

EXEMPEL: GRUPPREHABILITERING

## Vänner, hälsa och besparingar genom rehabilitering



### EXEMPEL GRUPPREHABILITERING: Rehabilitering ger vänner, hälsa och inbesparingar

Centralförbundet för De Gamlas Väl koordinerar verksamheten Vänkretsen, som är en målinriktad gruppverksamhet för äldre mer syfte att lindra och förebygga ensamhetskänsla. Mer än 7000 äldre människor från olika håll i Finland har redan deltagit i Vänkretsverksamheten. Verksamheten genomförs med stöd från Penningautomatföreningen.

I ett forskningsprojekt utfört av Centralförbundet för De Gamlas Väl utreddes inverkan av psykosocial grupprehabilitering av äldre. I undersökningen deltog 235 ensamman, över 75 år gamla seniorer, av vilka hälften deltog i grupprehabilitering och hälften fungerade som kontrollgrupp.

Rehabiliteringen ordnades i 8 personers grupper. Deltagarna träffades 2–6 timmar en gång i veckan under tre månaders tid. Grupperna delade in sig i tre kategorier baserat på innehåll: konst- och rekreationsgrupper, gruppmotions- och diskussionsgrupper och grupper som koncentrerar sig på terapeutiskt skrivande och gruppterapi.

Rehabiliteringen förbättrade deltagarnas psykiska välbefinnande och minnesfunktioner jämfört med kontrollgruppen. Många hittade vänner genom verksamheten. Deltagarna

kände sig också friska betydligt oftare än personerna i kontrollgruppen och anlidade därför hälsovårdstjänster i mindre utsträckning.



**Ett liv**  
Njut varje dag.



Ett liv -hälsotalko arbetar i Finland för att stödja människors hälsa och välbefinnande genom hela livet. I projektet samarbetar Hjämförbundet, Diabetesförbundet, Filha, Andningsförbundet, Föreningen för Mental Hälsa i Finland, Cancerorganisationerna och Hjärtförbundet. Duodecim är med som expertorganisation.

## Kostnader:

Rehabiliteringen av en senior inom undersökningen kostade 881 euro. I priset ingick ledd gruppverksamhet och övrigt ordnat program, en del av utbildningskostnaderna, transporter med minibussar samt måltider och utflykter under rehabiliteringsdagarna.

## Inbesparingar:

Interventionsgruppen använde social- och hälsovårdens tjänster för i genomsnitt 3122 euro under ett år, varav 1522 euro utgjordes av hälso- och sjukvårdskostnader. För personerna i kontrollgruppen var totalkostnaden 4752 euro, varav 2465 euro gick till hälso- och sjukvårdstjänster.

När kostnaderna för grupprehabilitering beaktades, sparade interventionen social-och hälsovårdskostnader om cirka 750 euro per år och deltagare.

## Observera:

Undersökningen som utfördes av Centralförbundet för De Gamlas Väl var en s.k. förklarande undersökning, som gjordes med frivilliga personer under idealiska förhållanden. På basen av den kan man säga att ifrågavarande grupprehabilitering kan vara effektiv och kostnadseffektiv för sådana personer som meddelar att de lider av ensamhet. Däremot kan man inte utgående från den bedöma hur man med dess hjälp kunde lindra alla äldres känslor av ensamhet. Man måste tänka ut ett lättare sätt att hitta äldre som lider av ensamhet än det som användes i denna undersökning.

## Källor:

- Ikääntyneiden yksinäisyys. (Äldre och ensamhet) Psykososiaalisen ryhmäkuntoutuksen vaikuttavuus. (Effekterna av psykosocial grupprehabilitering) Forskningsrapport, Vanhustyön keskusliitto ry - Centralförbundet för De Gamlas Väl rf 2005
- [http://www.vtkl.fi/fin/toimimme/ystavapiiri\\_toiminta/](http://www.vtkl.fi/fin/toimimme/ystavapiiri_toiminta/)



**Ett liv**  
Njut varje dag.



Ett liv -hälsotalko arbetar i Finland för att stödja människors hälsa och välbefinnande genom hela livet. I projektet samarbetar Hjämförbundet, Diabetesförbundet, Filha, Andningsförbundet, Föreningen för Mental Hälsa i Finland, Cancerorganisationerna och Hjärtförbundet. Duodecim är med som expertorganisation.