



Sveriges lantbruksuniversitet
Swedish University of Agricultural Sciences

Institutionen för stad och land
Avdelningen för landsbygdsutveckling

2025-10-24

Åldrande på landsbygd

Kunskapsrapport för ett stärkt ekosystem för en åldersvänlig bygd

Clara Gustafsson
Avdelningen för landsbygdsutveckling, institutionen för stad och land, SLU
Uppsala

Postadress: Box 7012, 750 07 Uppsala
Besöksadress: Ulls väg 27

Tel: 073-800 6134
Org nr: 202100-2817
www.slu.se

Utmaningar till följd av förändringar i demografin

Demografin förändras nationellt och för många kommuner innebär det en högre andel äldre, medan andelen personer i arbetsför ålder inte ökar i samma takt (SKR 2024). Genom projektet *Ekosystem för en åldersvänlig bygd* har ett arbete pågått i Vingåkers kommun för att möta de utmaningar dessa förändringar för med sig. Kommunen har under 2022 genomfört prognoser som visar att antalet invånare som är 85 år eller äldre kommer att öka med 78% fram till år 2037 i kommunen, samtidigt som andelen invånare i arbetsför ålder minskar. Projektet syftar till att hantera de utmaningar som den förändrade demografin väntas föra med sig för kommunen och hitta nya arbetssätt i hur man bedriver välfärd och äldreomsorg. De framtagna prognoserna pekar på att om kommunens äldreomsorg fortsätter att bedrivas på samma sätt som 2022 kommer verksamheten att behöva en utökad budget med 80% år 2037 för att fortsatt kunna ge stöd och service till de äldre invånarna. Äldreomsorgen kommer att behöva rekrytera 500 nya medarbetare, inräknat personalomsättning och pensionsavgångar. Detta anser kommunen vara en stor utmaning då det redan i dag är svårt att rekrytera medarbetare med rätt kompetens. SKR pekar ut 50 kommuner, varav Vingåker är en, som har extra stora utmaningar att möta den demografiska utvecklingen eftersom kommunerna har en hög andel invånare som är 65+ i kombination med en låg socioekonomi.

Projektet Ekosystem för en åldersvänlig bygd

Projektet *Ekosystem för en åldersvänlig bygd* är finansierat med stöd av Vinnovas program för Utmaningsdriven innovation och drivs av Vingåkers kommun, tillsammans med projektparterna Sensorapplikationer Skandinavien AB, Digital dimension Sverige AB, Sveriges lantbruksuniversitet och Studieförbundet Vuxenskolan. Vingåkers kommun har sedan 2019 drivit projektet i tre steg. I tidigare projektsteg bedömdes Socialförvaltningens äldreomsorg vara den kommunala gren som står inför störst utmaningar när demografin förändras. Utifrån hemtjänstverksamhetens, omsorgstagares och civilsamhällets behov och förutsättningar för ett hälsosamt åldrande och ett fördröjt behov av vård och omsorg beslöts att testa nya tekniska och organisatoriska lösningar. Det tredje och sista steget som genomförs syftar till att implementera dessa lösningar. Målet är 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” (Vingåkers kommun 2025). Projektets lösningshypotes är att med tidigare introduktion av stöd innan stora behov av vård och omsorg uppstår är det möjligt att förlänga hälsa och självständighet hos äldre. Lösningarna presenteras närmre i kapitlet Bakgrund.

Rapport för ett stärkt ekosystem för en åldersvänlig bygd

Syfte för rapporten

I den här rapporten undersöks åldrande på landsbygd i relation till de lösningar som projektet ämnar implementera. Rapporten avser inte peka på huruvida det här är rätt typ av lösningar eller inte för att möta de utmaningar som följer av en ökad

andel äldre och en minskad andel i arbetsför ålder. Den syftar istället till att lyfta blicken, stärka kunskaperna kring och ge perspektiv på lösningarna samt ge en kontext för att kunna implementera, vidareutveckla och sprida lösningarna som utvecklats i projektet Ekosystem för en åldersvänlig bygd på ett jämlikt och jämställt sätt.

Metod samt upplägg för rapporten

Sveriges lantbruksuniversitet (SLU) har varit med som part i projektet sedan steg ett, vilket genomfördes 2019. Under projekttiden har kunskap, material så som mötesanteckningar, observationer och intervjumaterial samlats in genom aktiviteter i projektet samt genom SLUs deltagande. Material som knyter an kring åldrande på landsbygd, förväntningar och farhågor på projektet, välfärdsteknik och hur hemtjänsten arbetar med jämställdhet har använts för arbetet med denna rapport.

Inför skrivandet av denna rapport så har också ett inledande forskarsamtal genomförts på temat. Samtalet inleddes med en presentation av projektet och sedan diskuterades projektarbetet av sex forskare och forskningsledare samt två yrkesverksamma som arbetar med vård och omsorgsutförande i en glesbygdskommun respektive ofrivillig ensamhet. En projektmedarbetare deltog även under samtalet. Centrala aspekter, perspektiv och fallgropar identifierades. Efter forskarsamtalet gavs tips på litteratur och sökningar har gjorts i Google scholar för att lyfta ett vetenskapligt perspektiv på erfarenheterna av och arbetet i projektet. Ett utkast av rapporten har sedan lästs och diskuterats i ett seminarium med samma deltagare som i det inledande samtalet. Utkastet har sedan reviderats efter den feedback som framkom.

En central datakälla för rapporten är den enkätundersökning som genomfördes 2022 av Kantar Public med syfte att undersöka hur äldre i Vingåkers kommun ser på åldrande och digitalisering. I referenslistan anges undersökningsledarna M. Ahlqvist och L. Brunnberg, medan den i texten refereras som *Kantarundersökningen* eller *Kantar 2022*. En överblick av män, 53%, har svarat på enkäten, medan andelen kvinnor är 47%. Könns- och åldersfördelningen motsvarar ett representativt urval av gruppen individer över 65 år. Av de som svarat i Kantar Publics undersökning har ”yngre äldre” och ”friskare personer” i högre grad deltagit än de allra äldsta, eller personer som är sjuka eller på annat sätt begränsade. Personer med dagliga insatser från kommunen är alltså underrepresenterade i Kantarundersökningen.

Rapporten inleder med ett kapitel om projektets lösningar och Vingåkers kommun som plats. Åldrande som social och kulturell process berörs i det efterföljande kapitlet. Sedan följer ett kapitel om de digitala och välfärdstekniska lösningarna som projektet utvecklat och implementerat och diskuterar sedan aspekter av dessa lösningar. Kapitlet därpå berör olika aspekter av åldrande på landsbygd, särskilt när det gäller civilsamhällets roll och anhörigstöd. Rapporten avslutas sedan med en diskussion för att bidra till att implementera, vidareutveckla och sprida lösningarna på ett jämlikt och jämställt sätt.

Alla lösningar som tagits fram, utvecklats och implementerats i projektet berörs inte i samma utsträckning i rapporten. Inom ramen för projektet tar SLU fram ytterligare en kunskapsrapport. Den går närmre in på frågor om hur kommun och

civilsamhälle kan arbeta kring välfärdsinnovationer. Kunskapsrapporterna kompletterar varandra för att stärka kunskaperna kring hur åldersvänlighet kan se ut i landsbygder.

Bakgrund

Beskrivning av projektets lösningar

Projektet arbetar för det första med lösningar som syftar till att skapa förutsättningar för ett hälsosamt åldrande. Genom stärkta sociala strukturer vill man bland annat tillgängliggöra aktiviteter och mötesplatser, inspirera och medvetandegöra om ett hälsosamt åldrande, minska ofrivillig ensamhet och öka det digitala innanförskapet. Exempel på lösningar som tagits fram är en webbplats med samlad information för seniorer, strukturer för samverkan med civilsamhället, en volontärverksamhet och arbete med digital vägledning.

För det andra har projektet utformat stödinsatser för en förlängd självständighet. Fyra prioriterade målgrupper har pekats ut för arbetet med detta; personer i riskgrupp för fall, personer med tidig kognitiv svikt, anhöriga och slutligen personer som har en risk att uppleva ofrivillig ensamhet. Insatser som utformats för målgrupperna är till exempel utbildning för tidig kognitiv svikt, sociala samtal i kommunikationsplattformen Bubblan och ett förslag till ny plan för kommunens anhörigstöd.

För det tredje har man genomfört insatser som syftar till att optimera utförandet av vård och omsorgen. Här har man framför allt börjat använda välfärdsteknik inom hemtjänstverksamheten. Det har genomförts en innovationsupphandling av en så kallad trygghetsplattform där olika tjänster från olika leverantörer kan samlas. Detta möjliggörs genom en flexibel plattform och en helhetsleverans där leverantören samarbetar med underleverantör som liknar ett ramavtal.

En rad olika välfärdstekniska lösningar har också införts så som mobila trygghetslarm, sensorkameror som upptäcker fall samt digitala inköp med mera. Projektets övergripande effektmål är att Vingåker är en åldersvänlig kommun 2031. För denna omställning har en strategi antagits i kommunfullmäktige, vilken är baserad på WHO:s ramverk och guide för åldersvänliga städer och samhällen. Denna strategi syftar till ”att ge färdriktning, skapa samsyn, förståelse och mod som främjar innovation och ökar förändringstakten i omställningen till en åldersvänlig bygd” (Vingåkers kommun 2025b). En definition av en åldersvänlig bygd ges och utgår från WHO:s, vilken lyder: ”En åldersvänlig bygd är en plats där den fysiska, sociala och ekonomiska miljön är utformad för att stödja och möjliggöra ett hälsosamt och aktivt åldrande, där äldre människor kan leva tryggt, upprätthålla sin hälsa och fortsätta delta i samhället på meningsfulla sätt.” (ibid.).

Vingåkers kommun

Kommunen bildades i samband med kommunreformen 1971 då Vingåkers kommun och en del av dåvarande Julita kommun (Österåkers församling) slogs samman. 2024 var 8 750 personer folkbokförda i kommunen. Den största tätorten är Vingåker följt av Högsjö, Baggetorp, Marmorbyn och Läppe. Tillväxtverket har

angett 30 kommuner i landet med låg socioekonomi och Vingåkers kommun är en av dessa (Förordning 2018:152).

Platsen och arbetsmarknaden har historiskt sett präglats av konfektionsindustri. Idag präglas arbetsmarknaden av de ca 600 företag som är verksamma inom lantbruk, vård, handel och besöksnäring (Vingåkers kommun 2025c). Kommunen är största arbetsgivare med ca 700 anställda. Konfektions- och textilindustrin lever kvar idag, men i annan tappning. Konfektionsproduktionen är nedlagd och istället inhyser fabrikslokalerna numera en outlet-butik för märkeskläder. Kommunens största privata arbetsgivare är ett industritextil-företag beläget i Högsjö med ca 250 anställda.

Sedan en tid tillbaka så har kommunorganisationen haft utmaningar med stora underskott i ekonomin (Katrineholms-kuriren 2025). Kraftiga sparkrav har funnits på alla förvaltningar under 2025. Trots insatser går socialnämnden samt barn- och utbildningsnämnden minus (Katrineholms-kuriren 2025b).

Det finns flera aktiva föreningar och trossamfund runt om i kommunen som bedriver verksamhet inom olika områden, så som lokal utveckling, kultur och samvaro, idrott, politisk och religiös verksamhet.

Med en, sett till riksgenomsnittet, relativt låg socioekonomi präglas kommunen av sämre folkhälsa och lägre utbildningsgrad samt en större andel äldre än rikssnittet. Strax över hälften av kommunens invånare över 65 år bor i ett av kommunens mindre samhällen (20%) eller på landsbygden (33%), medan den andra hälften (47%) bor i Vingåkers centralort (SCB 2024).

Åldrande som social och kulturell process

Åldrande är inte bara en naturlig del av livet där det händer saker både fysiskt och psykiskt i kroppen, utan också en social och kulturell process. Föreställningar i samhället om vad det innebär att åldras och att vara äldre bidrar till upplevelsen av detta. Processen står också i relation med de biologiska processerna, som i sin tur också formar föreställningar om och vad det innebär att vara äldre. Sammantaget påverkar det den egna identiteten. Kvarboende i det egna hemmet främjas allt mer. I takt med denna trend så blir hemmet en särskild plats för äldre (Bygdell 2014). Kvarboende och åldrande i det egna hemmet formar å ena sidan behovet av vård och blir samtidigt en plats där den äldre kan vara självständig och känna trygghet. Hemmet är också en plats där äldre blir beroende genom att man behöver lämna över makten över vardagen till andra, så som hemtjänstpersonal eller anhöriga.

Vanliga föreställningar är att åldrande och ålderdom är lika med sjukdom och ohälsa men också att man ska vara aktiv och leva hälsosamt för att motverka åldrandet (Altfberg 2012). Dominerande föreställningar i västvärlden kring åldrande framhäver individuell kontroll och agens, upprätthållande av aktivitet, värdet av självständighet och att undvika beroende. Det finns också en bild av att behålla sin ungdoms funktion och identitet, visar Lamb (2014).

Samtidigt som föreställningar kring åldrande domineras av idéer kring självständighet, ett aktivt leverne och ett hälsosamt åldrande, ägnas inte tillräckligt med uppmärksamhet och acceptans till realiteterna kring dödlighet och nedgång, trots att vi alla ska någon gång dö och att det enbart är ett fåtal människor som lever efter det ideal som förs fram i de dominerande föreställningarna av hur

åldrandet bör vara. Lamb (2014) menar att vi behöver bli bättre på att acceptera och normalisera beroende, förgänglighet och nedgång samt död. Detta med anledning att det finns risker att avsteg från det önskvärda åldrandet ses och upplevs som misslyckanden. Ett erkännande av det som också ingår i åldrandet behöver inte gå stick i stäv med det som förs fram som det önskvärda åldrandet (ibid).

Landsbygder präglas av glesa strukturer, vilket ger särskilda förutsättningar för mänskliga relationer (Westholm & Waldenström 2008). De glesa strukturerna bidrar till en form av social gleshet på grund av avstånd och det brukade landskapet. Trots detta skapar småskaligheten en form av social närhet och ett beroende till andra som är betydelsefull för äldres upplevelse av trygghet (Elmqvist et al 2016). Det bidrar till förutsägbarhet, men samtidigt social kontroll som en negativ kvalitet.

Välfärdstekniken inom hemtjänstens verksamhet

Kommunens förhållningssätt till de demografiska förändringarna och förhoppningarna om att både klara ekonomin och få en förbättrad vårdkvalitet med hjälp av lösningarna i projektet väcker frågor om vad som är möjligt att förvänta sig av lösningarna. I projektet finns en tydlig förhoppning om att välfärdsteknik ska vara en nyckel till effektivisering av vård- och omsorgsutförandet och att möjliggöra för att äldreomsorgens framtida behov kan mötas i takt med att andelen äldre växer. Genom att äldre ska kunna bibehålla sina förmågor och förlänga kvarboendet i det egna hemmet med stöd av välfärdsteknik, sätts bland annat en förhoppning till att välfärdstekniken ska bidra till ett uppskjutet vård- och omsorgsbehov och att personal ska avlastas. I det här kapitlet lyfts olika aspekter som berör välfärdsteknik, användande och som lösning för att möta de utmaningar som kommer med en ökad andel äldre och för att implementera dem på ett jämställt och jämlikt sätt.

Välfärdsteknik för självständighet och uppskjutet omsorgsbehov

Under projekttiden har välfärdstekniska lösningar implementerats i verksamheten och tagit plats i omsorgstagarnas hem. Bland annat har nya mobila trygghetslarm, läkemedelautomater, radarsensorer och kommunikationsplattformen Bubblan installerats i omsorgstagares hem. Förhoppningen är att välfärdstekniken ska vara ett stöd och användas där det är möjligt samt kan öka tryggheten och självständigheten för omsorgstagarna och stärka personalens arbetsmiljö. Kommunikationsplattformen används både för sociala samtal och för digital hemtjänst. Det finns också en ambition om att använda Bubblan för enskilda samtal mellan omsorgstagare och anhörig.

Personalen inom hemtjänsten har också börjat använda digitala lösningar i arbetet. Till exempel genomförs numera digitala beställningar av dagligvaror till omsorgstagarna. Larmhanteringen sköts numera via en app som alla i respektive arbetsgrupp kan se och hantera. För att möta identifierade risker med teknikinföranden hoppas man att de sociala strukturerna projektet ämnar understödja, ska resultera i att äldre har förutsättningar att åldras hälsosamt i kommunen. De identifierade riskerna är bland annat ofrivillig ensamhet till följd av en eventuell minskad kontakt med vårdpersonal, samt digitalt utanförskap.

I analyser av policys som relaterar till åldersvänlighet och välfärdsteknologi i Sverige framkommer att ett önskvärt åldrande innebär självständighet, en hälsosam livsstil och ett fortsatt aktivt liv. Nilsson (2023) har undersökt diskursen (dvs. resonemang, idéer, ideal och argument) om välfärdstekniska lösningar och hur man med hjälp av diskursen kan få en bild av hur samhället betraktar äldre människor med behov av vård och/eller omsorg och deras anhöriga.

Nilsson (2023) pekar på att diskursen kring välfärdsteknologi bidrar till att äldre förväntas ta allt större ansvar för sitt åldrande och hälsa. Resultatet i Nilssons studie visar att välfärdstekniska lösningar ofta fokuserar på förebyggande åtgärder för fysisk aktivitet och självständighet för äldre, med mål om att skjuta upp ett ökat vårdbehov. Hälsa hos de äldre blir ett medel för att uppnå mål om självständighet och uppskjutet behov av vård och omsorg. Samtidigt läggs ansvaret för en god hälsa hos den enskilde individen. Nilsson (2023) menar att det är särskilt viktigt att undersöka hur samhällsliga strukturer och socioekonomiska faktorer påverkar äldres möjligheter till att leva självständigt, ha en hälsosam livsstil och ett fortsatt aktivt liv. Det finns starka samband mellan hälsa och socioekonomi, då personer med låg socioekonomisk status lever kortare och har sämre hälsa än personer med hög socioekonomisk status (Nilsson 2023). En stark föreställning om äldres självständighet och en förskjutning mot att lägga ansvaret för åldrandet på individen riskerar alltså att marginalisera grupper av äldre som inte har så bra möjligheter att ta hand om sin hälsa eller inte vill åldras på det sätt som diskursen framhåller.

Eftersom Vingåkers kommun har relativt låg socioekonomisk status och sämre folkhälsa än genomsnittet blir det särskilt viktigt att ta hänsyn till och förstå socioekonomiska och strukturella faktorer som påverkar individens möjligheter för bibehållen hälsa och självständighet i arbetet med de välfärdstekniska lösningarna. Nilsson (2023) pekar på att människor är i behov av hjälp och stöd genom hela livet. För att uppnå målet i projektet är det viktigt att arbeta på ett sätt som också möter och tillgodoser behov och på ett sätt som är anpassat utifrån människors olika förutsättningar att ta del av lösningarna. I arbetet i projektet och i relation till de välfärdstekniska lösningarna har välfärdsundersköterskorna och den digitala vägledaren spelat viktiga roller för detta. Deras roller och betydelse för arbetet beskrivs mer i avsnittet om äldres behov av stöd. Men först en närmre titt på äldres syn på välfärdstekniska lösningar och den kommunikationsplattform som utvecklats i projektet.

Äldres syn på och inställning till välfärdstekniska lösningar

En av lösningarna som utvecklats i projektet är den digitala kommunikationsplattformen Bubblan. Den syftar till att motverka ofrivillig ensamhet genom att öka möjligheterna för äldre att ha sociala interaktioner, som en lösning när förmågan att lämna hemmet är begränsad. Bubblan har också utvecklats för att hemtjänsten ska kunna utföra digitala hemtjänst-insatser. Kommunikationsplattformen är helt digital och är således utan krav på fysisk närvaro.

I arbetet finns också en ambition om att föreningar kan bidra med olika former av innehåll i kommunikationsplattformen för att tillgängliggöra lokala aktiviteter digitalt och skapa sociala mötesplatser som är lokalt förankrade.

Samén et al. (2024) har undersökt äldres inställning och syn på välfärdsteknikens potential att positivt influera möjligheter för sociala interaktioner och minska ofrivillig ensamhet. Undersökningen visar att en majoritet av de äldre är skeptiska till välfärdsteknikens potential att positivt influera sociala aspekter av vård. De äldre tror att tekniken istället kommer bidra till en ökad ofrivillig ensamhet. Även om äldres generella syn och perspektiv på välfärdsteknikens potential inte präglas av det offentliga optimism, så har deltagare i de sociala samtal som genomförs i kommunikationsplattformen Bubblan generellt sett varit positiva. Det visar också Johansson-Pajala et al. (2022) som menar att digitala kommunikationsplattformar för social samvaro kan vara ett möjligt verktyg för äldre att utveckla nya vänskaper, reducera upplevelsen av ensamhet och utöka sociala nätverk, men de påpekar att det inte är ett verktyg som passar alla. De menar att det behövs fler lösningar för att minska social isolering och ensamhet.

Äldres behov av stöd i användande av välfärdsteknik

Kommunen har tillsatt två funktioner för att arbeta med och underlätta för personalens och äldres teknikanvändande – två välfärdstekniker och en digital vägledare. Välfärdsteknikerna har också, utöver att utföra hemtjänstinsatser, ett särskilt uppdrag att stötta den övriga personalen i arbetet med välfärdstekniken och vara så kallade ”superusers” med god kunskap om hur tekniken fungerar. Kommunens digitala vägledare erbjuder IT-stöd för kommunens invånare och är främst verksam på Biblioteket, på andra offentliga plaster, genom hembesök samt till viss del genom mobil verksamhet i kommunens kransorter. I samband med de digitala samtalen via Bubblan har den digitala vägledaren också till viss del även en ambulerande verksamhet om omsorgstagare behöver stöd och hjälp med tekniken.

Under installation och användning av Bubblan och välfärdsteknik i omsorgstagarnas hem har välfärdsteknikerna och kommunens digitala vägledare spelat en central roll för omsorgstagarnas inställning, förutsättningar för användning och upplevelser kring de nya tekniska lösningarna. De har också varit viktiga för att se vilka lösningar som kan passa omsorgstagaren, och vilka behov som kan täckas och inte. Ett exempel på den digitala vägledarens roll för att bidra till det digitala innanförskapet är i samband med införandet av digitala beställningar av matlådor. Här har den digitala vägledaren gått in och stöttat många invånare med beställningsförfarandet där digitaliseringen riskerar att skapa ett utanförskap för de som inte kan använda internet. Det har parerats av stödet från vägledaren.

När den tekniska lösningen underlättar och möter verkliga behov har personal och omsorgstagare också uppskattat övergången till den nya lösningen. De digitala inköpen är ett exempel på detta, då personal och omsorgstagare kan titta tillsammans på utbudet och handla. Välfärdsteknikerna pekar på att personlig information i god tid ingav förtroende och har varit framgångsfaktorer. Personalens och omsorgstagarnas delaktighet har också varit en nyckel till framgång för utveckling och införanden av nya lösningar.

Den digitala vägledarens tillgänglighet med IT stöd och hjälp för de omsorgstagare som deltar i digitala sociala samtal via kommunikationsplattformen Bubblan har också visat sig vara viktig för användarnas upplevelse. De framgångsrika implementeringarna och användandet av tekniken stöds av Johansson-Pajala et al. (2019). En lyckad implementering beror till stor del på huruvida rätt typ av

information ges, om tekniken möter äldres behov samt om hänsyn tas till omsorgspersonals tvekan och feedback.

Johansson-Pajala et al. (2022) lyfter också att äldre med högre utbildning har lättare att tillgodogöra sig tekniska lösningar i jämförelse med de med lägre utbildningsbakgrund. Kommunens invånare har generellt en lägre utbildningsbakgrund. Tillgång till stöd och hjälp för att ha möjlighet att tillgodogöra sig tekniken tycks därmed kunna spela roll för att främja digital inkludering och användning. Kommunen präglas också av en hög andel ensamhushåll (ca 50 %, Kantar 2022) för personer över 65 år. SCB har undersökt att det nationella snittet för ensamhushåll ligger på 35% för personer över 60 år (SCB 2022). Tillgång till personer som kan se särskilda behov och som kan erbjuda stöd kan vara en faktor för en bredare acceptans och användande av digital teknik.

Välfärdsteknik som lösning på utmaningar med en förändrad demografi

Som tidigare nämnt har projektet syftat till att utveckla och implementera lösningar för att möta utmaningarna som följer med en förändrad demografi. En stor del av arbetet inom ramen för hemtjänstens verksamhet har fokuserat på att testa och implementera välfärdsteknik. Andra arbetsområden i projektet har satsat på att skapa förutsättningar för ett hälsosamt åldrande och att utformat stödinsatser för en förlängd självständighet. Projektet har tillgängliggjort och anordnat aktiviteter och mötesplatser, utveckla en volontärverksamhet samt en webbplats med samlad information för seniorer. Man har också genomfört insatser så som utbildning för tidig kognitiv svikt, sociala samtal i kommunikationsplattformen Bubblan och ett förslag till ny plan för kommunens anhörigstöd.

Arnelid (2025) har tittat på hur den demografiska utmaningen möts och särskilt vilken roll välfärdsteknik spelar. Undersökningen kretsar kring hur föreställningarna om välfärdsteknik informerar beslutsfattare och omsätts i praktik. När välfärdstekniken ses som en given lösning på problemet med en förändrad demografi menar Arnelid att andra problem och lösningar inom vård och omsorg riskerar att förbises, så som dålig arbetsmiljö och stress eller låga löner. Arnelid (2025) pekar på att fokuset på välfärdsteknik leder till att alternativa framtida visioner av vård och omsorg förbises och att lösningar för att möta en ökad andel äldre också är en politisk fråga, utöver en teknisk. Utifrån detta är det viktigt att upprätthålla samtal och diskussion om hur de demografiska utmaningarna ska mötas samt vilka förväntningar man som invånare kan ha på vård och omsorgen.

Det finns studier (se t.ex. Samén et al, 2024) om att policydokument kring välfärdsteknik inte hanterar beroende, svaghet och alternativ till välfärdsteknik när den inte räcker till. För att lösningarna ska implementeras jämställt och jämlikt behöver även detta hanteras. I en landsbygdskommun är det särskilt viktigt att förstå den kontext som lösningarna utvecklas för och används i. Det handlar till exempel om avstånd och invånarnas socioekonomiska förutsättningar för att ta del av lösningarna.

Aldrande på landsbygd

I det här kapitlet lyfts lösningarna som relaterar till arbetet med ett stärkt anhörigperspektiv och -arbete samt civilsamhällets roll i ekosystemet. Det finns en förhoppning om att arbetet, tack vare de sociala strukturer projektet understödjer, ska resultera i att äldre får det bättre och har förutsättningar att åldras hälsosamt i kommunen. Detta ser man vara möjligt genom samverkan och engagemang från civilsamhället. I det här kapitlet lyfts förhoppningarna kring detta i relation till en jämställd och jämlik användning av lösningarna.

Anhörigstöd, omsorg och landsbygdens särskildhet

Projektet arbetar för att stärka anhörigas perspektiv i kommunens verksamheter med förbättrad delaktighet och tidigare introduktion av anhörigstöd. Kommunens anhörigsamordnare, projektledning och förvaltningsledning arbetar för detta genom det nya förslaget till ny anhörigplan. Även om kommunen (-erna) ansvarar för en del av vård och omsorg för äldre, står anhöriga för en betydande del av denna. Socialstyrelsen (2012) framhåller att omsorgen som människor ger till andra är samhällsbärande och innebär stora besparingar för den offentliga välfärden. Nationellt kompetenscentrum anhöriga (NKA) anger att 80 % av vård och omsorgsbehovet utförs av anhöriga (NKA 2021). Elmquist et al. (2016) lyfter att de sociala nätverken och det informella hjälparbetet spelar en betydande roll i äldre människors liv på landsbygden och för landsbygdskommuner i sin helhet att kunna bära sin äldreomsorg. Ulmanen & Szebehely (2014) visar att anhörigomsorgen utförd av vuxna barn eller annan icke-samboende familj eller vänner har ökat sedan 2000.

Szebehely et al. (2012 & 2017) visar att den offentliga äldreomsorgen har minskat sedan 80-talet både i absoluta och relativa tal. Både när det gäller särskilt boende och hemtjänst. Denna omsorg har ersatts av anhörigas insatser (ibid.). Det är framförallt barn och make/maka eller partner som utför insatserna, som kan bestå av praktiska sysslor, så som transporter, hushållssysslor, så som inköp och tvätt samt insatser kring personlig omsorg och medicin och behandling (Socialstyrelsen 2021).

Anhörigskapet kan få konsekvenser för den omsorgsgivandes arbete och ekonomi, ge merkostnader och ha konsekvenser för relationer, vardag och livskvalitet (Socialstyrelsen 2021). Faktorer så som kön, etnicitet, utbildningsbakgrund och kulturell tillhörighet spelar roll för omsorgsgivandet, stödbehov och hur man påverkas som anhörig (Ibid 2021). Faktorerna verkar ofta i kombination med varandra och de negativa konsekvenserna tenderar att förstärka varandra. Till exempel verkar framför allt förvärvsarbetande kvinnor med lägre utbildning gå ner i arbetstid för att vårda en närstående (Socialstyrelsen 2012; Szebehely & Ulmanen 2012). Det finns också ett samband mellan omsorgsgivande och ett sämre skattat hälsotillstånd (Socialstyrelsen 2012). Flera forskare (se t.ex. Torres 2010; Johansson et al. 2023; Forssell et al. 2014) belyser behovet av ökade kunskaper och resurser hos biståndshandläggare för att möta önskemål och behov hos personer med utländsk bakgrund. I Kantarundersökningen (2022) framkom att äldres behov av hjälp med insatser påverkas av hur det kan vara att bo på landsbygden, så som snöskottning, trädgårdsskötsel och husunderhåll. De som bor på landsbygden i Vingåkers kommun uppgav också i lägre grad att de tror att de kommer att kunna

bo kvar i nuvarande bostad livet ut, i jämförelse med de som bor i någon av tätorterna (Kantar 2022).

Bygdell (2014) har undersökt omsorg i landsbygder och har funnit att omsorgsgivande barn ofta är utflyttade från landsbygden och behöver resa om de utför praktisk omsorg. Det här innebär att utförandet och omsorgsprocessen har särskilda förutsättningar när de anhöriga behöver resa från en annan plats som kan vara bortom kommungränsen.

Ett välfungerande kommunalt anhörigstöd kan ses som en förutsättning för att anhöriga ska orka utföra den vård och omsorg de ger. Det gäller särskilt i ljustet av att kommunen önskar hjälp för att möta vård och omsorgsbehovet samt bidra till kvarboende. Anhörigstödet behöver också vara anpassat till de behov och förutsättningar som förekommer i en landsbygdskommun samt utifrån jämställdhets – och jämlikhetsfaktorer.

Civilsamhällets betydelse för åldrandet på landsbygden

Arbete inom projektet har också riktat sig mot det organiserade föreningslivet för att understödja tillgängligheten till och människors engagemang och sociala samvaro inom framförallt föreningslivet. Förhoppningen är att stärkta sociala strukturer ska kunna bidra till hälsa och att det i förlängningen ska bidra till kvarboende och ett minskat vård- och omsorgsbehov.

Arbete har genomförts bland annat genom att bjuda in föreningsrepresentanter till informationsträffar och samtal. Kommunen har också initierat samarbete med lokala föreningar. Bland annat kring aktiviteter, prova-på vecka och konceptet Passion för livet där deltagare samtalar om och inspirerar varandra kring olika hälsoteman. Föreningar har också haft möjlighet att söka ett aktivitetsbidrag för att finansiera egna idéer som de ser bidrar till åldersvänlighet. Längre har pensionärsföreningar i kommunen efterfrågat en öppen mötesplats, vilket nu är på väg att formas på Sävstagården, ett boende anpassat för äldre där det i fastigheten också finns dagverksamhet och gemensamma utrymmen, där tre verksamma lokalföreningar ska bedriva sin verksamhet framöver. I projektet finns också ambitioner om att vidareutveckla Väntjänsten. Väntjänsten består av en grupp volontärer som idag ordnar öppna träffar en gång i veckan. Förhoppningar har länge funnits kring att utveckla en volontärverksamhet i kommunen. En volontärverksamhet med en- till en-möten har startats upp i projektets slutskede.

Forskning visar att andelen invånare i landsbygdskommuner omfattas i högre grad av civilsamhällets organisering och aktiviteter än i storstäder (Wallman Lundåsen 2022). Mönster visar att de som är ideellt engagerade skattar sin hälsa högre (Svedberg et al. 2010). I landsbygdskommuner är ideellt engagemang och deltagande i aktiviteter i idrotts- och fritidsföreningar större än i storstadskommuner och skillnaderna kan avspegla skillnader i livsvillkoren mellan landsbygder och städer (ibid.). Civilsamhällets organisationer på landsbygder tenderar att, utöver att t.ex. arrangera fotbollsträningar, loppisar och sociala sammankomster, även fungera för att upprätthålla en gemensam identitet, bistå med service och fungera som omsorgsutförare för bygden (von Essen & Åberg 2022; Bygdell 2014). Elmqvist et al. (2016) har undersökt tre kommuners sätt att organisera och utföra omsorg, samt hur det är kopplat till det civila samhällets aktörer. Dessa kommuner ser trossamfund och frivilligorganisationer som viktiga

komplement till det som kommuner erbjuder. Äldre ses också som en viktig resurs för den egna gruppen. Särskilt när kommuner behöver koncentrera resurser till äldres grundläggande behov. Studien av Elmquist et al. (2016) visar också att äldre ofta spelar en viktig roll som omsorgsgivare och för det sociala livet i stort.

Projektet verkar se föreningslivet och de äldre i Vingåkers kommun på ett liknade sätt, alltså som en resurs för den egna gruppen, genom förhoppningen om att stärkta sociala strukturer ska bidra till hälsa och i förläggningen ett minskat vård- och omsorgsbehov. Elmquist et al. (2016) pekar samtidigt på en sårbarhet då verksamheter ofta är beroende av eldsjälare och därför har en varierande kontinuitet. I en tidigare utvärdering av kommunens arbete med landsbygdsutveckling har lokala utvecklingsgrupper lyft behovet av stöd och facilitering från kommunen. Detta för att stötta de lokala utvecklingsgrupperna i deras arbete och engagemang kring den lokala utvecklingen. För att föreningslivet och äldre ska fungera som en resurs för äldre kan kommunen behöva stötta och facilitera denna typ av engagemang och initiativ. Särskilt utifrån att äldres möjlighet att delta i föreningslivet skiljer sig, till exempel beroende på boendeort, tillgång till transport eller socioekonomiska faktorer. Deltagandet kan också bero på huruvida man känner sig vara en del av ett sådant sammanhang eller om det finns lämpliga sammanhang att delta i.

En stor utmaning i projektet har handlat om mobilitet och äldres förutsättningar att ta sig mellan platser. Fysisk närvaro kan vara en förutsättning för social samvaro och engagemang i till exempel föreningar. Kantar-undersökningen visar att majoriteten av äldre personer över 65 år i kommunen tar bilen till aktiviteter och serviceinrättningar. Samtidigt som en stor andel av äldre bor på landsbygden eller i mindre samhällen för vilka bilen är ett viktigt transportmedel, skapas också en sårbarhet om man av någon anledning inte längre kan transportera sig. Kollektivtrafiken är begränsad i kommunen, särskilt på landsbygden men även i centralorten. Färdtjänst kan bli dyrt i längden. Ett sätt att understödja tillgängligheten till och människors engagemang i föreningslivet kan också vara att stötta lokala mötesplatser och lösningar som minskar bilberoendet.

Sammanfattning

Projektet *Ekosystem för en åldersvänlig bygd* syftar till att hantera de utmaningar som den förändrade demografin väntas föra med sig för kommunen och hitta nya arbetssätt i hur man bedriver välfärd och äldreomsorg. Målet är att flera aktörer arbetar tillsammans för att individen ska kunna åldras hälsosamt, fördröja behov av vård och omsorg, samt optimera utförandet av vård och omsorg. Det finns en förhoppning om att projektets resultat ska bidra till en ekonomi i balans och förbättrad vårdkvalitet.

Det finns också en förhoppning om att arbetet, genom de sociala strukturer projektet ämnar understödja, ska resultera i att äldre har förutsättningar att åldras hälsosamt, bo kvar hemma längre och minska vård och omsorgsbehovet i kommunen. För att hantera utmaningarna som följer med en förändrad demografi på ett bra sätt lyfter rapporten perspektiv på åldrandet på landsbygd för att kunna implementera, vidareutveckla och sprida lösningarna som utvecklats i projektet på ett jämlikt och jämställt sätt.

Välfärdsteknik är ett område som projektet arbetar med och som utvecklas snabbt. I den litteratur som har presenterats presenteras välfärdsteknik både som en lösning

på de utmaningar som demografiska förändringar för med sig och något att förhålla sig kritiskt till. Utöver en teknisk fråga, är utmaningarna också en politisk fråga och sett till den forskning som lyfts i rapporten så tycks det vara av vikt att upprätthålla ett samtal om alternativa framtida visioner av hur välfärden ska formas för att möta en ökad andel äldre med behov av vård och omsorg. De samhällseliga strukturerna och socioekonomiska faktorerna är särskilt viktiga att synliggöra i takt med att ansvaret för individens hälsa och omsorg allt mer förskjuts mot individen själv. Särskilt när det inte tas tillräcklig hänsyn till hur dessa strukturer och faktorer påverkar individers möjlighet och förutsättningar för att ta hand och ta ansvar för sin hälsa. För kommuner med låg socioekonomi, som Vingåker, kan det här vara av särskild vikt. Detta för att inte marginalisera grupper av äldre som inte har samma möjlighet att ta hand om eller ta ansvar för sin hälsa och för att inte befästa ojämlika strukturer ytterligare, så som att förvärvsarbetande kvinnor med lägre utbildning går ner i arbetstid för att vårda närstående. Ett kommunalt vård- och omsorgsutförande samt anhörigstöd som tar hänsyn till kön, etnicitet, utbildningsbakgrund och kulturell tillhörighet är nödvändigt. Det behöver också vara anpassat till de behov och förutsättningar som förekommer i en landsbygdscontext. Sammantaget är det en förutsättning för att möta ett ökat vård- och omsorgsbehov på ett jämlikt och jämställt sätt. Samt för att anhöriga ska orka utföra den vård och omsorg de gör, särskilt i ljuset av att kommunen önskar hjälp för att möta vård och omsorgsbehovet samt bidra till kvarboende.

Projektet ser föreningslivet och de äldre i Vingåkers kommun som en resurs för den egna gruppen. Elmquist et al. (2016) pekar samtidigt på en sårbarhet då föreningslivet ofta är beroende av eldsjälarna och därför har en varierande kontinuitet. Behovet av stöd och facilitering från kommunen sida behöver täckas för att civilsamhället ska ha förutsättningar att bidra. Bilen är ett viktigt transportmedel för en stor andel av invånarna över 65 år, dels för invånarna själva men också för anhöriga som reser till kommunen för att till exempel vårda en äldre närstående. Tillgång till transporter påverka ens möjligheter att bo kvar i sin nuvarande bostad livet ut och engagera sig i civilsamhällets verksamheter. Välfärdsteknik för social samvaro är också ett sätt att överbrygga de avstånd som präglar landsbygder. Trots att avstånd präglar landsbygder skapar de också en form av social närhet som är betydelsefull för äldres upplevelse av trygghet. Social samvaro och omsorg, både av platserna och människorna, görs i hög utsträckning på ideell basis genom olika former av social organisering, ofta av föreningslivet och anhöriga. Det finns anledning att verka för att fortsätta stärka både digitala och sociala strukturer och tillgängliggöra de sociala sammanhang som föreningsliv och andra mötesplatser erbjuder.

Studier som presenterats visar att äldre är mer skeptiska till välfärdsteknikens potential i jämförelse med vårdsektorns inställning. Särskilt när det gäller att positivt influera sociala aspekter av vård. Trots detta har äldre deltagares erfarenheter varit positiva från arbetet med digitala sociala samtal via kommunikationsplattformen Bubblan. Det här kan indikera att olika typer av välfärdsteknik passar olika typer av människor med olika behov och visar hur välfärdsteknik kan fungera som möjliggörare men inte nödvändigtvis som enskild lösning.

Välfärdsundersköterskorna och kommunens digitala vägledare har spelat en central roll för omsorgstagarnas inställning och upplevelser kring Bubblan samt under

arbetet med implementeringen av ny teknik i omsorgstagarnas hem. Tid, delaktighet och engagemang är något som forskningen ser som förutsättningar för att lyckas med implementering och användning. Äldre med högre utbildning visar sig också ha lättare att tillgodogöra sig tekniska enheter i jämförelse med de med lägre utbildningsbakgrund, vilket belyser vikten av tillgängligt stöd och hjälp i en kommun med invånare med generellt sett lägre utbildningsbakgrund. En ambulerande och mobil verksamhet är viktig i takt med att tekniken i högre grad tar plats i hemmen.

Vanliga föreställningar om att ett önskvärt åldrande innebär att man som pensionär ska vara aktiv och leva hälsosamt för att motverka åldrandet. Föreställningen om att åldrande innebär självständighet, en hälsosam livsstil och ett fortsatt aktivt liv har kritiserats för att inte inkludera fler aspekter av vad det innebär att åldras. I ljuset av detta blir det särskilt viktigt för aktörer som driver utvecklingen av vård och omsorg att också förhålla sig kritisk till de normer, ideal och föreställningar som förs fram. Aspekter av åldrande som beroende, nedgång samt död behöver hanteras och accepteras för att inte avsteg från det normativa åldrandet ska uppfattas som avvikande eller misslyckat.

Äldres perspektiv på åldrande och skiftande behov, förutsättningar och önskningsom hur de önskar bo, leva och åldras är centrala förutsättningar för att utforma ett arbete där kommun, civilsamhälle och anhöriga tillsammans kan stötta och bidra för att möta utmaningar med en större andel äldre. För att kunna möta individens behov på ett jämlikt och jämställt sätt behöver arbetet och föreställningar om åldrandet också formas genom delaktighet.

Slutsatser för att kunna implementera, vidareutveckla och sprida lösningarna på ett jämlikt och jämställt sätt

Det kunskapsrapporten ser som särskilt viktigt för att implementera, vidareutveckla och sprida lösningarna som utvecklats på ett jämlikt och jämställt sätt är:

- **Upprätthåll ett samtal om alternativa visioner av hur välfärden ska formas** för att möta en ökad andel äldre med behov av vård och omsorg. Utöver en teknisk fråga, är utmaningarna också en politisk fråga. Samtalet om hur välfärden ska formas behöver hållas levande på olika nivåer och i olika forum, så som i arbetsgrupper, politiska forum och i den allmänna debatten. I ljuset av detta blir det särskilt viktigt för aktörer inom vård och omsorg att förhålla sig kritisk till de normer, ideal och föreställningar som finns kring åldrande. Aspekter av åldrande som beroende, nedgång samt död behöver hanteras och accepteras.
- **De samhällsliga strukturerna och socioekonomiska faktorerna är särskilt viktiga att synliggöra** i takt med att ansvaret för individens hälsa och omsorg allt mer förskjuts mot individen själv. Särskilt när det inte tas tillräcklig hänsyn till hur dessa strukturer och faktorer påverkar individens möjlighet och förutsättningar för att ta hand och ta ansvar för sin hälsa. Det är särskilt viktigt i kommuner med låg socioekonomi, som Vingåker. Det för att alla grupper av äldre, oavsett kön, ålder, klass, boendeort, etnicitet, ska få lika förutsättningar i åldras hälsosamt.

- **Ett kommunalt vård- och omsorgsutförande samt anhörigstöd som tar hänsyn till kön, ålder, klass, boendeort, etnicitet, är nödvändigt.** Det behöver också vara anpassat till de behov och förutsättningar som förekommer i en landsbygdscontext. Sammantaget är det en förutsättning för att möta ett ökat vård- och omsorgsbehov på ett jämlikt och jämställt sätt.
- Välfärdsteknikernas och den digitala vägledarens **tid, engagemang för att se behoven och stötta personalens användande har spelat en central roll för att lyckas med implementeringar och användande.** Deras kontakt med omsorgstagarna har också spelat en central roll för att tekniken ska vara anpassad och möta olika behov hos omsorgstagarna. Tillgång till stöd och hjälp för att ha möjlighet att tillgodogöra sig tekniken tycks spela en central roll för att främja digital inkludering och användning av digitala lösningar.
- Social samvaro och omsorg, både av platserna och människorna, görs i hög utsträckning på ideell basis genom olika former av social organisering. Det sker ofta av föreningslivet, enskilda individer och anhöriga. I ljuset av detta blir det viktigt att **stötta äldre att vara en resurs för sig själva genom att kommunen stöttar social organisering, både digitala och fysiska sociala strukturer.** Stöttningen är särskilt viktig för att minska sårbarhet och riskerna med en bristande kontinuitet och för att stärka äldres förutsättningar att bidra till ett hälsosamt åldrande.
- Äldres förutsättningar att delta i sociala sammanhang skiljer sig beroende på boendeort, tillgång till transport eller socioekonomiska faktorer samt upplevelse av tillhörighet. **Det finns anledning att verka för en ökad tillgänglighet och inkludering till digitala och sociala sammanhang** som föreningsliv och andra mötesplatser erbjuder. Det här är viktigt för att äldre ska ha jämlika och jämställda förutsättningar att delta i det som föreningslivet erbjuder och som bidrar till ett hälsosamt åldrande.

Referenser

Ahlqvist, M. & Brunnberg, L. (2022). Äldres syn på digitalisering. *Kantar Public*, åt Vingåkers kommun.

Arnelid, Maria (2025) *The Imaginaries and Politics of Welfare Technology: Renegotiating Elder Care Through Technology for an Ageing Population*. Doktoravhandling, monografi. Linköping: Linköping University Electronic Press. DOI: 10.3384/9789181180121

Folkhälsomyndigheten (2024). Ensamhet – förekomst, konsekvenser och åtgärder. En kartläggning. Tillgänglig: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/publikationeroch-material/publikationsarkiv/e/ensamhet-forekomst-konsekvenser-och-atgarderen-kartlaggning/>

Forssell, E., Torres, S., & Olaison, A. (2014). Anhörigomsorg mot betalning: Biståndshandläggare om sent-i-livet-invandrares önskemål. *Socialvetenskaplig tidskrift*, 21(2), 24–47. <https://journals.lub.lu.se/svt/article/view/15755/14238>

Förordning (2018:152) om statsbidrag till socioekonomiskt eftersatta kommuner. Landsbygds- och infrastrukturdepartementet: Stockholm

Johansson-Pajala R-M, Thommes K, Hoppe JA, Tuisku O, Hennala L, Melkas H and Gustafsson C (2019) Improved knowledge changes the mindset: older adults' perceptions of care robots. *Lecture Notes in Computer Science*. 11592, 212–227. <https://rdcu.be/erOPg>

Johansson-Pajala, R. M., Gusdal, A., Eklund, C., Florin, U., & Wågert, P. von H. (2022). A codesigned web platform for reducing social isolation and loneliness in older people: a feasibility study. *Informatics for Health and Social Care*, 48(2), 109–124. <https://doi.org/10.1080/17538157.2022.2070068>

Johansson, C., Asztalos Morell, I., Lindberg, D., & Gustafsson, L. K. (2021). Spotting good ageing: using welfare theory of health to frame the agency of older adults with immigrant backgrounds to attain good ageing. *Nordic Social Work Research*, 13(1), 21–35. <https://doi.org/10.1080/2156857X.2021.1902377>

Katrineholms-kuriren (2025). *Köper in konsulter för att vända ekonomiska krisen*. Publicerad 2025-01-16. Tillgänglig: <https://www.kkuriren.se/nyheter/vingaker/artikel/koper-in-konsulter-for-att-vandaekonomiska-krisen/jnev8zmj> [Hämtad 2025-09-10]

Katrineholms-kuriren (2025b). *Tuffa ekonomiska läget – trots minskning på 30-40 tjänster*. Publicerad 2025-08-27. Tillgänglig: <https://www.kkuriren.se/nyheter/vingaker/artikel/tufft-ekonomiskt-lage-trotsminskning-pa-30-40-tjanster/lwodg77j> [Hämtad 2025-09-10]

Lamb, S. (2014) Permanent personhood or meaningful decline? Toward a critical anthropology of successful aging. *Journal of Aging Studies*. Volume 29, Pages 4152, <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2013.12.006>

Nationellt kompetenscentrum anhöriga (2021). Hur många anhöriga finns det? Tillgänglig: <https://anhoriga.se/stod--utbildning/fakta-om-anhoriga/hur-mangaanhoriga-finns-det/> [Hämtad 2025-05-06]

Samén et al (2024). Äldre vuxnas perspektiv på välfärdsteknikens påverkan inom äldreomsorgen – individuella förväntningar på självständighet, sociala möten och ensamhet. *Socialvetenskaplig tidskrift*, vol 31, no1, s 175-192

SCB (2024). Befolkning 2024-12-31 i åldersklasser. Lokalekonomisk analys.

SCB (2022) Mer än var tredje över 60 bor ensam. Tillgänglig: <https://www.scb.se/hitta-statistik/redaktionellt/mer-an-var-tredje-over-60-borensam/> [Hämtad 2025-06-13]

SKR (2024) Demografiska förändringar påverkar välfärdens kompetensförsörjning. Tillgänglig:

<https://skr.se/skr/tjanster/bloggarfranskr/arbetsgivarbloggen/artiklar/demografiskaforandringarpaverkarvalfardenskompetensforsorjning.81909.html> [Hämtad 2025-05-06]

Socialstyrelsen (2021) Anhöriga som vårdar eller stödjer någon de står nära.

Underlag till en nationell strategi. Tillgänglig:

<https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepointdokument/artikelkatalog/ovrigt/2021-6-7464.pdf>

Socialstyrelsen (2012) Anhöriga som ger omsorg till närstående – Omfattning och konsekvenser.

Tillgänglig:<https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepointdokument/artikelkatalog/ovrigt/2012-8-15.pdf>

Svedberg, L., Essen, J. von, & Jegermalm, M. (2010). Svenskarnas engagemang är större än någonsin : insatser i och utanför föreningslivet. Tillgänglig:

<https://urn.kb.se/resolve?urn=urn:nbn:se:esh:diva-793> [Hämtad 2025-05-06]

Szebehely, M., & Meagher, G. (2017). Nordic eldercare – Weak universalism becoming weaker? *Journal of European Social Policy*, 28(3), 294-

308. <https://doi.org/10.1177/0958928717735062> (Original work published 2018)

Szebehely, M., & Ulmanen, P. (2012). Åtstramningens pris : Hur påverkas de

medelålders barnen av äldreomsorgens minskning? Institutionen för socialt arbete - Socialhögskolan, Stockholms universitet. Tillgänglig:

<https://www.divaportal.org/smash/record.jsf?pid=diva2%3A667826&dswid=-9605>

Tillväxtverket (2025) Städer och landsbygder. Tillgänglig:

<https://tillvaxtverket.se/tillvaxtverket/statistikochanalys/statistikomregionalutveckling/regionalaindelningar/staderochlandsbygder.1844.html> [Hämtad 2025-05-06]

Torres, S. (2010). Etnicitet och invandrarskap. In S, Torres., & F, Magnusson (Eds.), *Invandrarskap, äldreomsorg och omsorg*. Gleerups.

Ulmanen, Petra & Szebehely, Marta. (2014). From the state to the family or to the

market? Consequences of reduced residential eldercare in Sweden. *International Journal of Social Welfare*. <https://doi.org/10.1111/ijsw.12108>

Vingåkers kommun (2025) *Ekosystem för åldersvänlig bygd*. Webbsida.

Tillgänglig: <https://vingaker.se/smarta-vingakersbygden/ekosystem-foraldersvanlig-bygd> [Hämtad 2025-06-10]

Vingåkers kommun (2025b) *Strategi för en Åldersvänlig bygd*

20252031.Kommunstyrelsen: Vingåker Tillgänglig:

<https://vingaker.se/download/18.549913ca1961dffa13b8117/1744806571173/Flik%204.6%20Strategi%20f%C3%B6r%20en%20%C3%A5ldersv%C3%A4nlig%20Ving%C3%A5kersbygd%202025-2031.pdf> [Hämtad 2025-06-10]

Vingåkers kommun (2025c) Näringslivet i Vingåker. Webbsida:

<https://vingaker.se/naringsliv--arbete/naringslivet-i-vingaker> [Hämtad 2025-09-10]

von Essen, J. & Åberg, P. (2022). Landsbygdens civilsamhällen som bärare av resurser. I: I: Cras, P., Essen, J. V., Hansen, K., Nordfeldt, M., & Åberg, P.

Landsbygdernas och de mindre orternas civilsamhällen -Konferens om lokala civilsamhällen och lokalt samhälls-entreprenörskap på landsbygden och i mindre orter. Sveriges Lantbruksuniversitet.

Wallman Lundåsen, S (2022) Deltagande i civilsamhället: jämförelser mellan stad och land i Sverige. I: Cras, P., Essen, J. V., Hansen, K., Nordfeldt, M., & Åberg, P. *Landsbygdernas och de mindre orternas civilsamhällen - Konferens om lokala civilsamhällen och lokalt samhälls-entreprenörskap på landsbygden och i mindre orter.* Sveriges Lantbruksuniversitet.

Westholm, E., & Waldenström, C. (2008). *Kunskap om landsbygden. Dags för en ny agenda!* Arbetsrapport. Institutet för Framtidsstudier; 2008:1