

Livet som 90-åring

”Det här var roligt!”

Intervjuer med 204 personer i 90-års-åldern
i Jönköpings län hösten 2021

Ytterligare information:

Kjell Lindström

tel: 0702-163372

e-post: kjell@spf-f.se

Innehållsförteckning

Sammanfattning	4
Bakgrund	5
Metod	6
Arbetsgruppen	6
Rekrytering av intervjuare	6
Rekrytering av 90-åringar	6
Urval	6
Intervjufrågorna	6
Sekretess och tystnadslöfte	7
Databearbetning	7
Validering	7
Resultat	8
Genomförandet	8
Bakgrundsdata	8
Kontakter med vården	9
Digital mognad	10
Boendefrågor	11
Diskussion	12
Positivt urval	12
Kontakter med vården	12
Digital mognad	12
Boendefrågor	13
Tack!	13
Bilagor 1-4	

Sammanfattning

Idag är drygt 4000 personer i länet över 90 år och denna åldersgrupp beräknas växa snabbast av alla de närmaste åren. Kunskaperna om 90-åringarnas levnadsvillkor, behov och åsikter är bristfälliga. Vi har därför intervjuat drygt 200 personer i 90-års-åldern runt om i länet i syfte att lära mer. I denna intervju har vi inriktat oss på bakgrundsfrågor och frågor om *kontakter med vården*, om *digital mognad* och *boendefrågor*. Vi planerar ytterligare en intervju med frågor om en rad andra områden i början av 2022.

Vid intervjuerna framkommer en vital grupp 90-åringar som troligen inte är representativ för hela åldersgruppen. Detta är viktigt att beakta när man ser de enskilda resultaten.

Medelåldern är 90,8 år, 60% är kvinnor, 68% är änkor/änkemän, de flesta (77%) är ensamboende och bor i städer.

Många upplever en god hälsa men de har, trots detta, haft ett ganska stort antal kontakter med vården senaste halvåret (i genomsnitt 4,4) och man tar regelbundet i genomsnitt 4,9 olika läkemedel varje dag. Flertalet är mycket nöjda med hur vårdcentralerna genomfört vaccinationen mot Covid19.

Bara 17% har en s.k. fast vårdkontakt på vårdcentralen. 54% upplever att de har en "egen läkare" på vårdcentralen som de oftast får komma till och har därmed bra patient-läkarkontinuitet. Bara 68% klarade själva att kontakta vården, d.v.s. utan hjälp av anhörig/vän.

Det är ganska få som känner till/använder digitala lösningar som Bra Liv nära, 1177 och nätläkare. Detta visar på vikten av att de äldsta även i framtiden kan nå vårdcentralen enkelt via telefon.

Förvånande många (59%) äger något av dator/platta/smartphone men bara hälften har goda kunskaper att använda de digitala hjälpmedel man har. Tyvärr upplever två tredjedelar mer eller mindre otrygghet när de är ute på internet.

37% har mobilt BankID/BankID, 31% använder internet-bank och 23% har betaltjänsten Swish. Man kan alltså inte begära att alla i den äldre åldersgruppen skall kunna logga in på t.ex. 1177 eller i Bra Liv nära-appen med hjälp av mobilt BankID.

31% har ett konto på sociala medier och många av dessa (69%) är aktiva så gott som dagligen, Facebook är vanligast.

Nästan alla (98%) är nöjda med sitt boende. Bara 23% planerar att flytta de närmaste åren, varav knappt hälften inom 2 år. 34 personer (17%) vill flytta till ett seniorboende eller trygghetsboende, bara 8 personer vill flytta till ett SÄBO.

Bakgrund

Vad vet vi om 90-åringar?

Socialstyrelsen, Statistiska Centralbyrån, SIFO m.fl. har under många år genomfört befolkningsundersökningar. Men man frågar inte de äldsta! Åldersgruppen 80-90 år tillfrågas sällan och åldersgruppen 90+ finns aldrig med i några undersökningar.

Vid universitet och högskolor görs studier där de äldsta ibland ingår. Dessa studier är oftast inriktade på en specifik frågeställning och det är ofta ett mindre antal personer som ingår i studierna.

Detta gör att vår kunskap är begränsad om hur livet är för de allra äldsta i vårt län.

90-åringarna blir fler

De senaste drygt 40 åren har medellivslängden i länet ökat med nästan 10 år och antalet äldre har ökat kraftigt. Nu finns det mer än 4000 personer som är över 90 år i Jönköpings län. Idag är pensionärerna en femtedel av befolkningen, en fjärdedel av valmanskåren och en tredjedel av skattebetalarna. Och vi blir fler! Åldersgruppen 85+ beräknas öka med 50% fram till 2030.

Pensionärsorganisationernas ansvar

En viktig del i pensionärsorganisationernas arbete är påverkansarbetet mot samhället. Vi arbetar för att ta tillvara de äldres intressen. Erfarenheten visar att det tyvärr är alltför lätt att "spara" på äldre. De äldsta i samhället gör sig inte själva hörda med t.ex. insändare och deltagande i debatter utan vi pensionärsorganisationer behöver därför föra deras talan. Men för att kunna göra det på ett bra sätt behöver vi ha mer kunskap om de äldsta.

För att lära oss mer om vad länets 90-åringar har för önskemål och behov beslutade länets pensionärsorganisationer (PRO, SPF Seniorerna, SKPF Pensionärerna och RPG) 2020 att intervjua omkring 200 av de äldsta medlemmarna. Vi ansökte om stöd för projektet från Regionen och beviljades 70.600 kr i stöd för de första två intervjuomgångarna.

Metod

Arbetsgruppen

En arbetsgrupp utsågs av de fyra pensionärsorganisationerna; Kjell Lindström och Ragnhild Lorefors SPF Seniorerna, Göran Jörgensson och Berit Bohman PRO, Conny Rapp SKPF, Sven Holmquist RPG, Anna Dahl Aslan, Professor Högskolan i Skövde, Gunnel Lundgren, Sävsjö Kommunrepresentant, Eva Timén, Regionen och Maria Jacobsson, konsulent SPF Seniorerna. Gruppen arbetade under 2020 och 2021 fram rutiner för intervjuerna, lämpliga frågor, administrativa rutiner och ordnade uppstartsmöten för intervjuerna.

Rekrytering av intervjuare

Intervjuare rekryterades via pensionärsorganisationerna. Det gick oväntat lätt! 40 intervjuare (bilaga 1) samlades den 21 september och den 13 oktober 2021 för genomgång av bakgrunden till intervjuerna, sekretessfrågor, rutiner vid intervjuerna och genomgång av frågorna i frågeomgång 1.

Rekrytering av 90-åringar

Personer från flertalet av länets 124 lokala pensionärsföreningar ringde vid jultid 2020 alla medlemmar som var 87 år och äldre. Syftet med samtalen var i första hand att hålla kontakt med medlemmarna, önska God Jul och fråga om föreningen kunde hjälpa till med något. Vid samtalen presenterades också projektet "Livet som 90-åring" och man ställde frågan om de ville hjälpa oss genom att delta i intervjuerna. En stor del av de äldre (nästan hälften av de tillfrågade) ställde gärna upp.

Urval

I den mån det varit möjligt har vi försökt att skapa en intervjugrupp från olika socioekonomiska förhållanden, med god könsfördelning och med en bra geografisk fördelning mellan stad och landsbygd. Vi har tänkt på detta när vi rekryterat intervjuare, t.ex. lika många från PRO och SPF Seniorerna. Alla i intervjugruppen skall vara minst 88 år gammal och gruppen skall ha en medelålder över 90 år.

De intervjuade kommer från 11 av länets 13 kommuner. Tyvärr kunde vi inte rekrytera intervjuare i Gnosjö och Mullsjö kommuner.

Vi är medvetna om att det troligen är de mest vitala medlemmarna som har tackat ja till att delta i intervjuerna. Vår undersökningsgrupp är alltså inte representativ för hela åldersgruppen. Istället beskriver intervjuerna hur livet är för pigga 90-åringar i Jönköpings län hösten 2021.

Intervjufrågorna

Intervjufrågorna arbetades fram av arbetsgruppen och färdigställdes under våren 2021, testades under sommaren vid sju intervjuer och fastslogs efter smärre korrigeringar. Frågorna i omgång 1 handlar om *sociodemografisk bakgrund*,

kontakter med vården, digital mognad och bostäder (bilaga 2). Frågor om transporter, ekonomi, hälsa, kunskap och inställning till förebyggande arbete, ensamhet, existentiella funderingar, tandhälsa och upplevelse av ålderism sparas till frågeomgång 2 som planeras till början av 2022.

Sekretess och tystnadslöfte

Vi lovar de vi intervjuar att inga uppgifter sprids till någon annan. Inga personuppgifter matas in vid databearbetningen. Det finns alltså ingen som kan ta reda på vad den enskilde äldre berättar i intervjuerna. Ett informationsblad om detta delas ut till alla i samband med intervjun (bilaga 3).

Alla intervjuare har skrivit under ett tystnadslöfte (bilaga 4) som förvaras på SPF Seniorernas kansli.

Databearbetning

Ifyllda frågeformulär skickades till SPF Seniorernas kansli där formulären matades in helt oidentifierade i Excel för databearbetning och resultatsammanställning. I de flesta formulär finns några obesvarade frågor.

Validering

10 slumpvis utvalda intervjuformulär dubbelkontrollerades. Därvid framkom 0,4% inmatningsfel, vilket innebär ungefär ett inmatningsfel i vart tredje intervjuformulär.

Resultat

Genomförandet

Intervjuerna gick genomgående mycket bra. De flesta intervjuerna genomfördes i den intervjuades hem. Huvuddelen av intervjuerna genomfördes under oktober och första halvan av november 2021. Resultaten i denna rapport bygger på 204 av de totalt knappt 220 intervjuerna.

Både de som blev intervjuade och intervjuarna upplevde mötet som mycket trevligt, ”det här var roligt!”. Själva intervjun tog c:a 40 minuter men besöken varade betydligt längre, ofta 2-3 timmar. Det fanns mycket att prata om!

Bakgrundsdata

Ålder, kön, födelseland

De intervjuade är mellan 88 år och 103 år, medelåldern är 90,8 år. 60% är kvinnor. Nästan alla var födda i Sverige, bara 9 personer var födda i annat land.

Medlem i pensionärsförening

88% av de intervjuade är medlem i minst en pensionärsförening; 69 personer i PRO, 90 i SPF Seniorerna, 17 i RPG och 11 i SKPF Pensionärerna.

Boendeort

35% bor i Jönköping, 27% i mindre stad (t.ex. Värnamo, Nässjö), 30% i samhälle (t.ex. Aneby, Malmbäck) och 8% bor på landet.

Bostad

27% bor i villa, 21% bor i bostadsrätt, 45% bor i hyreslägenhet, 7 (3%) personer bor på SÄBO.

Ensamboende

23% är gifta eller sambo, 77% lever ensamma. 68% är änkor/änkemän.

Barn

11% saknar egna barn, de 89% som har barn har i genomsnitt 2,3 barn.

Utbildning

De intervjuades utbildningstid varierade stort från 2 till 26 år. 40% har kort utbildning (5-7år) och 9% har lång utbildning (>14 år), tre personer har doktorerat.

Äger bil

46% äger en bil, vilket inte innebär att så många kör bil själv.

Ekonomi

40% upplever sin ekonomi som mycket bättre eller något bättre jämfört med andra personer i samma ålder. 48% upplever likvärdig ekonomi och 11% upplever att de hade sämre ekonomi än jämnåriga.

Röstade 2018

Nästan alla (96%) röstade i valet 2018.

Hälsa

15% skattar sin hälsa som mycket bra, 35% som bra och 48% som någorlunda. Endast 5 personer skattar sin hälsa som dålig och ingen person som mycket dålig.

Läkemedel

I genomsnitt har man 4,9 olika läkemedel som tas dagligen. 18% har många läkemedel (8 eller fler), 62% har 3-7 läkemedel, 15% har 1-2 läkemedel och 5% har inga läkemedel alls som tas regelbundet.

Ensamhet

28% upplever att Coronapandemin lett till ökad ensamhet i hög grad/till stor del och 41% i viss grad.

11% har känt sig ensamma hela tiden eller för det mesta under den senaste 4-veckorsperioden. 32% känner sig ensamma ibland och 57% känner sig sällan eller aldrig ensamma.

Hemtjänst

32% har hjälp av hemtjänst.

Kontakter med vården

Antal senast 6 mån

I genomsnitt har man haft 4,4 kontakter med vårdcentralen eller sjukhus under de senaste 6 månaderna. 26 personer har inte haft någon kontakt alls.

I många fall inföll tidpunkten för 3:e vaccindosen mot Corona under det aktuella halvåret.

Byte av vårdcentral

85% hör till en Bra Liv-vårdcentral. 6% har aktivt valt en ny vårdcentral sedan vårdvalet infördes 2010.

”Egen läkare”

54% upplever att de har en ”egen läkare” på vårdcentralen som de alltid eller ofta fick komma till.

Fast vårdkontakt

17% har en s.k. fast vårdkontakt med ett direktnummer via telefon, 83% saknar fast vårdkontakt.

Klarar kontakter med vården

68% klarar själva att kontakta vården utan hjälp av anhöriga/vän.

Vaccination mot Covid19

92% var nöjda med den information de fått. 75% hade fått kallelse till vaccination. 14% hade själva ringt och bokat tid. 8% hade fått hjälp av anhörig/vän. Två personer var inte vaccinerade mot Corona.

1177

86% känner till 1177 och 41% har använt tjänsten.

Bra Liv nära

24% känner till Bra Liv nära och 6% har använt tjänsten.

Patientkontrakt

93% känner inte till begreppet patientkontrakt, 2 personer har ett patientkontrakt.

Nätläkare

4% har någon gång anlitat en s.k. nätläkare.

Digital mognad

Utrustning

41% saknar helt digital utrustning som dator/surfplatta/smartphone. 39% har en fungerande dator, 29% har en surfplatta/Ipad och 40% har en smartphone. 51% har en mobiltelefon som inte är en smartphone.

Kunskap

Av de som har utrustning kan 54% helt hantera sin utrustning själv, 31% kan hantera den delvis. Om problem uppstår klarar nästan ingen av att själv lösa dessa (6% svarar ja eller oftast).

Upplever osäkerhet på internet

114 personer har svarat på frågan om de känner sig osäkra när de är ute på internet. Av dessa upplever 44% osäkerhet i hög grad/till stor del och 34% upplever inte osäkerhet nästan alls/allt.

Mobilt BankID

37% har mobilt BankID/BankID.

Swish

23% har Swish.

Sociala medier

31% har ett konto på sociala medier och 69% av dessa använder sociala medier dagligen/nästan dagligen. 57% har Facebook och 33% har Instagram.

Digitalt möte

15 personer (7%) har deltagit i ett digitalt möte.

Internetbank

63 personer (31%) sköter själva sina betalningar via internet-bank.

Vill lära mer

På frågan om de var intresserade av att lära sig mer om datorer/mobil och internet svarade 27% ja, 18% kanske och 56% nej.

Boendefrågor

98% är nöjda med sitt boende. Men 23% har tankar på att flytta. Av dessa vill 46% flytta inom 2 år. 34 personer (17%) vill flytta till seniorboende/trygghetsboende och 8 personer (4%) vill flytta till SÄBO.

Diskussion

Positivt urval

Sammantaget talar de flesta uppgifter för att vi intervjuat de mest vitala av medlemmarna i 90-års-åldern. Kanske är det också så att de som är medlemmar i en pensionärsförening är något friskare och mer aktiva än de som inte är medlemmar? Resultaten i denna rapport är alltså inte representativa för hela åldersgruppen, vilket är viktigt att beakta när man ser de enskilda resultaten.

I befolkningen är 90-åriga kvinnor dubbelt så många som männen. I denna studie utgör kvinnorna bara 60%. 68% var änkor/änkemän. 77% levde ensamma. Bara 32% har hemtjänst och 46% har bil. Nästan alla (96%) hade röstat i valet 2018. Många upplevde att Corona-pandemin hade lett till ökad ensamhet men bara 11% hade känt sig ensamma för det mesta de senaste 4 veckorna.

De flesta upplever en god hälsa men de har, trots detta, haft ett ganska stort antal kontakter med vården senaste halvåret (i genomsnitt 4,4) och man tar regelbundet i genomsnitt 4,9 olika läkemedel varje dag.

Kontakter med vården

Bara 17% har en s.k. fast vårdkontakt på vårdcentralen. På enstaka vårdcentraler (t.ex. Norrahammars vårdcentral) tycks det fungera bra. 54% upplever att de har en "egen läkare" på vårdcentralen som de oftast får komma till och har därmed bra patient-läkarkontinuitet. Bara 68% klarar själva att kontakta vården utan hjälp av anhöriga eller en vän.

Här finns en stor förbättringspotential. Det är rimligt att så gott som alla 90-åringar har en fast vårdkontakt på vårdcentralen som är lätt att kontakta och en "egen läkare" med god kontinuitet. Alla har utan tvekan ett stort behov av detta!

Flertalet var mycket nöjda med hur vårdcentralerna genomfört vaccinationen mot Covid19. Man hade fått bra information om vaccinationen från vårdcentralerna/Regionen och en stor andel hade blivit kallade via brev eller telefon. Vårdcentralerna har denna gång glädjande nog inte hänvisat till tidbokning via Bra Liv nära-appen.

Trots att vi intervjuat de vitalaste 90-åringarna är det ganska få som känner till/använder digitala lösningar som Bra Liv nära, 1177 och nätläkare. Detta visar på vikten av att de äldsta även i framtiden kan nå vårdcentralen enkelt via telefon.

Digital mognad

Förvånade många (59%) har något av dator/platta/smartphone men bara hälften har goda kunskaper att använda de digitala hjälpmedel man har. I Internetstiftelsens nyligen utkomna rapport (Svenskarna och internet 2021) framgår att 57% av de som

är födda på 20- och 30-talen har digitala hjälpmedel. Detta överensstämmer bra med våra resultat, trots att vår undersökningsgrupp är något äldre. Bland yngre, t.ex. de födda på 80-talet, har alla (100%) digitala hjälpmedel.

37% har mobilt BankID/BankID, 31% använder internet-bank och 23% har betaltjänsten Swish. Tyvärr upplever två tredjedelar mer eller mindre otrygghet när de är ute på internet. Man kan alltså inte begära att alla i den äldre åldersgruppen skall kunna logga in på t.ex. 1177 eller i Bra Liv nära-appen med hjälp av mobilt BankID.

Den digitala utvecklingen går fort vilket gör att utbildningsbehovet är stort även för de som har viss kunskap. 27% är positivt inställda till att lära sig mer om digitala metoder. Pensionärsorganisationerna i samarbete med studieförbunden bör fortsätta och utöka sina ”datautbildningar”. Kanske kan även kommuner, Regionen och andra hjälpa till?

31% har ett konto på sociala medier och många av dessa (69%) är aktiva så gott som dagligen, Facebook är vanligast.

Boendefrågor

Nästan alla (98%) är nöjda med sitt boende. Bara 23% planerar att flytta de närmaste åren, varav knappt hälften inom 2 år. 34 personer (17%) vill flytta till ett seniorboende eller trygghetsboende, bara 8 personer vill flytta till SÄBO.

Tack!

Tack till alla personer i 90-års-åldern som tagit emot oss och välvilligt svarat på alla våra frågor!

Stort tack till professor Anna Dahl Aslan som har hjälpt oss mycket i arbetet med att ta fram lämpliga frågor och bidragit till att undersökningen genomförts med hög kvalitet.

Tack också till Regionen för god hjälp, gott samarbete och ekonomiskt stöd.

40 intervjuare: Livet som 90åring!

Kommun/ort	Org.	Namn	E-post
Habo	SPF	Anders Egeborn	egeborn.anders@gmail.com
Tranås	SPF	Janne Nyqvist	bo.jannyqvist@gmail.com
	SPF	Solbritt Gustavsson	solbritt.gustavsson@rohalla.nu
	PRO	Siv Carlsson	siw.carlsson@mjukvara.net
	SKPF	Margareta Källkvist	margaretakallkvist@hotmail.com
	PRO	Marie Ahlin	marie.alin@outlook.com
Sommen	PRO	Marie Ahlin	marie.alin@outlook.com
Vaggeryd	SPF	Thore Olsson	thore.ohlsson@vaggeryd.se
Skillingaryd	SPF	Irene Magnusson	bengt.irene@telia.com
Bankeryd	PRO	Bo-Enar Karlsson	boenar@hotmail.com
	SPF	Johan Eldin	johan.eldin@gmail.com
Taberg	SPF	Ragnhild Lorefors	ragnhild@lorefors.se
	RPG	Rolf Gabrielsson	rolf.gabrielsson@gmail.com
Värnamo	SPF	Bengt Lindahl	bengtlin Dahl50@gmail.com
Burseryd-Broaryd	SPF	Marita Wallentin	mewallentin@gmail.com
	SPF	Margareta Lund	lennartlu@gmail.com
Nässjö	PRO	Arne Brorsson	brorsson.arne@telia.com
	PRO	Göran Jörgensson	goranjorgensson@telia.com
Vetlanda	SPF	Birgitta Sigfridsson	birgitta.solshester@gmail.com
Ekenässjön	RPG	Sven Holmquist	sven.h@live.se
Sävsjö	PRO	Bengt Persson	bengt.30862@gmail.com
Aneby	PRO	Lasse Widell	lars-erik.widell@aneby.se
Jönköping	PRO	Rose-Marie Nordeström	rosemarie_birgitta@hotmail.com
	SPF	Lisbeth Falkstedt	lisbethfalkstedt@hotmail.com
	SPF	Gunnel Bergman	gunnelsara@gmail.com
	SPF	Kjell Lindström	kjell@spf-f.se
	SKPF	Ellenor Permeklev	ellenor.permeklev@gmail.com
	SKPF	Irene Roman	svearoman@gmail.com
	Örserum	SPF	Britt-Marie Andersson
Huskvarna	SPF	Gunilla Lydén	gunilla.a-lyden@tykavik.se
	PRO	Margereth Björklund	margerethb@gmail.com
Jönköping	SPF	Ulla Johansson	ulla.json21@telia.com
Tranås	PRO	Birgitta Söderhjelm	birgitta.soderhjelm@hotmail.com
Sävsjö	PRO	Laila Fransson	lailafransson39@gmail.com
	PRO	Berit Bergsten	bergstenberit@gmail.com
Ekenässjön	RPG	Ingrid Risarp	ingridrisarp@gmail.com
	RPG	Gunnel Karlsson	gunnel.karlsson42@gmail.com
Jönköping		Emma Ågren	margaretaagren303@gmail.com
		Birgitta Larsson	bittan.elisabet@gmail.com
	SKPF	Conny Rapp	conny.rapp@telia.com



LIVET SOM 90-ÅRING

Frågeformulär 1

PRO



SKPF
pensionärerna

SRF
SENIORERNA
Jönköpingsdistriktet

i samarbete med

 Region
Jönköpings län

Intervjuare: _____ (skriv tydligt!)

- Syftet med intervjuerna är att lära mer om hur de äldsta i samhället har det och vad man tycker i olika frågor. Vi behöver mer kunskap om vilka pensionärsorganisationer skall kunna bevaka de äldres intressen gentemot beslutsfattare.
- Innan du börjar intervjun bör du upplysa om att man kan avstå från att svara på en fråga och även avbryta hela intervjun.
- Frågor märkta med ** kan vara känsliga. Gäller frågorna 19, 21 och 24 i *Bakgrunden*.
- Läs upp svarsalternativen om det behövs.

A. Bakgrund

- Är du medlem i någon pensionärsförening?
Ja, medlem i PRO SPF Seniorerna SKPF Pensionärerna RPG
Nej
- Kön: Man Kvinna Annat
- Födelseår _____
- Initialer _____
- I vilket land är du född? _____
Om du inte är född i Sverige, hur gammal var du när du bosatte dig i Sverige?
_____ år
- Civilstatus
 Gift Änka/Änkeman Frånskild Sambo
 Särbo Ensamstående
- Bor du tillsammans med någon?
 Ja Nej
Om ja, med vem/vilka? (Flera svarsalternativ kan anges)
 Make/maka/sambo Egna barn Syskon Vän/vänner
- Har du barn?
 Ja, antal barn _____ Nej Om ja, hur många lever? _____
- Har du syskon?
 Ja, antal _____ (inkludera både de som lever och som inte lever) Nej
Om ja, hur många av dina syskon är i livet? _____

10. Boendeform
 Villa, radhus Bostadsrätt
 Hyreslägenhet Hyreslägenhet på särskilt boende
 Annan boendeform, vilken? _____
11. Bostadens storlek? _____ m² eller _____ antal rum
12. Nuvarande bostadsort
 Medelstor stad (Jönköping) Mindre stad (Värnamo, Nässjö, Sävsjö m.fl.)
 Samhälle (Aneby, Malmbäck, Bodafors m.fl.) Landsbygd (på landet)
13. Utbildning (högsta uppnådda examen)?
 Folkskola 6-7-årig Folkskola 8-9-årig Realskola/Flickskola
 Fackskola 2-årig Folkhögskola Gymnasieutbildning 3/4-årig
 Olika kurser Högskoleutbildning (3–6-årig) Doktorsexamen
14. Antal utbildningsår _____
15. Huvudsakligt yrke under arbetslivet (dvs, det yrke du har haft störst del av livet)

16. Huvudsakligt yrke för make/maka/person du levt med större delen av ditt vuxna liv _____
17. Hur gammal var du när du fick pensionen utbetald första gången? _____ år.
18. Har du jobbat extra efter pensioneringen?
 Ja, har jobbat extra efter pensioneringen och gör det fortfarande.
 Ja, men slutade vid _____ års ålder.
 Nej
19. Hur tror du att din ekonomiska situation är idag jämfört med andra personer i din egen ålder? **
 Mycket bättre Något bättre Likvärdig
 Något sämre Mycket sämre Vet ej Vill ej svara
20. Äger du eller någon i hushållet en bil?
 Ja Nej
21. Röstade du i senaste valet (2018)? **
 Ja Nej Minns inte Vill ej svara
22. Hur tycker du att din hälsa är i allmänhet?
 Mycket bra Bra Någorlunda
 Dålig Mycket dålig Vet ej Vill ej svara
23. Upplever du att Corona-pandemin har lett till ökad ensamhet?
 Ja, i hög grad Ja, till stor del Ja, till viss del
 Nej, nästan inte alls Nej, inte alls

24. Hur stor del av tiden under de senaste fyra veckorna har du känt dig ensam? **
- Hela tiden För det mesta Ibland
- Sällan Aldrig Vet ej Vill ej svara

B. Kontakter med vården

1. Hur många gånger har du varit i kontakt med vården de senaste 6 månaderna? (Gäller både via telefon, besök på vårdcentraler och sjukhus och digitalt. *OBS räkna inte tandläkarbesök.* Om den intervjuade inte vet exakt, går det bra med en uppskattning.) _____ gånger
2. Vilken vårdcentral har du valt? _____
 Bra Liv Privat
3. Har du hört till den vårdcentralen de senaste 10 åren? Ja
 Nej, jag har valt ny Nej, jag har bytt av andra skäl (t.ex. flyttat)
4. Har du ett särskilt direktnummer till vårdcentralen (inte vårdcentralens vanliga nummer)? Ja Nej
5. Har du en ”egen” läkare som du får komma till när du besöker vårdcentralen?
 Ja, alltid Ja, ofta Ibland Sällan Nej, aldrig
6. Har du en s.k. fast vårdkontakt (t.ex. en sjuksköterska) på vårdcentralen som du kan ringa på ett direktnummer vid hälsoproblem, tidsbeställning eller när du har frågor?
 Ja Nej
7. Behöver du ha hjälp av närstående när du skall kontakta vården?
 Ja Ibland Nej
8. Fick du information hemskickad om hur vaccinationen mot Covid19 skulle gå till?
 Ja, den var: Bra Med en del brister Helt otillräcklig
 Nej, fick ingen information
9. Om du har vaccinerat dig mot Covid19, hur bokades din tid?
 Jag fick kallelse/blev uppringd med en tid
 Bokade själv via telefon
 Bokade själv via nätet/Bra Liv Nära-appen
 Fick hjälp av anhörig/vän att boka via telefon/nätet
 Är ej vaccinerad
10. Känner du till ”Bra Liv Nära”? Ja Nej
Om ja: Har du använt denna tjänst? Ja Nej
11. Känner du till 1177? Ja Nej
Om ja: Har du använt denna tjänst? Ja Nej

12. Känner du till begreppet patientkontrakt? Ja Nej
 Om ja: Har du ett patientkontrakt? Ja Nej
13. Har du någon gång använt en ”nätläkare” (via telefon, dator eller surfplatta)?
 Ja Nej
14. Hur många stående, olika sorters läkemedel använder du varje dag? _____ st.
15. Har du hemtjänst? Ja Nej

C. Digital mognad

1. Har du en fungerande dator? Ja Nej
2. Har du en fungerande surfplatta/Ipad? Ja Nej
3. Har du en fungerande s.k. smartphone? Ja Nej
4. Har du en mobiltelefon som inte är en smartphone? Ja Nej

Om du inte har något av 1, 2 eller 3 ovan fortsätt till fråga 18

Om du har något av 1, 2 eller 3 ovan fortsätt med fråga 5

5. Kan du hantera dator/surfplatta/smartphone själv? Ja Delvis Nej
 Om du inte kan hantera den själv (installera, lägga in nya program/appar, uppdatera osv) vem hjälper dig?
 Partner (Make, maka, särbo, sambo) Barn, Barnbarn, Annan släkting
 Vän, Granne Hemtjänstpersonal Köper tjänsten
 Annan, vem _____
6. Om någonting blir fel med din dator/surfplatta/smartphone – kan du lösa problem själv?
 Ja Oftast Ibland Sällan Nej
7. Känner du dig säker i vad du gör när du är ute på Internet?
 Ja, i hög grad Ja, till stor del Ja, till viss del
 Nej, nästan inte alls Nej, inte alls
8. Vad använder du dator/platta/mobiltelefon och Internet till (Du kan välja flera alternativ)?
- | | | |
|--|-----------------------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Handla matvaror | <input type="checkbox"/> Ja | <input type="checkbox"/> Nej |
| <input type="checkbox"/> Handla kläder/skor/annat | <input type="checkbox"/> Ja | <input type="checkbox"/> Nej |
| <input type="checkbox"/> Boka tid hos frisör/sjukvård/tandläkare | <input type="checkbox"/> Ja | <input type="checkbox"/> Nej |
| <input type="checkbox"/> Bankärenden | <input type="checkbox"/> Ja | <input type="checkbox"/> Nej |
| <input type="checkbox"/> Titta på film/teve | <input type="checkbox"/> Ja | <input type="checkbox"/> Nej |
| <input type="checkbox"/> Fotografera | <input type="checkbox"/> Ja | <input type="checkbox"/> Nej |
| <input type="checkbox"/> Lyssna på musik | <input type="checkbox"/> Ja | <input type="checkbox"/> Nej |
| <input type="checkbox"/> Spela spel | <input type="checkbox"/> Ja | <input type="checkbox"/> Nej |

- Leta efter information inom ditt/dina intresseområden Ja Nej
- Annat? Vad _____ Ja Nej
9. Har du bank-id eller mobilt bank-id? Ja Nej
10. Har du betaltjänsten Swish? Ja Nej
11. Har du något konto på sociala medier? (t.ex. Facebook, Instagram, Snapchat eller annat)?
- Ja, på Facebook Instagram annat – vilket _____
- Nej (om nej, gå vidare till fråga 17)
12. Om ja, på fråga 11, hur ofta använder du sociala medier?
- Flera gånger om dagen I stort sett varje dag
- Ett par gånger i veckan Ett par gånger i månaden
13. Vilket påstående angående sociala media stämmer bäst in på dig.
- Jag gör egna inlägg och gillar och kommenterar andras inlägg.
- Jag gör inga egna inlägg, men gillar och kommenterar andras inlägg.
- Jag följer andra utan att gilla eller kommentera.
14. Vilka följer du på sociala medier (fler svarsalternativ kan anges)
- Mina barn (inkl. bonusbarn)
- Barnbarn
- Andra släktingar
- Vänner
- Influensers
- Företag (t ex mat- och klädaffärer, tjänsteföretag)
- Föreningar/grupper som delar mina intressen
- Myndigheter
- Kommun eller region
- Andra _____
15. Vilka av dessa kommunicerar du med, genom att t ex använda chattfunktion, kommentera bilder och inlägg
- Mina barn (inkl. bonusbarn)
- Barnbarn
- Andra släktingar
- Vänner
- Influensers
- Företag (t ex mat- och klädaffärer, tjänsteföretag)

- Föreningar/grupper som delar mina intressen
- Myndigheter
- Kommun eller region
- Andra _____

16. Har du deltagit i något digitalt möte?
(t.ex. via Zoom, Skype, Facetime eller annat) Ja Nej
17. Sköter du betalningar/bankärenden via dator/platta/telefon? Ja Nej
Om nej - hur sköter du betalningar?
- Skriver betalorder och skickar in per post
 - Går in på banken och betalar
 - Anhörig/god man sköter mina betalningar
18. Har du tillgång till fiber för Internet i din bostad? Ja Nej Vet ej
19. Om du fick en inbjudan för att lära dig mer om datorer/mobil och internet.
Skulle du då tacka ja? Ja Kanske Nej

D. Boendefrågor

1. Är du nöjd med/trivs med ditt nuvarande boende? Ja Nej
2. Har du tankar på att flytta? Nu eller i framtiden. Ja Nej
Om Ja, vill du flytta till:
- Lägenhet Trygghetsboende Seniorboende
 - Särskilt boende Annat
- Om Nej avsluta intervjun*
3. Hur stor bostad önskar du?
- Ett rum och kök Två rum och kök Tre rum och kök
 - Fyra rum och kök Mindre villa Radhus
4. Inom vilken tidsperiod tänker du att du vill flytta?
- Inom 1 år 1-2 år 3-4 år 5 år eller mer Aldrig Vet ej

Information till dig som blir intervjuad om ”Livet som 90-åring”

Antalet personer över 90 år ökar. Idag finns det över 4 000 90-åringar i Jönköpings län. Vi saknar till stor del kunskap om 90-åringarnas behov, önskemål och åsikter. 90-åringar finns oftast inte med i de undersökningar som görs och 90-åringarna själva gör sig sällan hörda.

Länets pensionärsorganisationer (PRO, SPF Seniorerna, SKPF Pensionärerna och RPG) har tillsammans startat ett projekt där vi söker upp och intervjuar personer som är i 90-årsåldern. Projektet har rönt stort intresse från Regionen, kommunerna, Institutet för Gerontologi, massmedia m.fl.

Vi har tänkt att 30-40 medlemmar i de lokala pensionärsföreningarna rekryterar 5-6 personer vardera som är i 90-årsåldern, oftast från den lokala pensionärsföreningen. Man genomför sedan en intervju vid ett personligt möte två gånger varje år. Intervjun beräknas ta c:a 45 minuter.

Intervjuerna handlar t.ex. om kontakter med vården, kunskap om datorer och telefoner, boendeförhållanden och önskemål om bostäder, tandproblem, levnadsförhållanden, hälsoproblem, motionsvanor, ekonomi. Man får avstå från att svara på vissa frågor om man tycker frågan är för ”närgången”. Man får också avbryta hela intervjun om man önskar.

De som intervjuar har tystnadsplikt. Inget av det som sägs under intervjun förs vidare till andra. Svaren noteras i ett formulär där inga persondata finns noterade. Formulären databearbetas och sammanställs i rapporter där man inte kan identifiera vad enskilda personer svarat.

Rapporterna och den ökade kunskapen skall användas för att påverka beslutsfattare så att samhället bättre förstår och anpassar sig till 90-åringarnas behov och önskemål.

Ytterligare information ges av:

Kjell Lindström, tel: 0702 – 16 33 72

Maria Jacobsson, tel: 0732 – 67 16 03

e-post: kjell@spf-f.se

e-post: kansli@spf-f.se

Göran Jörgensson



Kjell Lindström



Conny Rapp



Anders Bengtsson



I samarbete med



Tystnadslöfte – för dig som medverkar i projekt



Mitt tystnadslöfte innebär att jag inte pratar med andra om saker som sägs och görs i samband med mitt arbete i projektet.

Det kan röra privata förhållanden, personliga förtroenden och levnadsomständigheter.

Tystnadslöftet gäller under pågående arbete, men även när projektet har avslutats eller när jag själv väljer att sluta.

Jag har tagit del av ovanstående och förbinder mig att respektera tystnadslöftet.

Ort: _____

Datum: _____

Namnteckning: _____

Förening: _____

Projekt *Hjälpa ensamma äldre*: den underskrivna blanketten behålls och förvaras hos din förening.



Projekt *Livet som 90-åring*: den underskrivna blanketten förvaras hos SPF Seniorerna Jönköpingsdistriktet.



Projekt genomfört av

PRO



SKPF
pensionärerna

SRF
SENIORERNA
Jönköpingsdistriktet