliggöra kvarboende.
- Fixartjänsten erbjuder enklare service i hemmet som inte utförs av hemtjänsten, till exempel att byta glödlampor eller bära fram trädgårdsmöbler.

Glapp och utvecklingsbehov

- Tillgången till välfärdsteknik är god men kännedomen och kunskapen behöver öka och tekniken behöver introduceras i ett tidigare skede för att bidra till förlängd självständighet.
- Det saknas stöd för sysslor som sopsortering, trädgårdsskötsel, snöskottning och hämtning av paket. Behoven av det är särskilt stora i en landsbygdskommun där många bor i villor med trädgård.
- Det finns behov av att stärka både individens och samhällets förmåga att planera för boendet vid åldrandet. Seniorer behöver uppmuntras att i god tid reflektera över sin boendesituation, ställa sig i bostadskö och överväga flytt innan behovet blir akut. Samhället har ansvar att skapa förutsättningar för kvarboende för de seniorer som önskar bo kvar, erbjuda stöd vid flytt och ett utbud av tillgängliga bostäder på platser där seniorer önskar bo.

3.3 Slussar /Hur hittar individen dit? Hur fungerar slussarna?

Slussar behövs för att seniorer och deras anhöriga ska få information om det stöd som aktörerna erbjuder och som beskrivits ovan. Då seniorer inhämtar information på olika sätt, i analoga som digitala kanaler, behövs breda informations- och kommunikationsinsatser för att nå ut. För aktörerna är det viktigt att vara medvetna om vilka slussar som står till buds.

3.3.1 Kanaler för att nå ut med skriftlig information

- Civilsamhällesaktörerna upprätthåller egna kanaler i form av webbsidor, sociala medier och olika typer av medlemsutskick och kan även sprida information om andra aktörers verksamheter. Här är framförallt pensionärsföreningarnas kanaler relevanta för att nå ut till seniorer. Österåkers sockenråd ger ut ett nyhetsbrev med jämna mellanrum till bygdens invånare.
- Kommunens webbplats med seniorportalen är en plats för att samla information om åldersvänlighet och stöd för seniorer. Här synliggörs information om vad kommunen, civilsamhället och andra offentliga aktörer erbjuder.
- Anslag kan göras på kommunens digitala skärmar som finns på offentliga platser i Vingåkers centralort eller på analoga anslagstavlor på olika platser i bygden.

- Kommunens evenemangskalender innehåller evenemang som är öppna för alla och sker i Vingåkersbygden, där kan arrangörer själva kan skicka in evenemangstips.
- Ett koncept för ett aktivitetsblad i form av en folder är framtaget med syfte att ges ut säsongsvis för att tillgängliggöra ett urval av seniorvänliga aktiviteter och mötesplatser.
- Seniorguide är en folder med tips om hälsosamt åldrande och information om stödinsatser och är en analog version av den information som finns på seniorportalen.
- Direktutskick i form av vykortskick är ett sätt för kommunen att nå invånarna och kan riktas till exempelvis hushåll med seniorer.
- För annonsering i pappersmedia kan Vingåkersbladet, Katrineholmskuriren, och Sörmlandsbygden vara aktuellt.

3.3.2 Forum för att informera och kommunicera

- Att medverka vid forum och mötesplatser som samlar många seniorer är verkningsfullt för att ha dialog med målgruppen och sprida information. Exempel är pensionärsföreningarnas medlemsmöten, Ekbackskyrkans soppluncher, Kaffe med kunskap i Läppe, väntjänstens träffar och Humlegårdens söndagscaféer. Evenemang som lockar många seniorer är exempelvis seniordagen, byggedagar och aktiviteter vid Folkets hus i Högsjö.
- Offentliga och kommersiella platser som kan användas för att sprida information och ha dialog med seniorer är exempelvis ICA (framförallt i samband med att butiken har pensionärsrabatt), COOP, COOP Högsjö, fiket Sultans, second hand affären under lördagar, vårdcentralen, apoteket och folktandvården.
- Platser för informationsutdelning och dialog inom kommunens organisation är exempelvis biblioteket, slottet, badhuset, kommunhuset, ViVA/Åbrogården och Humlegården.
- Föreningsträffar, lokala utvecklingsforum och näringslivsträffar är i första hand forum för samverkan mellan olika aktörer men är även kanaler för att slussa information, medvetandegöra varandra och ha dialog kring hur man når ut med information inom ekosystemet.
- De mobila byakontor som kommer testas i olika delar av bygden under våren 2026, där olika professioner från kommunen förväntas delta, skapar goda möjligheter för dialog med invånarna.

3.3.3 Personer som slussar

Slussar i form av personliga kontakter kan omfatta personer som har en formaliserad roll i vilken de möter seniorer liksom individer i samhället med stor kontaktyta och ingångar till olika grupper och sammanhang.

- Funktioner som har som primärt syfte att vara en sluss och leda senioren rätt är exempelvis utförare av hälsofrämjande samtal, biståndshandläggare, första kontakten på vårdcentral, hälso- och sjukvården eller folktandvården.
- Funktioner som arbetar för att samordna eller vara kontaktyta mot olika nätverk kan sprida informationen vidare, såsom föreningskoordinator, näringslivssamordnare, turistkoordinator och landsbygdsutvecklare.
- Personal inom vård och omsorgen, hälso- och sjukvården och tandvården har en central roll för att ge stöd till seniorer och med det följer också en central roll för att uppmärksamma behov och slussa vidare till andra typer av stöd. Hemtjänstens personal som dagligen ger stöd till seniorer får en mycket tydlig inblick i seniorers behov.
- De som i sin roll möter målgruppen kan slussa information även till annat typ av stöd. Till exempel digital vägledare, anhörigsamordnare, volontärsamordnare, bibliotekspersonal, samordnare för åldersvänlig bygd, personal vid träffpunkt Sävsta, kökspersonal på Humlegården, färdtjänstchaufförer, kursledare, personer med utåtriktade roller i föreningslivet, diakoner och värddar på mötesplatser.
- Personer som kommer in i seniorens hem får en särskild inblick i dennes livssituation, till exempel fastighetsskötare, fixartjänst och personer som regelbundet levererar produkter och tjänster i hemmet.

3.3.4 Utvecklingsbehov rörande slussar

För att stärka strukturen för slussningen inom ekosystemet och säkerställa att seniorer hittar till rätt stöd behövs ett mer systematiskt arbete med slussning genom att skapa medvetenhet om ekosystemets slussar, etablera rutiner för slussning och skapa forum där slussar kan mötas. Nedanstående utvecklingsinsatser föreslås.

- Etablera förvaltningsövergripande samarbeten inom kommunen där centrala slussfunktioner kan mötas.
- Idag nyttjas en del av civilsamhällets slussar men slussandet sker sporadiskt och spontant. Kommunen behöver ha en fördjupad dialog med civilsamhällesaktörerna för att hitta rutiner för att slussa ut information till

olika grupper av seniorer på ett sätt som fungerar för båda parter. En rutin för distribuering av informationsmaterial i byarna behöver tas fram i samarbete med utvecklingsgrupperna.

- Samverkan med vårdcentralen kan stärkas angående slussning. Mer dialog behövs med Folk tandvården som är en sluss med stor potential.
- Vid livsomvälvande händelser blir behov av stöd extra viktigt, till exempel i samband med en nära anhörigs bortgång, vid olycksfall eller sjukdom som leder till plötsliga förändringar i förmåga. Att få ett körkort indraget kan förändra livet markant. Rutiner för att fånga upp människor i samband med dessa händelser behöver utvecklas, ett exempel är dialog med begravningsentreprenörer om deras roll för att slussa efterlevande till stöd mot ofrivillig ensamhet.
- Rutiner och ansvarsfördelning för att nå ut med skriftlig information behöver förtydligas/tas fram. En översikt över anslagstavlor där det framgår vem som ansvarar för dem saknas, liksom en rutin för att rensa anslagstavlor. Rutiner för anslag på de digitala skärmarna behöver förtydligas. En dialog om evenemangskalendern behövs med potentiella arrangörer liksom insatser för att öka medvetenheten om den, både hos allmänheten och hos arrangörer.
- Ett utvecklat föreningsregister där kontaktuppgifter och kanaler till respektive förening synliggörs underlättar kommunikation föreningar emellan och leder seniorer fram till olika föreningars aktiviteter.
- Kontakterna med det lokala näringslivet i frågor om åldersvänlighet har varit begränsad varav kunskap om vilka slussar som står till buds är liten. Här kan framförallt undersökas
 - Apoteket som sluss för kommunens stödinsatser
 - Skapa medvetenhet om fallpreventivt arbete hos lokala butiker som säljer produkter som kräver montering, vilka kan hjälpa till att sprida information om fixartjänsten.
 - Aktörer som står för fysiska aktiviteter såsom gym och paddelhallar kan vara slussar för att få ut information om seniorers hälsa.
 - Medvetandegöra aktörer som möter många seniorer i sin verksamhet om stöd som finns att slussa till. Till exempel hårfrisörer, fotvårdare, fastighetsskötare.
 - En rutin för att distribuera information; vilka näringslivsaktörer har anslagstavlor och andra utrymmen för att dela ut information, vilka vill samverka och på olika sätt upplåta plats för information om åldersvänlighet.
- Överlag behöver slussning inom ekosystemet utvecklas för att hitta ingångar till de grupper av seniorer som varit svårare att nå; de som inte är föreningsaktiva, har utländsk bakgrund, har funktionsvariationer, som inte

har hemtjänst, socioekonomiska svaga samt seniorer med annan trosuppfattning än kristendom.

3.4 Möjliggörare för ekosystemets upprätthållande och utveckling

Ett ekosystem för åldersvänlig bygd är beroende av ett stort antal möjliggörare i olika former som direkt eller indirekt bidrar till att det finns stöd för seniorer med olika behov, att rätt stöd kommer seniorer till del samt att ekosystemet upprätthålls.

Nedan listas möjliggörare som är centrala för ekosystemets upprätthållande.

- Styrdokument som ger mandat och riktning för arbetet finns genom beslutad strategi för åldersvänlig bygd. Handlingsplaner för åldersvänlighet verkar aktiverande för utveckling av ekosystemet. Den anhörigplan som tagits fram anger kommunens ansvar och insatser och är en möjliggörare för ekosystemets anhörigstöd. Ramverket sätter in ekosystemet i en struktur och skapar förståelse för hur olika komponenter samverkar i det.
- En strukturerad samordning av ekosystemet för åldersvänlig bygd med ett utpekad ansvar är en förutsättning för dess upprätthållande och utveckling. Tillsättning av en samordnare för åldersvänlig bygd säkerställer detta.
- Utöver ett övergripande, samordnande ansvar behöver ett antal nyckelroller finnas för att olika delar av ekosystemet ska fungera; roll(er) med utpekad ansvar gentemot föreningslivet och bygdens utvecklingsgrupper, volontärsamordnare, näringslivssamordnare, digital vägledare, anhörigsamordnare och välfärdstekniker. Dessa nyckelroller behöver också forum för att mötas, en form av ekosystemråd behöver tillsättas.
- Digital infrastruktur utbyggd i hela Vingåkersbygden möjliggör att digital teknik och digitala lösningar kan nyttjas av bygdens invånare på ett likvärdigt sätt. Framtagen plan för digital infrastruktur ger stöd i arbetet.
- Olika typer av stöd till civilsamhället skapar förutsättningar för deras engagemang i ekosystemet och utveckling av åldersvänlig verksamhet. Möjliggörare som finns är exempelvis de olika föreningsbidrag som kommunen står för, såsom driftbidrag, evenemangsbidrag och bygdepeng. Sparbanksstiftelsen, RF-SISU och Leader Sörmland är exempel på andra möjliggörande aktörer som på olika sätt stöttar föreningar, finansiellt såväl som med kunskap och tillgång till nätverk för samverkan.

4 Framåtblick

En grund till ett ekosystem för åldersvänlighet finns i Vingåkersbygden. Under arbetet med projektet ekosystem för åldersvänlig bygd har nulägesanalyser gjorts av hur olika aktörer i bygden bidrar till seniorers behov och lösningar har tagits fram för att fylla några av de glapp och utvecklingsbehov som funnits. Olika vägar för dialog och information har identifierats, provats och synliggjorts och bredvid dessa har nya kanaler utarbetats för att nå fram till seniorer i större utsträckning. De lösningar som funnits eller som tagits fram under projektet har varit beroende av en rad förutsättningar för att fungera och möjliggörare har behövts utvecklas eller tas fram. Sammantaget samverkar dessa aktörer, slussar och möjliggörare för seniorernas hälsosamma och självständiga åldrande och bildar ett ekosystem för åldersvänlighet i Vingåkersbygden.

Nulägesbeskrivningen av ekosystemet som gjorts i del 3 gör inte anspråk på att vara komplett. De olika aktörernas verkan i ekosystemet är mångfacetterad och inte möjlig att vare sig identifiera eller beskriva i sin helhet. Projektet för åldersvänlig bygd har av olika skäl inte haft möjlighet att nå ut till alla aktörer och med vissa aktörer behöver dialogen fördjupas.

Ett ekosystem är komplext, under ständig förändring och kommer aldrig vara färdigt eller heltäckande. Ett antal utvecklingsbehov har identifierats i del 3 vad gäller behov av stöd, utveckling av slussar och möjliggörare. Nya behov kommer också uppkomma och identifieras över tid.

Centrala utvecklingsbehov som det bör läggas särskild vikt vid av ekosystemets förvaltare har identifierats.

- En tydligare bild av hur ekosystemets lösningar svarar mot olika gruppers behov behöver tas fram med utgångspunkt i att ekosystemet ska vara jämlikt och jämställt. Riktat arbete behövs för att ekosystemet ska omfatta och stötta de grupper som hittills varit svåra att nå, såsom seniorer med utländsk bakgrund, seniorer med funktionsvariationer, yngre seniorer, seniorer som inte är föreningsaktiva och seniorer utanför hemtjänsten.
- Samverkan och dialog mellan aktörerna på området åldersvänlighet behöver fortgå för att ekosystemet ska bli verkningsfullt. Samverkan behöver fördjupas, framförallt mellan de offentliga aktörerna för att stärka stödet för seniorer och säkerställa att de inte faller utanför ekosystemet.
- En dialog med det lokala näringslivets aktörer behöver initieras för att utröna näringslivets roll och potential i ekosystemet, skapa medvetenhet om den demografiska utmaningen och undersöka samverkansmöjligheter.

- För att bättre nå ut behöver arbetet med slussar fortgå. Behovet är inte i första hand att skapa fler kommunikationsvägar utan att ta fram rutiner för de som finns. Den informationsspridning som sker i den personliga sfären och i informella nätverk är svår att kartlägga eller skapa rutiner för men medvetenhet om vikten av den behöver finnas i arbetet med slussar.
- Kommunen har tagit en ledande roll i arbetet med ekosystemet. För att arbetet med att upprätthålla och utveckla ekosystemet ska fortgå efter projektets avslut behöver ett utpekat samordningsansvar finnas. Kommunen behöver lägga särskild vikt vid att utpeka roller eller funktioner med övergripande samordningsansvar och nyckelroller för samverkan med olika aktörer och grupper i samhället.

5 Bilaga - Personas

Nedanstående personas exemplifierar hur tre olika, fiktiva individer får stöd i ekosystemet

Ingrid, 72 år –Ingrid är pensionerad lärare som bor i utkanten av Vingåker. Hon är aktiv i en lokal bokcirkel, går på vattengymnastik i badhuset och deltar i föreläsningar på biblioteket. Hon använder seniorportalen för att hitta aktiviteter och får stöd av digital vägledare för att boka evenemang och kommunicera med föreningar. Hon känner sig självständig och delaktig i samhället.

Gunborg, 78 år –Gunborg har nyligen börjat uppleva kognitiv svikt och har svårt att planera sin vardag. Hon deltar i en kurs för tidig kognitiv svikt. En digital vägledare hjälper henne att använda Bubblan för sociala samtal och digital träning. Kommunens välfärdstekniker har gett henne ett mobilt trygghetslarm och installerat läkemedelsautomat i hemmet. Hon har även sensorkameror ifall hon skulle ramla på natten. Genom dessa insatser kan Gunborg bo kvar hemma och fortsätta delta i föreningsaktiviteter.

Lennart, 85 år –Lennart bor ensam i ett hus på landsbygden och har svårt att ta sig ut ur huset. Han har begränsad fysisk förmåga och upplever ofrivillig ensamhet. Genom uppsökande hälsofrämjande samtal har han fått kunskap om stöd på området och får regelbundet besök av en volontär. Han deltar i sociala samtal via Bubblan och får stöd från hemtjänsten. Fixartjänsten hjälper honom att anpassa hemmet för att minska fallrisk. Dessa insatser stärker hans trygghet och sociala kontakt, trots begränsningar.