

# ANBEFALINGER

1. juli 2020



## 10 ANBEFALINGER TIL AT MODVIRKE ENSOMHED OG MISTRIVSEL

For mange har tiden med corona været præget af ensomhed og mistrivsel som følge af nedlukning og fysisk og social isolation. Coronakrisen har ramt os alle, men den har vist sig at være særlig hård for dem, der i forvejen er udsatte, socialt isolerede eller ensomme.

Da Covid-19 ramte os, var der 350.000 ensomme i Danmark. Under krisen har ensomhed og mistrivsel haft alt for gode kår. I en befolkningsundersøgelse fra Aarhus Universitet<sup>1</sup> angiver 20 procent at danskerne at være ensomme.

De sociale og psykiske eftervirkninger af coronakrisen kan vise sig at være langt mere omfattende og sejlivede end de sundhedsmæssige konsekvenser. Samme undersøgelse fra Røde Kors viser, at 70 procent af de svært ensomme danskere svarer, at de føler sig mere ensomme nu, end de gjorde, før coronakrisen ramte, og at 10 procent af alle voksne danskere er bekymrede for at miste sociale relationer som følge af coronakrisen. Ensomhed er både en personlig udfordring for den enkelte og et økonomisk og sundhedsproblem for samfundet. Ensomhed koster årligt samfundet 8 milliarder og 800.000 sygedage (før coronakrisen). Hvis vi ikke får gjort noget ved de høje ensomhedstal efter coronakrisen, kan det ende med at blive voldsomt dyrt for os alle, både menneskeligt og økonomisk.

Med 15 folkemøder i 12 byer har Røde Kors taget initiativ til at samle lokale ildsjæle, virksomheder, kommuner og det danske civilsamfund til sammen at udtænke løsninger på, hvordan vi hjælper alle bedst muligt gennem genåbningen af Danmark, samt hvordan vi bevarer og lærer af de mange gode initiativer, som er opstået under coronakrisen. For på den positive side har coronakrisen også vist en enorm handlekraft og en lyst til at engagere sig for sine medmennesker. Det skal vi bygge videre på.

### 10 anbefalinger

På de 15 folkemøder er der kommet mange gode ideer og eksempler på konkrete indsatser og inspirerende løsninger på nye fællesskabsformer. Dem har vi samlet i et idekatalog til inspiration for alle.

Læs idekataloget: [www.rodekors.dk/idekatalog](http://www.rodekors.dk/idekatalog)

Der er også kommet mange gode råd og anbefalinger til, hvad vi bør gøre på et strukturelt og tværgående niveau for at modvirke ensomhed og mistrivsel. Disse råd, ideer og anbefalinger har vi på baggrund af vores erfaring i Røde Kors samlet til 10 anbefalinger om, hvordan vi under en langsom genåbning af Danmark eller i tilfælde af nye bølger eller lignende kriser bedre kan modvirke ensomhed og mistrivsel. For corona eller ej, har vi alt for mange, der mistrives og føler sig ensomme i Danmark.

<sup>1</sup> <https://hope-project.au.dk/#/>

Anbefalingerne er både målrettet foreninger, offentlige beslutningstagere og politikere i kommuner, regioner og på Christiansborg. Anbefalingerne er tværgående, og retter sig ikke mod enkelte målgrupper eller aktører, men sigter på at skabe gode rammevilkår og kvalitet.

## **RESUME: 10 ANBEFALINGER**

### **1. Opbyg kapacitet i civilsamfundet inden krisen rammer**

Der skal sikres stabile driftsmidler til frivillige sociale organisationer for at muliggøre, at organisationerne kan arbejde strategisk og langsigtet med deres aktiviteter og indsatser.

### **2. Danmark skal have en national ensomhedsstrategi**

Danmark skal have en national ensomhedsstrategi, der sætter mål og retning og sikrer konkrete initiativer for, hvordan vi nedbringer og forebygger ensomhed.

### **3. Der skal udvikles sociale beredskabsplaner**

Det psykosociale beredskab skal styrkes, og eksisterende sundhedsberedskabsplaner udvides med konkrete planer for det sociale område både på kommunalt, regionalt og statsligt niveau.

### **4. Vi skal gøre mere for at nå de allermost sårbare**

Samarbejdet mellem civilsamfundet, kommuner, regioner og fagforeninger skal styrkes for at sikre, at vi tager hånd om alle, og dermed når de allermost sårbare i samfundet.

### **5. Det skal være lettere at være med i fællesskaber**

Civilsamfundsorganisationer og andre aktører, der tilrettelægger frivillige indsatser, skal blive bedre til skabe rammer, så alle har mulighed for at tage del i fællesskaber – både hvad angår fleksible deltageres rammer og ved bringe deltagernes egne ressourcer i spil.

### **6. Samarbejdet skal øges**

Kommunerne bør arbejde struktureret med systematisk henvisning af borgere til indsatser fra civilsamfundet samt sikre en lokal og smidig dialog og koordinering mellem kommuner og civilsamfundsorganisationer.

### **7. Adgang til lokaler og faciliteter skal forbedres**

Kommunerne skal sikre, at de i fornødent omfang stiller lokaler til rådighed for frivillige organisationer på social- og sundhedsområdet. På sigt skal organisationerne sikres bedre ret til lokaler.

### **8. Byg videre på de digitale fremskridt**

Aktører indenfor det frivillige sociale og sundhedsmæssige område bør bruge digitale platforme til at styrke fællesskaber, og understøtte eksisterende aktiviteter.

### **9. Unødvendige GDPR-krav skal fjernes**

Undtagelsesbestemmelserne i den europæiske persondataforordning skal i videst muligt omfang tages i anvendelse til gavn for foreningslivet.

### **10. Personlig økonomi må ikke være en forhindring for at være med i et fællesskab**

Der bør sikres midler på finansloven, der sikrer adgang til forenings- og fællesskabsaktiviteter for alle – uanset familiens eller personlig økonomi.

## ANBEFALINGER

### **Anbefaling #1: Opbyg kapacitet i civilsamfundet inden krisen rammer**

Coronakrisen har vist, hvorfor det er vigtigt med et civilsamfund, der løfter afgørende sociale indsatser overfor udsatte borgere, ældre og ensomme i alle aldre. Krisen har også vist, hvor omstillingsparate civilsamfundets mange organisationer er. Udfordringer og behov er afdækket, og nærmest over natten er der opstået nye tilbud og omstilling af eksisterende aktiviteter. Organisationernes skrøbelige økonomiske fundament er dog også blevet tydeligt. En række indtægtskilder er under coronakrisen faldet bort eller minimeret betragteligt. Det har efterladt mange organisationer i en økonomisk kamp.

Coronakrisen har samtidigt efterladt flere udsatte borgere, der kæmper med negative følgevirkninger af nedlukningen og fortsatte restriktioner. Der er derfor mere end nogensinde behov for et stærkt civilsamfund – som bruger energien på deres kerneopgaver. Også inden coronakrisen var det generelle billede, at der blev brugt unødigt meget tid på at søge midler; vinkle indsatser og afrapportere. Med et mere stabilt økonomisk fundament vil civilsamfundet kunne rykke endnu hurtigere, nå ud til flere og kunne modstå kriser bedre.

**Røde Kors anbefaler**, at der sikres stabile driftsmidler til frivillige sociale organisationer for at muliggøre, at organisationerne kan arbejde strategisk og langsigtet med deres aktiviteter og indsatser. Dette bør være topprioritet i de kommende forhandlinger om en afløser for satspuljen.

### **Anbefaling #2: Danmark skal have en national ensomhedsstrategi**

Ensomhed er et stort problem for vores samfund. Det var det før coronakrisen, og problemet er kun vokset sig større og blevet mere tydeligt de seneste måneder. Ensomhed rammer i alle aldre og i alle dele af samfundet, men nogle bliver særlig hårdt ramt. Det gælder især unge og ældre, udsatte og mennesker med længerevarende sygdom eller handicap. Heldigvis har corona været et skridt på vejen til at aftabuisere ensomhed. Det har skabt et øget fokus på dem, der sidder isoleret uden et stort netværk og ikke mindst en legitim mulighed for den enkelte til at udtrykke sin oplevede ensomhed.

**Røde Kors anbefaler**, at Danmark skal have en national ensomhedsstrategi, der sætter mål og retning og sikrer konkrete initiativer for, hvordan vi nedbringer og forebygger ensomhed. Både i krisetid og under normale forhold.

Vi har brug for en strategi, som tænker på tværs af alle aldersgrupper og alle områder, der påvirker fællesskaber og menneskelige relationer. En strategi som skal udvikles i samarbejde med det offentlige, civilsamfundet og erhvervslivet. Og endeligt, en strategi som skal være med til at vende den negative udvikling i vores samfund og sørge for, at ingen fastholdes i ensomheden, men inviteres ind i fællesskabet.

### **Anbefaling #3: Der skal udvikles sociale beredskabsplaner**

De sociale og psykiske konsekvenser af nedlukningen har været omfattende, og de tegner til at være mere langvarige end de sundhedsmæssige konsekvenser. I dag er der regler om, at alle kommuner i Danmark skal have et beredskab, så de er klar, når en ulykke eller en katastrofe rammer. På regionalt niveau findes der sundheds- og psykosociale beredskaber, som skal hjælpe, hvis der opstår en omfattende og kritisk situation for mange borgere. På nationalt niveau findes et statsligt beredskab. Men det sociale område er ikke tænkt med i de mange beredskabsplaner. Hvis coronakrisen har lært os noget, så er det, at de sociale konsekvenser af store, og at akutte kriser mindst er lige så omfattende som de økonomiske og sundhedsmæssige.

**Røde Kors anbefaler**, at det psykosociale beredskab styrkes og eksisterende sundhedsberedskabsplaner udvides med mere konkrete planer for det sociale område både på kommunalt, regionalt og statsligt niveau.

Et socialt beredskab skal sikre:

- At udsatte borgere ikke overlades til isolation – det gælder både dem, der grundet handicap eller boform har været underlagt restriktioner i deres sociale kontakt, og dem, der trækker sig, og falder

igennem grundet store personlige psykiske problemer. Det kan fx være misbrugere og psykiske sårbare.

- At der er planer for, hvordan vi bruger faciliteter til at sikre social kontakt bl.a. haller og lignende i tilfælde af, at en anden krise rammer os. Målet må være at undgå en nedlukning, der resulterer i at udsatte mennesker afskæres fra al social kontakt.
- At de sociale og mentale konsekvenser tages med i beslutningsgrundlaget under en krise eller en ny pandemi.
- Adgang til psykosocial hjælp for alle under en krise.

#### **Anbefaling #4: Vi skal gøre mere for at nå de allermest sårbare**

Coronasituationen har endnu en gang vist, at det er de mest udsatte, som bliver hårdest ramt, når kriser rammer samfundet. Det kan være børn af udsatte familier, ældre, førtidspensionister, psykisk sårbare eller mennesker med handicap. De kan være særligt svære at nå, da de ofte ikke selv rækker ud og beder om hjælp, hvilket tydeliggør vigtigheden af det opsøgende arbejde. Kommuner og regioner besidder en helt unik kontakt til borgerne, og ved ofte hvem, der er mest udsat, og hvad der er behov for. Det offentlige frontpersonale som fx lærere, sygeplejersker, hjemmehjælpere og politi spiller en stor rolle i at opspore og henvise til relevante aktiviteter og tilbud – både i kommunen og i civilsamfundet. Også private faggrupper som fx bedemænd, der har den første kontakt til efterladte, kan bidrage væsentligt til at sikre, at ingen efterlades alene. Kun ved en fælles indsats kan vi få flere med i fællesskabet og nå dem, som har allermest brug for det.

***Røde Kors anbefaler,** at samarbejdet mellem civilsamfundet, kommuner, regioner og fagforeninger styrkes for at sikre, at vi tager hånd om alle, og dermed når de allermest sårbare i samfundet.*

#### **Anbefaling #5: Det skal være lettere at være med i fællesskabet**

Alle mennesker besidder egenskaber og ressourcer, de kan bidrage positivt med til fællesskaber. Vi vokser som mennesker, når vi oplever, at der er brug for os. Derfor skal vi møde mennesker med positive forventninger og uden den stigmatisering, der kan forekomme af bestemte grupper i samfundet. At inkludere udsatte borgere i frivilligt arbejde kan være et vigtigt skridt på vejen til at blive en del af fællesskabet og blive opmærksom på de færdigheder og ressourcer, man besidder. Frivilligt engagement øger desuden den demokratiske forståelse, udvider det lokale netværk og i mange tilfælde kan det være kompetenceopbyggende, også i forhold til arbejdsmarkedet. Aktiviteter skal være "sammen med" nogen, fremfor "for" nogen. Det kan man fx gøre ved at mødes om noget fælles tredje, herunder sport, madlavning eller kreative værksteder, så det bliver aktiviteten, der er i fokus.

Coronasituationen satte også fokus på, hvor vigtigt det er, at civilsamfundet kan facilitere ad-hoc frivillighed og medmenneskelighed, som ikke medfører store forpligtelser for den enkelte. Under coronakrisen blomstrede frivilligheden i Danmark, og det engagement skal vi fastholde. Det kan fx være i tidsbegrænsede forløb, som vi så under coronakrisen, eller at man som frivillig kan skrue op eller ned for sit engagement.

***Røde Kors anbefaler,** at civilsamfundsorganisationer og andre aktører, der tilrettelægger frivillige indsatser, skal blive bedre til at skabe rammer, så alle har mulighed for at tage del i fællesskaber – både hvad angår fleksible deltagelsesrammer og ved at skabe inkluderende rammer, hvor deltageres egne ressourcer bringes i spil.*

#### **Anbefaling #6: Samarbejdet skal øges**

I Røde Kors oplever vi, at samarbejde mellem kommuner og de frivillige foreninger giver bedre resultater for udsatte borgere. Deltagere i aktiviteter er ofte personer, som har en stor kontaktflade med det offentlige, og netop derfor er samarbejde og koordinering afgørende for at opnå synergi mellem de offentlige tilbud og de indsatser, som frivillige tilbyder. Det gælder også samarbejde organisationerne imellem. Der er allerede fokus på øget samarbejde og forskellige former for samskabelsesprocesser mellem civilsamfundet og offentlige aktører. Det særlige ved coronakrisen har været et samarbejde præget af hurtigere processer, mere tillid og mindre bureaukrati. Det har gjort mere muligt på kortere tid. Dette skal vi tage

med videre på den anden side af krisen med henblik på at skabe bedre synergi, helhedsorienterede indsatser for udsatte borgere og sikre at de forskellige sektorerers forskellige potentiale udnyttes optimalt.

**Røde Kors anbefaler**, at kommunerne arbejder struktureret med systematisk henvisning af borgere til indsatser fra civilsamfundet samt en systematisk lokal og smidig dialog og koordinering mellem kommuner og civilsamfundsorganisationer.

#### **Anbefaling #7: Adgang til lokaler og faciliteter skal forbedres**

Danmark har en historisk tradition for at sikre gode idrætsanlæg for breddeidrætten i alle dele af landet. Det er godt. Ligeledes har de folkeoplysende foreninger ret til at få henvist lokaler af kommunen og har ret til at få lokaletilskud på minimum 65 procent. På det sociale område ser det noget mere broget ud. Der er store kommunale forskelle, og mange frivillige organisationer på social- og sundhedsområdet mangler lokaler eller betaler dyrt for leje af disse. De er ikke sikret kommunal støtte. Det er en udfordring for deres evne til at nå udsatte mennesker. Passende lokaler og øvrige faciliteter (som fx adgang til køkken eller lokaler til kreativ udfoldelse) er afgørende for udbuddet og kvaliteten af tilbud til udsatte på social- og sundhedsområdet.

**Røde Kors anbefaler**, at kommunerne i første omgang sikrer, at de i fornødent omfang også stiller lokaler til rådighed for frivillige organisationer på social- og sundhedsområdet. På længere sigt bør det undersøges, hvordan frivillige organisationer på social- og sundhedsområdet kan sidestilles med de folkeoplysende foreninger.

#### **Anbefaling #8: Byg videre på digitale fremskridt**

Coronakrisen har betydet digitale højdespring for mange frivillige foreninger. En undersøgelse fra Frivilligrådet viser bl.a., at 82 procent af de landsdækkende frivillige sociale organisationer har flyttet aktiviteter over på digitale platforme. Det er en god og nødvendig udvikling, som skal understøttes af organisationerne fortsat. Krisen har dog også vist, at de digitale aktiviteter virker bedst, når de ikke udelukkende er en erstatning for fysiske fællesskaber. Der, hvor der ikke allerede var etableret kontakt og relationer, har det været svært at skabe dem, på trods af et behov eller en gruppe sårbare var identificeret. Det gælder i særlig grad de mest sårbare og udsatte mennesker.

**Røde Kors anbefaler**, at aktører indenfor det frivillige sociale og sundhedsmæssige område bruger digitale platforme til at styrke fællesskaber og understøtte eksisterende aktiviteter, og dermed forlænge kontakt og fællesskab i tid og rum.

#### **Anbefaling #9: Unødvendige GDPR-krav og andre bureaukratiske begrænsninger skal fjernes**

Det er ikke kun i krisetider, at unødvendigt bureaukrati er et problem, men når krisen rammer bliver benspænd og forhindringer ekstra tydelige. Et af de områder er reglerne under persondataforordningen. En betingelse for at bevare eller flytte fysiske fællesskaber til et digitalt rum er, at vi har kontaklinformationer på hinanden. Det er lavpraktik, men en afgørende en af slagsen. Der bruges unødigt mange ressourcer på at forstå og overholde reglerne, og GDPR-reglerne opstiller unødige begrænsninger for organisationernes kontakt med både eksisterende og potentielle frivillige samt med deltagerne. Det er hverken formålstjenesteligt eller rimeligt at stille de samme krav til foreninger som til store virksomheder og myndigheder.

**Røde Kors anbefaler**, at undtagelsesbestemmelserne i den europæiske persondataforordning i videst muligt omfang tages i anvendelse til gavn for foreningslivet.

#### **Anbefaling #10: Personlig økonomi må ikke være en forhindring for at være med i et fællesskab**

Alle har brug for et fællesskab med gode sociale relationer, og hvor man oplever, at der er brug for én. Vi bør som velfærdssamfund have som mål, at ingen skal stå uden for fællesskabet grundet personlig økonomi. Økonomiske trængte borgere skal ikke takke nej til aktiviteter med andre grundet manglende økonomi. Det er særligt vigtigt for familier med børn, for hvem fællesskaber med andre jævnaldrende er fuldstændig afgørende for deres trivsel og identitetsdannelse. Transport til aktiviteter udgør desuden ofte

en selvstændig forhindring for økonomiske trænge. Det gælder særligt i yderområder samt for ældre og andre, der grundet helbred har begrænset mobilitet. Vi bør som velfærdssamfund have som mål, at ingen skal stå uden for fællesskabet grundet personlig økonomi.

**Røde Kors anbefaler**, at der sikres midler på finansloven, der sikrer adgang til forenings- og fællesskabsaktiviteter for alle – uanset familiens eller personlig økonomi. Midlerne skal udmøntes via kommunerne og skal tilpasses og supplere eventuelle eksisterende kommunale tilskudsordninger.