



Dialogmøde

Ensomhed – godt i gang med strategiarbejdet

Dialogmøde den 20. februar 2023

Opsamling

Inspirationsoplæg

- i. Rejsen, vi er på og input fra første dialogmøde ved Rikke Kragh Iversen, Chef for Omsorg og Sundhed
- ii. Input fra Rådet for Socialt Udsatte ved formand Jørgen Revsbech
- iii. Fra National til Lokal Ensomhedsstrategi ved Ida Bay, Det Nationale partnerskab mod ensomhed

Pointer fra dialoger

- Man kan sagtens være ensom i et ægteskab.
- Hvordan opsporer man de unge, der ikke kommer med til fest?
- Vi skal tage udgangspunkt i de fem livsarenaer, som de arbejder med i forbindelse med den nationale ensomhedsstrategi, og som Ida Bay fortalte om: Hjem og bolig, Skole og uddannelse, Fritid og fællesskaber, Arbejdsliv og beskæftigelse og Sundhed og pleje.
- Vi skal have lave en Social Vejviser.
- Vi skal udvikle fællesskaber hvor man fx kan spise sammen. Det skal være fællesskaber hvor alle kan være med.
- Måske skulle vi finde et andet ord for ensomhed – som har en lidt negativ klang. Det kunne fx være "Sammen om Odsherred.
- Vi skal have uddannet nogle ambassadører. Nogle sociale viceværter.
- Vi skal huske de unge.
- Skolen er der, hvor skolebørnene bliver eksponeret for foreninger.
- Børnene er sårbare ifm skoleskifte.
- At være alene er ikke det samme som at være ensom.
- HUSK at *one-size IKKE fits-all*.



- Der skal uddannes ambassadører som virker på fx skoler og daginstitutioner, og som ved, hvordan man skal spørge ind til problematikken, hvor der jo er meget tabu omkring. Det har noget at gøre med tilgangen til problematikken.
- Vi skal have ambassadører ikke bare for de unge, men også for de ældre og midaldrende.
- Det er utrolig vigtigt med transporten – at der er økonomisk mulighed for at tilgå sociale fællesskaber.
- Der skal være mulighed for, at der er steder, hvor man kan mødes, være sammen og gøre noget fælles. Det kan være frivilligcenter eller et medborgerhus – man kan også mødes og lave noget fælles på plejecentrene.
- Der skal fokuseret på specifikke målgrupper – fx unge eller social sårbare i et par år, for vi kan ikke skyde med spreddehagl.
- Vi skal have en bus, der kører rundt, og ligesom når Hjemmeis kommer og ringer med deres klokke, skal bussen ringe med en klokke, så kan folk mødes forskellige steder, og kan være sammen om noget. Det skal være en glad bus at køre rundt i.
- Hvordan får man folk 'ud af busken'? Det har psykolog Dorthe Birkmose bud på. Hun inddeler motivation i tre faser
- Foreslag om at det bliver defineret hvad ensomhed er.
- Vi er nødt til at tage disse snakke om målgrupper, og hvad der skal med ind i strategien.
- Vi er nødt til at have nogle flere date and bare date fra Sundhedsprofilen.
- En ting ved vi – ensomhed er fuldstændig individuelt – og, at det er et vilkår.
- Vi skal være åbne, og se på helheder.
- Vi skal have en hilse-på kultur og ikke bare gå forbi hinanden.
- Synes ikke, vil skal bruge et andet ord for ensomhed.
- Vi skal have et udvalg, som er bredt repræsenteret – og så herefter kan vi lave forskellige undergrupper.
- Der er ét mål, men mange forskellige veje.
- Sociale medier er både en del af problemet og en del af løsningen.
- Unge skal inddrages!
- Bred målgruppe – smal målgruppe (der er delte holdninger til dette). Der skal fokuseres på alle målgrupper, for ensomhed gælder jo fra 0-100 år.
- Lave en social vejviser
- Uddanne ambassadører



- Be Happy – you're worth it <3
- Blandt unge er ensomhed meget tabubelagt
- Inddrag de unge – ikke enkeltvis men i grupper (med en der kan understøtte)
- Lav kampagner der kan være med til at nedbryde tabuet om ensomhed
- Pop-up samlinger – fx fodbold og snak. Noget uforpligtende for alle
- Transport-udfordringer kan føre til, at man føler sig alene
- Vigtigt med tillid i relationer. Du skal turde tale om dine tanker
- Vi er i mål når det føles naturligt at tale om ensomhed
- Fokus på skoleskifte
- Komplexiteten i klassen
- Foreningernes rolle alla WHG-dagen
- De gode interessefællesskaber på nettet
- Ikke on-site-fits-all
- Fællesskaber på tværs af klasse er sundt
- Undgå udstillinger
- Undgå tabu
- Ensomhed er et fællesskabsproblem – ikke et "ene"-problem

Afrunding ved Karina Vincent: Med reference til hendes tid i LOF anbefalede hun: Lav noget aktiv og noget meningsfuldt – sammen med andre.