



Høgskolen i Telemark



Pensjonistforbundet

Fakultet for helse- og sosialfag



Bydel
Vestre Aker



Røa seniorsenter

Sammendrag: del I og del II av forskningsrapporten

Morgendagens aktivitetssentre - noe helt nytt.

Elisabeth L. Aase

Høgskolen i Telemark

Desember 2015

1 MORGENDAGENS AKTIVITETSSENTRE – NOE HELT NYTT.

Som et ledd i å få kunnskap om hvordan morgendagens aktivitetssentre kan utvikles og utformes ble det gjennomført to undersøkelser, en innledende spørreundersøkelse, del I, og en oppfølgende intervjuundersøkelse, del II. Dette sammendraget fremstiller hovedtrekkene fra begge undersøkelsene i følgende tre underkapitler; *Morgendagens pensjonister - yte og nytte*, *Mangfold i morgendagens aktivitetssenter* og *Frivillighet*.

På Pensjonistforbundets hjemmeside finnes lenke til forskningsrapportene *Morgendagens aktivitetssentre – noe helt nytt*: <http://www.pensjonistforbundet.no/> Rapport del I/Rapport del II/ Sammendrag del I og del II.

1.1 Bakgrunn

I 2014 startet Pensjonistforbundet et forskningsprosjekt om utvikling og utforming av morgendagens aktivitetssentre i samarbeid med Røde Kors, Røa seniorsenter Bydel Vestre Aker, Oslo og Høgskolen i Telemark. I tillegg til egen finansiering fikk Pensjonistforbundet innvilget midler fra Helseledningskontoret i 2013 til gjennomføring av prosjektet.

Prosjektet må sees i sammenheng med den forventede eldrebølgen, som ifølge St. meld. nr. 25 (2005-2006, s.49) vil ha størst økning fra 2020 og nå sin topp rundt 2050 med mer enn en fordobling av personer over 67 år. Ifølge Statistisk Sentralbyrås (SSB, 2014) vil andelen eldre fra 70 år eller mer stige fra knapt 11 prosent av befolkningen i dag til 19 prosent i 2060. Det betyr at omtrent hver femte person i Norge i 2060 vil være 70 år eller mer. Fremtiden vil by på store utfordringer både for velferdsstaten og familien for å ivareta det økende antallet eldre og nye krav.

Samtidig har dagens eldre andre muligheter til å leve et meningsfullt liv som pensjonister enn tidligere på grunn av bedre helse, utdanning, økonomi og høyere levealder, det er derfor forventet at den nye eldregerasjonen vil opptre annerledes enn før og ha nye atferdsmønstre (Meld. St.29).

Fremtidige aktivitetssentre er en hjertesak for Pensjonistforbundet, samtidig som de erkjenner at dagens unge eldre ikke benytter nåværende eldre/seniorsentre. De ønsket derfor ny kunnskap om hvordan 'Morgendagens aktivitetssentre' kan utvikles og utformes for å bli attraktive for denne målgruppen i fremtiden. Til grunn for prosjektet lå en antakelse om at *deltakelse* i morgendagens aktivitetssenter kan bidra til økt fysisk, psykisk og sosial helse både for egen og andres del. Folkehelse og frivillighet har vært en del av prosjektet.

1.2 Morgendagens pensjonister - yte og nytte

Spørreundersøkelsen viste at 71 prosent av respondentene hadde opplevd *overgangen* til å bli pensjonist positivt og 85 prosent var tilfreds med pensjonisttilværelsen. I tillegg stilte mange seg åpne og nysgjerrige til livet. Dette inntrykket ble styrket av funn fra intervjuene, som viste at respondentene opplevde eller så frem til pensjonisttilværelsen med glede, spenning og optimisme, og de fremstod som svært *aktive* og *deltakende* i pensjonistrollen (Aase, 2014). Flere var også opptatt av å holde på jobben lengst mulig, være aktive og fortsatt ta samfunnsansvar på ulike områder. Noen ønsket å lære mer og utvikle seg som pensjonister, selv om dette ikke kom like sterkt frem i spørreundersøkelsen. Til sammen utfylte funnene her bildet av unge pensjonister som opptatt av og innstilt på å *yte*.

Det kom også frem funn som ble knyttet til å *nyte* som pensjonister, dette gjaldt særlig svar i forhold til *mening* i pensjonisttilværelsen. I begge undersøkelsene viste dette seg i svar som å *nyte friheten som pensjonister, gjøre som jeg vil og har lyst til, og tilbringe tiden med nærmeste familie og venner*. Videre var så å si alle respondentene opptatt av å bevare og utvikle *gode sosiale møteplasser* for å forebygge *ensomhet* som pensjonister, men også at den enkelte har et stort ansvar for å være oppsøkende og ta initiativ selv. Bare ni prosent av respondentene i spørreundersøkelsen hadde opplevd ensomhet i forbindelse med overgangen til å bli pensjonist, det samme gjaldt opplevelsen av tap eller sorg. I intervjuene uttrykte imidlertid flere frykt for ensomhet som pensjonist dersom helsa skulle svikte, de var derfor opptatt av å holde seg i god form. Ifølge Barstad og Sandvik (2015) er dette en god investering, de fant at helse er den største hindringen for *deltakelse* i ulike sosiale sammenhenger. Samtidig som spørreundersøkelsen viste at forekomsten av ensomhet var noe høyere hos de som bodde alene, viste den også at ensomhet kan forekomme hos dem som bodde sammen med noen. Flere studier har pekt på at ensomhet hos eldre holder seg lav frem til 75-80 års alder, og at økningen fra da kan forklares med dårligere helse og tap av nær familie som ektefelle/samboer (Hansen og Slagsvold, 2015; Daatland og Slagsvold, 2014). Når en ser på prosentandelen eldre som er ensomme kan en stille spørsmål ved om frykten for å bli ensom er større enn det er grunnlag for. Det er også interessant at deltakerne tydelig uttrykte at eldre selv hadde ansvar for å ta initiativ slik at de hindret egen ensomhet. Lignende tanker om aldring og ensomhet er også beskrevet i forskning (Hauge og Kirkevold, 2010).

Når det gjaldt hva respondentene var opptatt av å bruke tiden på fremover var det først og fremst å *hjelpe nærmeste familie og venner*, men også å *nyte friheten til å styre dagene selv* ble høyt prioritert.

En forsiktig oppsummering av svarene så langt var at overraskende mange av respondentene fremstod som aktive, deltakende og opptatt av både å *yte* og *nyte* som pensjonister.

1.3 Mangfold i morgendagens aktivitetssentre

Temaet om mangfold i morgendagens aktivitetssentre omfattet spørsmål knyttet til *alder, kjønn, kultur og aktivitetstilbud*.

Det mest fremtredende og gjennomgående svaret i spørreundersøkelsen var behovet for sosiale møteplasser for pensjonister også i fremtiden. I spørreundersøkelsen kom det frem at bare 8 prosent av respondentene deltok i dagens seniorsentre, enten fordi de kjente seg for unge eller fordi de var opptatt på annet hold. På bakgrunn av disse svarene knyttet til *alder* eller *generasjoner* ble det reist et kritisk spørsmål hvorvidt møteplassene bare skulle være for pensjonister, eller for flere generasjoner i fremtiden. I intervjuene kom det frem noe mer skepsis til blandende aldersgrupper fordi mange mente at eldre har behov for å egne møteplasser med jevnaldrende. Resultatet av diskusjonen i gruppene og svar på en fremtidsrettet løsning kan fremstilles som at møteplassene i morgendagens aktivitetssentre bør være for flere generasjoner, men med muligheter for ulike gruppetilpasninger etter behov. Selv om mange i intervjuene uttrykte at dagens seniorsentre bør videreføres kom det også frem at de så et stort behov for *fornyelse* og legge bedre tilrette for *begge kjønn* i fremtiden.

Temaet om *mangfold* i morgendagens aktivitetssentre omfattet også spørsmål om åpenhet i forhold til *flerkulturalitet*. I spørreundersøkelsen kom det tydelig frem at aktivitetssentrene måtte ha et *inkluderende miljø for alle*, noe som ble markant støttet av funn fra de norske gruppene som ble intervjuet. På den annen side skilte funn i den norsk-pakistanske gruppen seg ut ved at respondentene uttrykte behov for egne seniorsentre for sin kultur og generasjon på grunn av språk- og kulturforskjeller. Ifølge Moen (2011) står folk med pakistansk bakgrunn i en særstilling fordi de har vært i Norge gjennom tre generasjoner, og mange av dem har nå blitt eldre. Selv om denne norsk-pakistanske gruppen som ble intervjuet hadde jobbet i Norge i over 40 år og var godt integrert i det norske samfunnet var de også tydelige på at dette ikke gjaldt for alle eldre pakistanere. De mente derfor at de burde bli tilgodesett med egne seniorsentre for å hjelpe andre eldre pakistanere. Men i lys av folke- og boligtellingsen (St.meld.nr 25, 2005-2006) som viste at bare *en* av fem eldre ikke-vestlige innvandrere bodde i storfamilier, at mange innvandrere har liten omgang med norske naboer og venner (Kumar, 2010) og at innvandrere har mindre tilgang til sosiale nettverk enn norske (Barstad og Sandvik, 2015), kan det se ut til å være en mer fremtidsrettet løsning at morgendagens aktivitetssentre blir en sosial møteplass for flere kulturer. På den annen side pekte den norsk-pakistanske gruppen på at neste generasjon innvandrere vil være integrert og med det vil behovet for egne møtesteder være borte. Dette kan støttes av flere studier som viste at barn av innvandrere gjør det svært bra på mange områder (Djuve, 2013; Østby (2013) og Hermansen (2015).

Når det gjaldt behovet for ulike aktivitetstilbud i morgendagens aktivitetssentre kom det frem et stort spekter av aktuelle aktiviteter. Spørreundersøkelsen viste at tilbud som *foredrag, kultur,*

trening og kurs/lære nytt var interessante, og intervjuene fulgte opp med *litteratur, bibliotek, trening, quiz, mat og matkultur* som aktuelle eksempler. På bakgrunn av alle svarene ble det i diskusjonsdelen av spørreundersøkelsen reist et kritisk spørsmål hvorvidt aktivitetssentrene vil være i stand å dekke et så mangfoldig aktivitetstilbud. Etter hvert fremstod det som verken mulig eller ønskelig å utvikle og utforme et felles innhold eller konsept for morgendagens aktivitetssentrene, men i stedet legge vekt på at hvert aktivitetssenter må ta utgangspunkt i sitt lokale sted og miljø og utforme et unikt tilbud for sine 'borgere'. Svarene gjenspeilte imidlertid noen suksesskriterier som utgangspunkt for etablering nye aktivitetssentre: *gode sosiale møteplasser, et inkluderende miljø, fornyelse, et mangfoldig aktivitetstilbud for flere aldre/generasjoner, kjønn og kulturer, og med deltakelse og frivillighet* i fokus.

1.4 Frivillighet

I spørreundersøkelsen viste svarene om frivillighet at 42 prosent av respondentene deltok i frivillig arbeid, hvorav 59 % brukte mellom 1- 4 timer pr. uke på frivillighet og mest knyttet til frivillige organisasjoner. Også i intervjuene kom det frem at mange av respondentene deltok eller var interessert i en eller annen form for frivillig arbeid.

I begge undersøkelsene var de største motivasjonsfaktorene for frivillig arbeid at det opplevdes *hyggelig, meningsfylt, positivt å hjelpe andre* og at de *bidro til samfunnsforbedringer*.

Både i spørreundersøkelsen og intervjuene kom det imidlertid frem en tydelig skepsis mot at frivillig arbeid kunne bli for bindende og forpliktende, og at flere vegret seg for å bli frivillig av den grunn. I denne undersøkelsen rettet spørsmålet om frivillighet seg også om frivillig arbeid i morgendagens aktivitetssentre. På dette området kom det ikke frem motsetninger i svarene, men tvert imot at dette er vanlig praksis i dagens seniorsentre.

I spørreundersøkelsen kom det frem at få respondenter deltok i frivillig arbeid med å hjelpe innvandrere/migranter. På den annen side viste funn i intervjuene at selv om den den norsk-pakistanske gruppen var aktive med frivillig arbeid hadde de behov for mer informasjon og kjennskap til frivillighet. I lys av dette kan morgendagens aktivitetssentre bidra til både integrering og frivillighet for eldre innvandrere ved å skape et inkluderende miljø for alle.

Om selve organiseringen av morgendagens aktivitetssentrene var de to viktigste forholdene et *godt samarbeid mellom kommune, private og frivillige* og at senteret har en *ansatt leder*.

2 KONKLUSJON

Dette prosjektet ønsket kunnskap om hvordan morgendagens aktivitetssentre (MAS) kan utvikles og utformes i fremtiden. Som et ledd i dette ble det gjennomført en spørreundersøkelse (del I) og en intervjuundersøkelse (del II). Undersøkelsene tok utgangspunkt i å få et bilde av unge pensjonister ved å belyse temaer om *overgangen* til å bli pensjonist, *mangfold* i morgendagens aktivitetssenter og *frivillighet*. På grunn av metodiske avgrensinger kan ikke svarene anses som representative utover disse utvalgene.

Respondentene fremstod med positive erfaringer eller forventninger knyttet til *overgangen* til å bli pensjonist, selv om noen følte seg for unge til å bli pensjonister på flere år. Respondentene fremstod videre som svært *aktive og deltakende*, med et stort ansvar for sin egen pensjonisttilværelse og til å hjelpe andre. Betydningen av sosiale relasjoner og gode sosiale møteplasser fremstod som et fremtredende funn i begge undersøkelsene, også for å forebygge ensomhet som pensjonister.

Om *mangfold* i morgendagens aktivitetssentre viste det seg at det verken vil være mulig eller ønskelig å utvikle et felles innhold eller konsept for nye aktivitetssentre, i stedet må hvert aktivitetssenter ta utgangspunkt i sitt lokalmiljø og behovene der for skape noe unikt og attraktivt. Det pekte seg likevel ut noen suksesskriterier; *gode møteplasser, inkluderende miljø, fornyelse, mangfoldig aktivitetstilbud tilpasset ulike aldre, kjønn og kulturer*, med *deltakelse og frivillighet* i fokus.

Mange respondenter var aktive i frivillig arbeid på ulike områder, men hadde også en skepsis til at det kunne bli for bindende som pensjonister. Funn fra den norsk-pakistanske gruppen viste at selv om de var aktive i frivillig arbeid ønsket de mer kjennskap til frivillighet og de ulike organisasjonene. I lys av at de ikke deltok i norske seniorsentre på grunn av språk og kulturforskjeller kan morgendagens aktivitetssentre bidra både til større tilgang til sosiale nettverk, integrering og frivillighet i fremtiden.

Hvorfor utvikle og utforme morgendagens aktivitetssentre? Svaret kan antydningvis være at her vil morgendagens pensjonister ha muligheten til å være med og skape noe nytt, til å *yte og nyte* for seg og sin seniorgenerasjon, i sitt lokalmiljø, i takt med tiden og med et blikk inn i fremtiden.

REFERANSELISTE

- Barstad, A. & Sandvik L. (2015) *Deltaking, støtte, tillit og tilhørighet. En analyse av ulikhet i sosiale relasjoner med utgangspunkt i levekårsundersøkelsene*. (SSB-Rapport 2015/51). Hentet fra: ssb.no/sosiale-forhold-og-kriminalitet/artikler-og-publikasjoner/deltaking-stotte-tillit-og-tilhorighet.
- Daatland, S.O. & Slagsvold, B. (2014, 13.02) Alderdommen bedre enn sitt rykte. Hentet fra <http://www.aftenposten.no/Alderdommen-bedre-enn-sitt-rykte-7467486>.
- Djuve, A.B. (2013) www.nrk.no/norge/dette-er-status-for-integreringen-1.10935927.
- Hansen, T. & Slagsvold, B.(2015) [*Late-Life Loneliness in 11 European Countries: Results from the Generations and Gender Survey*](#), vol. 124, No. 1, ISSN: 0303-8300. *Social Indicators Research*.
- Hauge, S. & Kirkevold, M. (2010) Older Norwegians' Understanding of Loneliness. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Wellbeing* 5 (1): 4654 - DOI: 10.3402/qhw.v5i1.4654.
- Hermansen, S.A. (2015) *Coming of Age, Getting Ahead? Assessing Socioeconomic Assimilation among Children of Immigrants in Norway*. Oslo, UiO, Institutt for sosiologi og samfunnsgeografi.
- Kumar, B.N. (2010) Migrasjon, etnisitet og helse. I Viken, B. (Red) *Folkehelse i et migrasjonsperspektiv* (s. 37-58). Bergen: Fagbokforlaget.
- Moen, B. (2011) 'Det står i Koranen': Familieforpliktelse overfor eldre i pakistanske familier. *Norsk antropologisk tidsskrift* 01/2011.
- Statistisk sentralbyrå (2014): <https://www.ssb.no/befolkning/statistikker/folkfram/aar/2014-06-17>
- St. melding nr.25 (2005-2006) *Mestring, muligheter og mening. Framtidas omsorgsutfordringer*. Oslo: Det kongelige Helse- og omsorgsdepartement.
- Meld. St.29 (2012 -2013) *Morgendagens omsorg*. Oslo: Det kongelige Helse- og omsorgsdepartement.
- Østby, L. (2008) *Eldre innvandrere - myter og realiteter*. I Norsk Selskap for Aldersforskning, Oslo; Statistisk sentralbyrå.
- Aase, E. (2014) *Pensjonistrollen - deltaker eller tilskuer?* TEORA: Telemark Open Research Archive.