



SAHLGRENKA AKADEMIN

**INSTITUTIONEN FÖR NEUROVETENSKAP
OCH FYSIOLOGI
ARBETSTERAPI**

Äldre immigranterns upplevelser av att delta i kommunala träffpunkter

Ida Gullberg och Diana Sammak Bashi

Examensarbete:	15hp
Program:	Arbetsterapeutprogrammet
Kurs:	ARB341 Självständigt arbete i arbetsterapi
Nivå:	Grundnivå
Termin/år:	VT 2017
Handledare:	Susanne Gustafsson, Med.dr., Leg. Arbetsterapeut
Examinator:	Gunilla Forsberg-Wärleby, Med.dr, Leg. Arbetsterapeut

Sammanfattning

Examensarbete:	15 hp
Program:	Arbetsterapeutprogrammet 180 hp
Kurs:	ARB341 Självtändigt arbete i arbetsterapi
Nivå:	Grundnivå
Termin/år:	Vt 2017
Handledare:	Susanne Gustafsson, Med.dr., Leg. arbetsterapeut
Examinator:	Gunilla Forsberg-Wärleby, Med.dr., Leg. arbetsterapeut
Nyckelord:	Kvalitativ forskning, Socialt deltagande, Äldre, Immigranter

Titel: Äldre immigranterns upplevelser av kommunala träffpunkter

Författare: Diana Sammak Bashi och Ida Gullberg

Handledare: Susanne Gustafsson, Med.dr., Leg. Arbetsterapeut

Examinator: Gunilla Forsberg-Wärleby, Med.dr., leg. arbetsterapeut

Bakgrund: Delaktighet är ett viktigt begrepp inom arbetsterapi. Alla människor har rätt att delta i meningsfulla aktiviteter som stärker deras sociala inklusion i samhället. Många äldre immigranter upplever ensamhet och känner sig socialt isolerade. Ett sätt att bryta isoleringen är att gå till kommunala träffpunkter. Det är dock få immigranter som deltar på träffpunkter vilket väcker frågan om hur äldre immigranter upplever träffpunkterna. Kunskapen behöver därför fördjupas om varför äldre immigranter väljer att delta på träffpunkterna samt vad de upplever att träffpunkterna bidrar med. Detta för att synliggöra möjligheterna att kunna vara delaktig i meningsfulla aktiviteter oavsett etnisk bakgrund.

Syfte: Syftet med studien var att undersöka äldre immigranterns upplevelser av att delta i Göteborgs Stads kommunala träffpunkter.

Metod: En kvalitativ intervjustudie med en induktiv metodansats har genomförts. Sju äldre immigranter som alla hade besökt en kommunal träffpunkt i Göteborg under längre tid än sex månader har intervjuats. Intervjuerna analyserades enligt innehållsanalys beskriven av Graneheim och Lundman.

Resultat: Av innehållsanalysen framkom ett övergripande tema vilket var "Skapar meningsfullhet" samt fem kategorier; "Stödjer gemenskap", "Språket, ett verktyg", "Gynnsam inverkan på kropp och själ", "Upprätthålla roller" och "Verksamhetens utformning" med nio tillhörande underkategorier. Resultatet visar att träffpunkten bidrog till meningsfullhet i äldre immigranterns liv vilket i sin tur ökade livskvaliteten och välbefinnandet. Träffpunkten bidrog även till att äldre immigranter kände sig mindre ensamma då de fick ett ökat socialt nätverk och en grupp att tillhöra.

Slutsats: Träffpunkten har en stor påverkan på de äldre immigranternas välbefinnande då den tillfredsställer många behov och ger dem möjlighet att delta i aktiviteter på lika villkor. Träffpunkter skapar meningsfullhet och har en stor betydelse för äldre immigranterns livskvalitet.

Abstract

Thesis: 15 hp
Program: Occupational Therapy program 180 hp
Course: ARB341 Bachelor thesis in Occupational therapy
Level: First Cycle
Semester/year: St 2017
Supervisor: PhD, Reg. OT, Susanne Gustafsson
Examiner: PhD, Reg. OT, Gunilla Forsberg- Wårleby
Keyword: Qualitative Research, Social Participation, Aged, Immigrants

Title: Older immigrants experiences of municipal meeting places

Author: Diana Sammak Bashi and Ida Gullberg

Supervisor: PhD, Reg. OT, Susanne Gustafsson

Examiner: PhD, Reg. OT, Gunilla Forsberg-Wårleby

Background: Participation is an important concept in the field of occupational therapy. Everyone have the right to participate in meaningful activities that strengthen their opportunities for social inclusion in society. Many older immigrants are experiencing loneliness and feel socially isolated. One way of breaking the isolation is to attend municipal meeting places. It is only a few older immigrants that participate in municipal meeting places which raises the question of how older immigrants experience municipal meeting places. This knowledge needs to be deepened to why older immigrants choose to participate in the municipal meeting places and what they feel about the municipal meeting places contribute with. This is to make visible the opportunities to participate in meaningful activities, regardless of ethnicity.

Aim: The aim of the study was to examine older immigrants' experiences in participating in Gothenburg's municipal meeting places.

Method: The method used was a qualitative inductive interview study. A content analysis was made according to the method described by Graneheim and Lundman. Seven older individuals with an immigrant background who had visited a municipal meeting place in Gothenburg for longer than six months were interviewed.

Results: The content analysis resulted in a theme which was "Creating meaningfulness" and five categories that were; "Supports community", "Language, a tool", "Favorable influence on the body and soul", "Maintaining roles" and "Design of the municipal meeting place" as well as nine related subcategories. The result shows that the older immigrants perceive that the meeting places contributed to meaningfulness which in turn increased their quality of life and well-being. The meeting places made the older immigrants feel less lonely as their social network grew and they got a group they could connect with.

Conclusion: The meeting places has a great impact on the older immigrants' well-being as it satisfies many needs and imply possibility to participate in activities on equal terms. Meeting places create meaningfulness and mean a great deal in matter of life quality for older immigrants.

Innehållsförteckning

Bakgrund	5
Syfte	6
Metod	7
Urval	7
Datainsamling	7
Databearbetning	7
Etiska överväganden	8
Resultat	9
Skapar meningsfullhet	9
Stödjer gemenskap	9
Språket, ett verktyg	10
Gynnsam inverkan på kropp och själ	11
Upprätthålla roller	12
Verksamhetens utformning	12
Diskussion	14
Resultatdiskussion	14
Metoddiskussion	16
Slutsats	17
Referenser	19

Bakgrund

För att människan ska kunna tillfredsställa sitt behov av att tillhöra ett socialt sammanhang och uppleva välbefinnande är det nödvändigt att personen kan vara delaktig i meningsfulla aktiviteter (1). Delaktighet är ett centralt begrepp inom arbetsterapi och definieras som ett område där personen är socialt och ekonomiskt delaktig i samhället (2). Enligt den arbetsterapeutiska modellen the Model of Human Occupation (MoHO) (1) definieras delaktighet som när en person upplever engagemang i aktiviteter som personen behöver och vill utföra (1). Enligt MoHO (1) kan den fysiska och sociala miljön antingen möjliggöra eller begränsa aktiviteter.

Townsend (3) lyfter fram att utsatta grupper i samhället, exempelvis personer med immigrantbakgrund, lättare blir berövade sitt behov att kunna utföra aktiviteter. Townsend (3) menar att alla människor har rätt att delta i, för dem, meningsfulla aktiviteter som stärker deras möjligheter till social inklusion i samhället (3). Varje enskild person har rätt till ett aktivt liv trots begränsningar, aktiviteter i samhället ska därför anpassas till individens behov (4). Det som händer då individer inte får dessa rättigheter tillgodosedda är att de blir utsatta för aktivitetsorättvisa (Occupational injustice) (3). Detta innebär att de inte har möjlighet att delta i sociala sammanhang och att de inte har tillräckligt med meningsfulla aktiviteter under vardagen för att känna sig tillfredsställda (3).

En immigrant definieras i föreliggande studie som en person som flyttar från ett land till ett annat land i syfte att bosätta sig (5). Sverige har sedan andra världskriget tagit emot ett stort antal immigranter (6). Enligt en undersökning som gjordes 2016 bor det idag cirka 1,7 miljoner människor i Sverige som har immigrerat (7). Antalet äldre immigranter fortsätter att öka i Sverige av olika anledningar, t.ex. krig, politiska skäl eller fattigdom (8). Det finns i nuläget ingen statistik på hur de personer som har immigrerat fått möjlighet att integreras i samhället, men det är vanligt att personer med immigrantbakgrund blir socialt exkluderade och ensamma där den främsta orsaken är språksvårigheter (9). Många av de immigranter som kommer till Sverige upplever ensamhet och känner sig socialt isolerade (10). De beskriver att känslan av ensamhet blir större på grund av svårigheter med det svenska språket samt att den nya miljön och kulturen i Sverige känns svår att anpassa sig till (10). Emami et al (11) har visat att äldre personer från Iran, som immigrerat till Sverige, upplever ensamhet och social exklusion. De stora skillnaderna i kulturen har visat sig medföra svårigheter att bygga upp nya kontakter samt att lära sig det svenska språket (11). Att flytta till ett annat land kan innebära en övergång med förlorade roller vilket kan bidra till svårigheter att integrera sig i samhället och resultera i social exklusion (12). En övergång från yrkesarbete till pensionering kan också innebära förlorade roller för immigranter (1).

Utifrån ett aktivitetsperspektiv tas roller (1) upp som en viktig faktor i en persons liv. Alla personer har varierande roller och detta påverkar hur personen väljer att utföra sina aktiviteter (1). En förlorad roll kan leda till minskad motivation, delaktighet, isolering samt förändringar i rutiner (1). Övergången till att bli pensionär kan innebära en stressande tid för många personer eftersom det innebär ett avsked från yrkeslivet där rutiner ingick i vardagen, till en mer oviss tid där nya aktiviteter behövs skapas (13). En ny situation i livet formas efter pensionen, där pensionären behöver anpassa sitt nya liv utefter en

annorlunda ekonomisk situation men även ta hänsyn till de fritidsmöjligheter som finns (14). Att vara delaktig i samhället och känna gemenskap till andra människor har stor betydelse för hur pensionären upplever sin livssituation efter pensioneringen, som vanligtvis sker vid 65 års ålder.

För att motverka social isolering bland äldre immigranter har träffpunkter föreslagits som medel där äldre deltagande personer har möjlighet att träffa andra i samma situation (10,11). Enligt Socialtjänstlagen (15) ska samhället främja människors aktiva deltagande i samhällslivet och målet för folkhälsan i Sverige är att alla personer ska ha samma förutsättningar för en god hälsa (16). Wilcock (17) beskriver samhället som en faktor som ska hjälpa äldre personer att ha en fungerande livsstil, där de kan utvecklas och skapa förutsättningar för att personen skall kunna uppleva meningsfullhet. Träffpunkterna är ett medel som syftar till att forma arenor för äldre immigranter där förutsättningar skapas till att delta i meningsfulla aktiviteter (18). I Göteborgs Stad finns det idag 34 kommunala träffpunkter för äldre personer med syfte att möjliggöra för äldre personer att delta i olika meningsfulla aktiviteter och att skapa nya relationer (18). Utbudet av aktiviteter ser olika ut i de olika stadsdelarna i Göteborgs Stad (18). Dock beskrivs det i Lindahls rapport (18) att andelen äldre immigranter är lägre på Göteborgs Stads träffpunkter än för personer födda i Sverige.

Lindahl (19) beskriver vidare att träffpunkter kan gynna personer till att bli mer aktiva i vardagen, att känna tillhörighet, skapa meningsfulla sociala relationer samt att vara delaktig i samhället. Det har också visat sig i en studie (20) att de personer som deltog på träffpunkter mådde psykiskt bättre i jämförelse med personer som inte deltog (20). Samma studie (20) visade också att de personer som deltog i aktiviteter på träffpunkterna fick ett utökat socialt nätverk då de utvecklade nya sociala relationer på träffpunkterna. De personer som deltog upplevde sig mindre ensamma samt att de upplevde att deras hälsa förbättrades (20). Idag finns stor kunskap om att delaktighet är viktigt och betydelsefullt för människors välbefinnande. Kommunala träffpunkter har visat sig vara betydelsefulla för äldre personer när det gäller att hitta en arena där de kan upptäcka meningsfulla aktiviteter och finna social gemenskap (19).

Tidigare studier har dock visat att äldre immigranter upplever ensamhet (10) samt att de är en grupp som riskerar minskad delaktighet och därmed större ohälsa (11). I Lindahls rapport (19) framkommer att andelen äldre immigranter är lägre på Göteborgs Stads träffpunkter än personer födda i Sverige, vilket väcker frågan om hur äldre immigranter upplever träffpunkterna. Kunskapen behöver därför fördjupas om varför äldre immigranter väljer att delta på träffpunkterna samt vad de upplever att träffpunkterna bidrar med. Detta för att synliggöra möjligheterna att kunna vara delaktig i meningsfulla aktiviteter oavsett etnisk bakgrund (3).

Syfte

Syftet med studien var att undersöka äldre immigranternas upplevelser av att delta i Göteborgs Stads kommunala träffpunkter för äldre personer.

Metod

En kvalitativ induktiv metodansats användes i studien (21). Den kvalitativa metoden innebar att data samlades in genom intervjuer och användes för att undersöka deltagarnas upplevelser. Studien utgick från en induktiv metodansats (21), vilket innebar att materialet analyseras på ett förutsättningslöst sätt utifrån det som framkom i intervjuerna (22).

Urval

Undersökningsgruppen bestod av personer med immigrantbakgrund som deltog på träffpunkter i Göteborgs Stad. Inklusionskriterierna var: 1) 65 år eller äldre, 2) talar och förstår svenska, 3) är immigrant samt 4) deltagit på träffpunkterna under minst ett halvår. Exklusionskriteriet var om personen hade en demenssjukdom.

Totalt tillfrågades tolv personer varav sju tackade ja. De fem personerna som tackade nej uppgav spontant att de ville avstå av olika anledningar bland annat tidsbrist. Deltagarna i studien består av sex kvinnor och en man som var mellan 65-85 år, medianålder var 69 år. Deltagarna kom från olika delar av världen, såväl inom som utanför Europa. Deltagarna hade bott i Sverige under olika lång tid, dock minst 35 år. Alla deltagare hade yrkesarbetat i Sverige före pensionen.

Datainsamling

Författarna kontaktade två verksamhetschefer på två olika träffpunkter i Göteborgs Stad. Verksamhetscheferna fick information om studien och samtyckesformulär skrevs under för att studien fick genomföras på verksamheterna. Möjliga deltagare utifrån inklusions- och exklusionskriterierna tillfrågades av träffpunkternas personal samt utav författarna genom informationsbrev som beskrev studien. Informationsbrevet innehöll information kring studien och att det är frivilligt att delta samt samtyckesformulär som deltagarna fick skriva under om de ville delta i studien.

En intervjuguide utformades med specifika frågor kring träffpunkten och deltagande, allmänna frågor kring bland annat ålder och vilket land deltagarna kom ifrån. Även följdfrågor ställdes under intervjun för att få en bredare och djupare förståelse av deltagarnas upplevelser. Fem av intervjuerna ägde rum på träffpunkterna medan två genomfördes hemma hos deltagarna. I studien har två provintervjuer genomförts varav en gjordes på en av författarna för att prova genomförbarhet. Den andra provintervjun utfördes på en deltagare på träffpunkten i syfte att prova om frågorna uppfattades som avsett och om de svarade mot syftet.

Intervjuerna var semistrukturerade (21). Längden på intervjuerna varierade mellan 25-45 minuter. Intervjuerna spelades in med telefon och ljudfilerna överfördes till ett USB som sparas och arkiveras på Göteborgs universitet i 10 år. Ljudfilerna transkriberades ordagrant av författarna.

Databearbetning

Vid analysen av de transkriberade intervjuerna användes Graneheim och Lundmans kvalitativa innehållsanalys (22). Efter varje genomförd intervju transkriberades intervjun och författarna läste tillsammans de transkriberade texterna för att få en känsla för

helheten. Under tiden som transkriberingen lästes markerades den text som svarade mot syftet. Intervjuerna analyserades stegvis med hjälp av en systematisk kondensering av meningar vilket innebär att meningarna komprimeras till mindre enheter men att det centrala innehållet i meningen fanns kvar (22). Meningsbärande enheter som svarade mot syftet togs ut från den transkriberade texten. De meningsbärande enheterna komprimerades till kondenserade meningsenheter där innehållet som svarade mot syftet kvarstod. De kondenserade meningsenheterna gavs koder som kort beskrev dess innehåll. Författarna läste tillsammans igenom de meningsbärande enheterna som var grupperade under samma koder för att hitta dess innebörd och utifrån de meningsbärande enheterna kunde underkategorier och kategorier skapas utifrån innebörden av meningarna. Utifrån det latenta budskapet som framkom i kategorierna framträdde ett tema som genomsyrade alla kategorier och underkategorier, se tabell 1.

Tabell 1: En översikt över de olika stegen i innehållsanalysen

Meningsenhet	Kondenserad meningsenhet	Kodning	Underkategori	Kategori
Man känner sig piggare och livslust... man får mer livslust alltså man tänker inte på alla du vet man tänker inte på saker och ting på samma sätt [träffpunkten].	Genom att komma till träffpunkten får man mer energi, mer livslust samt möjlighet till avkoppling.	Ökad livslust, energi, bortkoppling av negativa tankar	Glädje och energi	Gynnsam inverkan på kropp och själ
Man är delaktig och tillhör i en grupp	Man delaktig i aktiviteten och känner att man tillhör en grupp	Känsla av tillhörighet	Känslan av att tillhöra	Stödjer gemenskap

Materialet bestod av data i form av sju transkriberade intervjuer vilket omfattade 161 A4 sidor med 128 meningsbärande enheter utskrivet med 1,5 radavstånd och storlek 12 Times New Roman. För att belysa innehållet i intervjuerna har citat valts ut vilka är representativa för samtliga deltagare.

Etiska överväganden

Deltagarna i studien är en grupp som i många aspekter är utsatta i samhället därför var det av stor vikt att noga överväga etiska aspekter i studien. Frågor om deltagarnas bakgrund har därför tagits hänsyn till (21). Ett etiskt övervägande gjordes även kring maktförhållanden om en person eller två personer skulle intervjua deltagaren då det kunde påverka deltagarens svar. Författarna tog hänsyn till detta och valde att utföra intervjuerna enskilt med deltagarna.

De etiska aspekterna i studien övervägdes nog av författarna och risker som kunde uppstå identifierades innan studien genomfördes. Det var viktigt att tänka på hur intervjuaren ställde frågorna och vilka frågor som togs med i intervjun. En risk fanns att väcka starka känslor hos deltagarna eftersom de eventuellt kunde ha gått igenom svårigheter, trauman eller tragedier för att komma till Sverige. Etiska aspekter gällande intervjuguiden som övervägdes var att frågorna till deltagarna inte skulle vara alltför personliga, om specifika ämnen som deltagarna skulle kunna påverkas starkt av

Resultat

Resultatet bygger på sju deltagares upplevelser av att delta på Göteborgs Stads träffpunkter. Resultatet visade att deltagarna upplevde att träffpunkten har skapat meningsfullhet i deltagarnas vardag och haft en positiv effekt på deras välbefinnande. De upplevde att detta uppnåddes genom att träffpunkterna stödjer gemenskap, att träffpunkten är ett verktyg för språkutveckling, att aktiviteterna på träffpunkten har gynnsam inverkan på såväl kropp och själ, att deltagandet ger stöd i att upprätthålla sina roller samt att verksamhetens utformning har betydelse för deltagandet. Resultatet presenteras i ett övergripande tema, fem kategorier och nio underkategorier, se figur 1.



Figur 1. Figuren visar en översikt av tema, kategorier och underkategorier som beskriver resultatet av immigranternas upplevelse av Göteborgs Stads träffpunkter.

Skapar meningsfullhet

“Skapar meningsfullhet” är ett övergripande tema i denna studie då meningsfullhet genomsyrar alla kategorier och ständigt återkommer i deltagarnas upplevelser. Samvaron och gemenskapen med dess stimulans leder till meningsfullhet i vardagen och i livet. Meningsfullhet är en viktig faktor i deltagarnas liv och genom att de upplever meningsfullhet ökar det även deras delaktighet på träffpunkten.

Stödjer gemenskap

Kategorin “Stödjer gemenskap” innehåller beskrivningar av deltagarnas upplevelser som handlar om hur deltagandet på träffpunkten leder fram till ökad gemenskap och samhörighet. I kategorin ingår tre underkategorier som är “Träffa nya vänner”, “Bryta isolering” och “Känslan av att tillhöra”.

Träffa nya vänner

Deltagarna i studien upplevde att de blev mer sociala genom att gå till träffpunkten då de fick möjlighet till att umgås med andra deltagare. Deltagarna beskrev även att de har träffat många nya vänner som de umgås med på träffpunkten och även utanför. Det framkom även att träffpunkten har utökat deras sociala nätverk och att vardagen därmed har blivit mer meningsfull. Det fanns en välkomnande känsla på träffpunkten som gjorde att det kändes lättare att umgås, prata och öppna sig för varandra.

“Man måste ha ett socialt liv och då tycker jag de här är mycket man träffar nya människor”

“Ja, det är bara att komma det är ju jättebra man får ju nya vänner och blir gladare”

Bryta isolering

Det framkom att träffpunkten är betydelsefull då deltagarna upplevde att den gav en möjlighet att bryta sin isolering tillsammans med andra personer. Många faktorer hade bidragit till deltagarnas ensamhet bland annat att de kommer ifrån ett annat land, men också för att personer i deras omgivning som de brukade umgås med hade gått bort. Träffpunkten skapade därför en meningsfull vardag för deltagarna då de inte kände sig lika ensamma.

“För dem som är ensamma så det måste ju vara jättebra...är det väl jätteviktigt”

Känslan av att tillhöra

Deltagarna upplevde att de kände sig delaktiga på träffpunktens aktiviteter, vilket bidrog till att många *“tog plats”* och smälte in i gruppen. De upplevde att träffpunkten är en social plats som ger en känsla av tillhörighet. En känsla av social inklusion upplevdes hos deltagarna redan från första besöket på träffpunkten. Det framkom att utföra aktiviteter tillsammans med andra ökade motivationen och skapade meningsfullhet. De nämnde att utföra aktiviteter ensamma var inte stimulerande på samma sätt som att utföra aktivitetet tillsammans med andra personer. Att ha en plats att tillhöra upplevde deltagarna som positivt.

“Man är delaktig och tillhör i en grupp”

“Här är det ju gemenskapen att alla gör det tillsammans”

Språket, ett verktyg

Språket visade sig ha en väsentlig betydelse för deltagarna på träffpunkten, eftersom språket utvecklas och bibehålls, därför utgör språket en egen kategori. Deltagarna uttryckte en stor bredd av upplevelser hur den språkliga förmågan var relaterat till deras deltagande. Deltagarna nämnde att deltagandet i aktiviteter på träffpunkten bidrar till att det svenska språket förbättras då de tillsammans med andra tränar språket samt att språket inte glöms

bort då språket används oftare när de besöker träffpunkten. Genom att språket blir bättre ökar även delaktigheten i aktiviteten som i sin tur bidrar till meningsfullhet. Deltagarna i intervjun beskrev dock att svårigheter med svenska språket inte begränsade deltagandet.

“Vissa saker man lär sig, ja jag pratar bättre svenska kanske man lär sig också”

Gynnsam inverkan på kropp och själ

Kategorin “Gynnsam inverkan på kropp och själ” innehåller deltagarnas beskrivningar av olika upplevelser om hur träffpunktens aktiviteter påverkar både kroppen, själen och intellektet positivt. I kategorin ingår två underkategorier som är “Ger energi och glädje”, och “Bra för kroppen”.

Ger energi och glädje

Det framkom av deltagarna att träffpunkten bidragit till ökad livskvalité då de upplevde glädje och energi. Deltagarna upplevde att de blev “*piggare*” samt att deltagandet i träffpunkten påverkade hela dagen positivt. Träffpunkten bidrog därför med meningsfullhet i deltagarnas vardag då de upplevde glädje och energi.

*“Ja, jag känner sig mycket pigg och det är hela dagen
jättebra”*

“Man får mycket positiv energi här”

Då deltagarna skapade sig en positiv tillvaro genom att gå till träffpunkten kunde de märka att de hade fått en ökad livslust. Då de trivs med de aktiviteter som de utför i nuläget samt att aktiviteterna skapar något att se fram emot har de fått mer glädje i livet och de upplever även att “*skrattet har kommit tillbaka*”. Att gå till träffpunkten skapar välmående på det sättet att deltagarna får ett tillfälle att göra sig fina eller i ordning för att gå någonstans.

*“Man känner sig piggare och livslust...man får mer livslust alltså man tänker inte på alla
du vet man tänker inte på saker och ting på samma sätt.”*

Bra för kroppen

Deltagarna upplevde att träffpunktens aktiviteter har bidragit till att de fått en aktiv livsstil. Att vara med på träffpunktens olika aktiviteter som sittgymna har varit fysiskt givande, vilket de upplever har främjat deras hälsa och skapat meningsfullhet. Deltagarna upplevde att det var positivt att utföra fysiskt ansträngande aktiviteter då det var bra för kroppen, för smärtlindring och även för det psykiska välmåendet.

“Din kropp mår bra kanske du har problem med leder och så”

Att hålla igång och kunna vara fysiskt aktiv i livet är något som deltagarna prioriterade och därför uppskattade de aktiviteter som stärkte deras kropp.

“Det är så bra att man kan vara aktiv”

Upprätthålla roller

Kategorin "Upprätthålla roller" innehåller deltagarnas beskrivningar av olika upplevelser om hur de har lärt sig nya saker samt fått rutiner vilket har skapat meningsfullhet för deltagarna då de upprätthåller rollen. Att upprätthålla roller har haft en stor betydelse för deltagarnas välbefinnande då de fått möjlighet att skapa nya roller på träffpunkten. I kategorin ingår två underkategorier som är "Rutiner" och "Lära sig nya saker".

Rutiner

Deltagarna beskrev att "ha någonstans att gå" var betydelsefullt för dem då deltagarna inte hade några andra vardagliga aktiviteter inplanerade. De beskrev även att träffpunkten skapade rutin i vardagen vilket gjorde vardagen mer meningsfull. Deltagarna fick frågan "Vad skulle du göra om träffpunkten inte fanns" och svarade då i uttalanden som beskrev saknad och tomhet. De nämnde att utan träffpunkten skulle det vara tomt och då skulle en annan aktivitet behöva ersätta träffpunktens aktiviteter eftersom meningsfulla aktiviteter är nödvändigt för deras välmående. De upplevde att miljön på träffpunkterna främjade de roller de eftersträvade vardagen.

"Det är den här glädjen som jag upplever att jag blir och sen att man har någonstans att gå"

De uttryckte att det är viktigt att ha en sysselsättning då det skapar en struktur i vardagen. Det framkom att träffpunkten har bidragit med nya rutiner vilket har ökat meningsfullheten i deras liv.

"Dem timmarna man var där så man visste de det var nega... nej positivt"

Lära sig nya saker

Deltagarna upplevde att deras deltagande på träffpunkten innebar att de lärde sig nya saker, vilket var lärorikt och en viktig del i deras liv. Att gå till träffpunkten gav mening på det sättet att de kunde diskutera öppet med varandra om sig själva och omvärlden. Träffpunkten hade ett stort utbud av spel, vilket bidrog till att deltagarna lärde sig spela nya spel och lärde sig mer om varandra i gruppen. De nämnde också att många hade lärt sig nya danser och danssteg, vilket gav dem glädje och en strävan efter att få lära sig ännu mer. De upplevde att de fick mer kunskap på aktiviteterna på träffpunkten vilket bidrog till att deras identitetsroller stärktes.

"Så lär man sig man sig olika spel som man inte har spelat någon gång, så lär man sig sånt också"

"Ja att det är lärorikt att man lär sig lite"

Verksamhetens utformning

Kategorin "Verksamhetens utformning" innehåller beskrivningar av olika upplevelser om träffpunkternas form, vilket bidrog till att deltagarnas delaktighet har ökat på träffpunkten.

Att det fanns förutsättningar att delta på socioekonomisk jämlik nivå samt ett brett aktivitetsutbud möjliggjorde för deltagarna att delta på det stora utbudet av aktiviteterna och det påverkade deltagarnas aktivitetsliv positivt. Verksamhetens utformning bidrog till att deltagarnas delaktighet ökade. I kategorin ingår två underkategorier som är "Socioekonomisk jämlikhet" och "Aktivitetsutbud".

Socioekonomisk jämlikhet

Deltagarna nämnde att aktiviteterna på träffpunkterna är kostnadsfria vilket i sin tur skapar meningsfullhet då det blir jämlika socioekonomiska förutsättningar för alla deltagare. Deltagarna upplevde att de hade möjlighet att delta i vilken aktivitet som helst då det var kostnadsfritt. Att delta i aktiviteter som inte kostar något gjorde att deltagarna blev mer aktiva i fler aktiviteter, samt att de i sin tur kunde lägga pengarna på andra viktiga saker utanför träffpunkten, som även de var meningsfulla.

“Men här det var gratis så det är underbart”

Aktivitetsutbud

Det framkom att det stora utbudet av aktiviteter var meningsfullt för deltagarna då de kunde välja aktiviteter utifrån sitt eget intresse. Genom att det fanns ett stort utbud av aktiviteter på träffpunkter ökade detta meningsfullheten för deltagarna. Träffpunkten blir i sin tur mer spännande då de har mer valmöjligheter att delta på många aktiviteter samt en variation.

“Sen kan man ju pröva nya saker också det är ju också spännande”

Deltagarna nämnde att bra lokaler med stort utrymme är en viktig tillgång eftersom det är grunden till att kunna ha en träffpunkt som erbjuder aktiviteter. Utförandet av aktiviteter som exempelvis gymnastik kräver stor plats för varje deltagare då de utför de olika övningarna. De upplevde att lokalerna blev för trånga för vissa aktiviteter och därför upplevde de att träffpunkten var i behov av att införskaffa större lokaler för att få bättre plats. De menade att större lokaler skulle innebära en ökad möjlighet för fler att delta.

“Ja det är väl bara att ha bra lokaler det gör ju mycket”

“Nej det är väl bara det ibland att det är för trångt att det är så mycket folk .att det är ju stora rörelser man gör så man behöver ju plats”

Diskussion

Resultatdiskussion

Resultatet av denna studie visade på ett brett spektrum av erfarenheter från deltagare som varit aktiva på Göteborgs Stads träffpunkter. Från intervjuerna framkom att träffpunkten inneburit en positiv påverkan på deltagarnas välbefinnande samt deras sociala nätverk och därmed även minskat deltagarnas sociala isolering i samhället. Många viktiga aspekter lyfts fram i intervjuerna som att bibehålla roller, förbättra språket samt ökad fysiskt och psykiskt välmående. Resultatet visar att träffpunkter för äldre immigranter upplevdes ha en betydande positiv inverkan på hälsan. Även det stora utbudet av aktiviteter betonades av deltagarna vilket kan ses som positivt då detta innebär fler valmöjligheter och möjlighet till anpassning för att matcha deltagarnas olika intressen. Detta ökar i sin tur möjligheten för deltagarna att bli delaktig.

Deltagarna upplevde att träffpunkterna var en plats där de fick möjlighet att umgås med andra vilket resulterade i att de fick ett större socialt nätverk samt att de upplevde att deras isolering minskade. Detta har också beskrivits av Pardasani och Thompson (20). Enligt Kielhofner (1) har den sociala tillvaron en främjande effekt på hälsan då gemenskapen i aktiviteter skapar positiva känslor hos personen. I en studie av Netuveli et al (23) beskrivs att äldre personer får mer kraft av att gå igenom motgångar under livet om de tillhör en social grupp. Genom att gå till träffpunkten kunde en trygghetskänsla infinna sig då deltagarna upplevde tillhörighet vilket bidrog till att de kände sig mindre ensamma och positiva känslor såsom glädje upplevdes (24).

Människan har behov av att tillhöra en grupp och kunskapen i gruppen kan hjälpa den enskilda personen att utveckla olika färdigheter som är nödvändiga för att klara av vardagen (25). Att exkluderas från en grupp kan påverka en persons välmående negativt och leda till att känslor såsom ensamhet kan infinna sig (26). Deltagarna i studien nämnde att *“göra aktiviteter tillsammans med andra”* hade stor betydelse vilket även beskrivs i Nilsson och Nygårds studie (27), där de äldre personer upplevde ökad glädje då de utförde gruppaktiviteter (27).

Utifrån deltagarnas upplevelser framkom att träffpunkten även är en stor hjälp till att bryta isolering. Enligt Torres (10) upplever många immigranter ensamhet när de kommer till Sverige, dels på grund av språket och dels för att det är svårt att anpassa sig till den nya miljön och kulturen. Enligt Carla et al (28) visade det sig att ensamhet kan påverka äldre personers hälsa negativt och att äldre som är ensamma har fler svårigheter i vardagen (28).

Deltagarna upplevde att språket förbättrades då de fick möjlighet att öva sin språkliga kommunikationsförmåga med andra. De upplevde även att de *“glömde av”* det svenska språket då de inte deltog på träffpunkten. Att ha kunskap i att kunna tala och uttrycka sig är ett viktigt redskap för att förmedla åsikter och att kommunicera med andra (29). Att träffas i ett socialt sammanhang med andra människor kan bidra till att språket utvecklas samt att språket öppnar upp möjligheter när det gäller att kommunicera med personer från andra länder (30). Det framkom att deras förbättrade språkfärdigheter har hjälpt dem att

bryta sin isolering då många hade fått nya vänner, vilket i sin tur har inneburit en känsla av att de tillhör en grupp samt att de har träffpunkten att gå till, alltså en aktivitet att se fram emot. Språkets betydelse som verktyg för hälsa och välbefinnande kan vara en faktor som skiljer äldre immigranternas upplevelser av träffpunkten i jämförelse med äldre personer födda i Sverige. Detta då det i resonemang kring språket framkom att deltagarna menade att problem med att förstå och tala svenska språket kan påverka att andra äldre immigranter inte kommer till träffpunkten.

Utifrån deltagarnas upplevelser kan slutsatsen dras att träffpunkten stärker deras egenmakt (empowerment) och är hälsofrämjande. Genom att gå till träffpunkter beskriver deltagarna att de får möjlighet att bibehålla och utveckla språket och detta bidrar i sin tur till att personen får en tro på sig själv vilket stärker egenmakt (31). Egenmakt kan ses som en viktig del i processen och skapar ett bättre välbefinnande för de personer som går till träffpunkten. När en person upplever kontroll över sitt egna liv och kan få verktyg att lösa begränsningar bidrar det till att personen känner sig tillfredsställd och upplever välbefinnande (31). Träffpunktens betydelse vad gäller egenmakt kan ha en generaliserings effekt då positiva erfarenheter av egenmakt kan bidra till positiv effekt i andra delar i livet.

Deltagarna upplevde att aktiviteterna som utförs på träffpunkten var meningsfulla för dem samt att de hade möjlighet att delta i de aktiviteter deltagarna hade intresse av. Enligt Law (32) är det viktigt att utföra aktiviteter som är meningsfulla då det tillgodoser olika behov som personen har samt att det ger en känsla av tillfredsställelse. Utifrån deltagarnas upplevelser kan deras aktivitetsutförande kopplas till MoHo (1). MoHO (1) tar upp personens inverkan på aktivitetsliv och samspelet mellan den sociala och fysiska miljön. Law (32) nämner också att miljön antingen kan begränsa eller ge möjlighet till en persons aktivitetsutförande. Träffpunkten har på ett positivt sätt bidragit till detta samspel på det sättet att träffpunkten har utmynnat i en plats där deltagarna har skapat olika vänskapsband, en plats att tillhöra samt utformat aktiviteter som är kostnadsfria vilket gör att fler kan delta i aktiviteterna.

Resultatet visade också på att deltagarna fick möjlighet att upprätthålla sina roller och rutiner genom att gå till träffpunkten och det skapade mening i deras liv. Personens delaktighet i meningsfulla aktiviteter kan skapa motivation och påverkar även skapandet av nya roller och rutiner (1). Träffpunkten skapade möjlighet till att vara aktiv och utfylla tiden med meningsfulla aktiviteter efter pensionen. Att bli pensionär är en omvälvande övergång från att ha yrkesarbetat vilket även kan innebära förlust av sin aktivitetsroll (1). Att upprätthålla roller har haft en stor betydelse för deltagarnas välbefinnande då de fått möjlighet till att skapa nya roller på träffpunkter.

Utifrån intervjuerna framkom ingen upplevelse av aktivitetsorättvisa (occupational injustice) (17) utan deltagarna upplevde sig vara delaktiga på träffpunkten i de aktiviteter som de föredrog. Deltagarna kände sig socialt inkluderade när de kom till träffpunkten. Det framkom att de kostnadsfria aktivitetsmöjligheterna medförde en upplevelse av att alla kan delta på lika villkor, vilket i sin tur skapar aktivitetsrättvisa och en god hälsa (17, 18). Dock måste påpekas att de som intervjuats var de som deltog i träffpunkternas aktiviteter, de

personer som inte deltog vet vi inget om. Enligt Statens Folkhälsoinstitut (33) bidrar goda socioekonomiska förutsättningar till att en person får bättre hälsa. Att Göteborgs Stad erbjuder kostnadsfria aktiviteter på träffpunkterna medför således positiv påverkan på äldre immigranternas möjlighet till aktivitetsrättvisa.

Metoddiskussion

Den kvalitativa metodansatsen (21) valdes i syfte att få en så bred bild som möjligt av de äldre immigranternas upplevelser av att delta på Göteborgs Stads träffpunkter. Valet av en kvalitativ metod anses vara relevant då den tydliggör deltagares erfarenheter och upplevelser. En kvantitativ ansats, och då möjligen en enkätstudie, hade kanske kunnat användas i samma syfte men bl.a. tidsaspekten utgjorde ett metodologiskt hinder.

Studien bygger på sju deltagares upplevelser på två olika träffpunkter i Göteborgs stad. Antalet deltagare i studien är godtagbart för att få ett trovärdigt resultat utifrån det analyserade materialet enligt Kvale (21) då det framkom rikligt med information från de personer som deltog. Författarna är överens om att en datamättnad har uppstått i denna studie då det inte framkom något nytt i de sista intervjuerna, deltagarnas upplevelser liknande varandra. Dock finns det möjlighet att i en framtida studie inom ämnet utveckla ansatsen, t.ex. genom att utöka deltagandet med deltagare från fler träffpunkter, i andra städer och även deltagare med mer varierande karaktäristika, t.ex. kortare vistelsetid i Sverige, och därigenom få mer information som svarar mot syftet.

Deltagarna fick informationsbrev gällande studien där författarna tydligt beskrev att deltagarna hade möjlighet att när som helst avbryta sitt deltagande och att informationen som kom från deltagarna skulle behandlas på ett konfidentiellt sätt. Informationen gavs till deltagarna för att de skulle känna tillförlitlighet till författarna samt känna sig trygga och förstå anledningen till varför studien utfördes. Genom att deltagarna kände sig säkra och trygga påverkade detta resultatet på ett positivt sätt då de kunde prata mer öppet kring sina upplevelser av att delta i träffpunkten.

I syfte att kunna producera en trovärdig studie beslutade författarna att urvalskriteriet skulle grunda sig på deltagarna hade deltagit i träffpunkten i minst sex månader. Detta beslut grundades på att författarna ville ha deltagare som hade så mycket erfarenhet av träffpunkterna som möjligt. Studien eftersträvade en heterogen blandning i utformningen av urvalet eftersom det ökar möjligheterna till att få en bredare förståelse gällande äldre personer med en immigrantbakgrund. Den heterogena blandningen uppnåddes genom att deltagarna var födda i olika länder, hade bott olika länge i Sverige, hade olika kön och var i åldrar. Detta har resulterat i bredden av olika upplevelser från äldre immigranter med olika bakgrund vilket påverkat resultatet positivt.

Författarna utförde två pilotintervjuer, varav en utfördes på en av författarna och den andra på en deltagare på träffpunkten. Pilotintervjuerna bidrog till att författarna kunde justera intervjuguiden till det bättre samt att det underlättade att se om frågorna hade en tydlig koppling till studiens syfte (21). Detta förfarande hade troligen en positiv påverkan på resultatet som till följd av bättre frågor kunde bli mer innehållsrik.

Semistrukturerade intervjuer användes för att samla in data i studien. Frågeguiden

utformades för att kunna svara mot studiens syfte med öppna frågor med avsikten att samla in så stor mängd information som möjligt om deltagarnas upplevelser. Frågorna utformades så att alla deltagare fick svara på samma frågor för att kunna besvara syftet. Frågorna som ställdes var formulerade på ett enkelt sätt för att de skulle vara lättare att förstå vilket innebär att författarna inte använde svåra begrepp. De upplevda fördelarna med semistrukturerade intervjuer var att det gav en djupare förståelse för vad deltagarna beskrev, och möjligheter för deltagarna att beskriva sina upplevelser utifrån sig själva ökade. Följdfrågor tillkom i intervjuerna vilket Kvale (21) nämner som en viktig del för att få ett helhetsperspektiv. De nackdelar som upplevdes var att intervjuerna i vissa fall genererade information som inte var relevant mot studiens syfte. Detta kan bero på att författarna inte hade tidigare erfarenhet av att intervjua. Intervjuerna blev dock allt mer inriktad på frågeområden ju fler intervjuer som genomfördes.

Då det endast fanns ett fåtal immigranter som deltog på respektive träffpunkt ledde detta till svårigheter att rekrytera deltagare till studien. Det är ett känt faktum att få personer med immigrantbakgrund deltar i vetenskapliga studier (34) och för att kunna utföra studien behövde författarna använda olika alternativa metoder för att kunna rekrytera deltagare. Författarna använde därför strategin att själva delta i aktiviteter på träffpunkter med avsikten att skapa ett band med deltagarna och därmed få dem att känna sig bekvämare med att delta i studien. En annan positiv faktor i rekryteringen var att en av författarna själv har utländsk bakgrund vilket bidrog till att fler deltagare vid träffpunkten kände sig bekväma i att delta i studien. Dessa faktorer resulterade i att fler deltagare blev intresserade av att delta i studien.

Intervjuerna spelades in och detta kan vara en nackdel då det kan bidra till att deltagarna inte känner sig bekväma med att svara till vissa frågor. Dock upplevdes inte detta under intervjuerna i föreliggande studie men många frågor ställdes kring varför en ljudinspelning genomfördes. Anledningen till att intervjuer ska spelas in är för att säkerställa att ingen viktig information förloras samt för att datan ska kunna användas i analysen, enligt Kvale (21). En annan viktig faktor för ljudinspelning är att intervjuaren på så sätt kan vara fokuserad på själva intervjun istället för anteckningar under intervjutillfället. Detta förklarade författarna för deltagarna vilket gjorde dem tryggare med att delta i intervjun.

Författarna fick till viss del frågå Graneheim och Lundmans struktur i analysen för att istället fritt söka innebörder i materialet. Detta har troligen ett samband med att intervjuerna inte var så ordrika och omfattande, de utfördes på svenska inte på deltagarnas modersmål, utan att innebörderna behövde friare spelrum för att framträda i analysen. Malteruds analysmetod (35) skulle kunnat ha varit mer användbar i denna studie då den hade kunnat ta vara på mer information vid analysen då innebörden varit enklare att identifiera och förklara. Författaren upplever dock att Graneheim och Lundmans metod har bidragit till genomförandet av analysprocessen och medfört ett trovärdigt resultat.

Slutsats

Resultatet i studien visar att Göteborgs Stads träffpunkter har positiv betydelse för äldre immigranternas välbefinnande då de upplevde sig bli mer sociala och mindre ensamma. Studien visade även på meningsfullheten i att delta i aktiviteter på träffpunkten, eftersom de

bidrog till att stärka deltagarnas identitetsroller, deras sociala nätverk och gav dem möjlighet att delta på lika villkor. Även deras behov av att lära sig nya saker stimulerades då de kunde utveckla kunskaper inom flera områden. Att ha något att se fram emot som skapar rutin var betydelsefullt, vilket träffpunktens aktiviteter erbjöd. Det är dock viktigt, i sammanhanget, att komma ihåg att de personer som deltagit i föreliggande studie är de som deltar i aktiviteterna. Det kan vara så att de som inte deltar upplever någon form av aktivitetsorättvisa vilket är en kvarstående fråga för fortsatt forskning.

Arbetsterapeuten har kunskap om människans aktiviteter och en stor del av arbetsterapeutens yrkesarbete går ut på att skapa förutsättningar för delaktighet i samhället genom att möjliggöra aktivitet. En slutsats på grundval av resultatet är därför att kommunala träffpunkter kan vara en arena för arbetsterapeuter att vara verksamma på.

Det finns idag begränsad forskning om immigranternas upplevelser kring sitt deltagande på kommunala träffpunkter vilket den här studien har valt att belysa. Resultatet i föreliggande studie kan därför bidra till kunskap som kommunala träffpunkter kan använda sig av för att nå ut till fler personer med immigrantbakgrund. Studien har visat att träffpunkter är en viktig del i deltagarnas liv och studien kan hjälpa träffpunkterna att nå ut till än fler äldre immigranter. Språket kan vara en anledning till att det kommer så få äldre immigranter till träffpunkten och därför behöver kommunala träffpunkter arbeta med strategier för att hantera den möjliga barriären. Detta kan t.ex. handla om rekrytering av flerspråklig personal samt att marknadsföra sig på olika sätt. Att distribuera informationsblad där många äldre immigranter vistas samt skicka hem programblad och broschyrer på olika språk kan vara ett sätt. Det behövs dock mer forskning om immigranternas låga deltagande på träffpunkter och en inriktning för framtida forskning är att studera språket som en möjlig barriär för deltagande.

Referenser:

1. Kielhofner G. Model of human occupation: teori och tillämpning. 1. uppl. ed. Lund: Studentlitteratur; 2012.
2. Nationalencyklopedin, delaktighet. [Internet] [citerad 2017-03-23] Tillgänglig från: <http://www.ne.se/uppslagsverk/ordbok/svensk/delaktighet>
3. Townsend E. Wilcock A. Occupational justice and client-centred practice: A dialogue in progress. Can J Occup Ther. 2004;71(2):75-87.
4. Townsend, E.A., & Whiteford, G. A participatory occupational justice framework: Population-based processes of practice. In F. Kronenberg, S.S. Alagado, & N. Pollard (Eds), Occupational Therapy without borders: Learning from the spirit of survivors. Toronto, ON: Elsevier Churchill Livingstone: 2005.
5. Nationalencyklopedin. Invandrare. [Internet] [citerad 2017-03-23] Tillgänglig från: <http://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/l%C3%A5ng/invandrare>
6. Statistiska centralbyrån. [Rapport] [citerad 2017-03-23] Tillgänglig från: http://www.scb.se/statistik/_publikationer/LE0105_2012A01_BR_BE57BR1201.pdf
7. Statistiska centralbyrån, Statistics Sweden. Från massutvandring till rekordinvandring [Internet]. Stockholm: [Citerad: 2017-03-23]. Tillgänglig från: <http://www.scb.se/hitta-statistik/sverige-i-siffror/manniskorna-i-sverige/in-och-utvandring/>
8. Migrationsinfo.se - forskning och statistik om intergration och migration i Sverige. [Internet] [uppdaterad: 2016-09-07, citerad: 2017-03-23] Hämtad från: <http://www.migrationsinfo.se/migration/sverige/>
9. Bask, M. Increasing inequality in social exclusion occurrence: The case of Sweden during 1979–2003. Soc Indic Res. 2010; 97(3): 299-323.
10. Torres, S. Att invandra till Sverige på äldre da'r: Anpassningsmöjligheter för 'sent-i-livet' invandrarna. Socialvetenskaplig Tidskrift, 2002; 4(2), 339-357.
11. Emami, A., Torres, S., Lipson, J. G., & Ekman, S. L. An ethnographic study of a day-care center for Iranian immigrant seniors. West J Nurs Res. 2000; 22.
12. Franzén C. Elsie. Att bryta upp och byta land. Natur och Kultur. Stockholm. 2001.
13. Boethius M. Ett liv till förfogande: Om pensionärerna och arbetslivet. Karlshamn:

SPF Förlag; 2001.

14. Jonsson, H., Josephsson, S., & Kielhofner, G. Narratives and experience in an occupational transition: A longitudinal study of the retirement process. *Am J Occup Ther* : Official Publication of the American Occupational Therapy Association. 2001; 55(4), 424-32.

15. Socialtjänstlag. (SFS 2012:321) Stockholm: Socialdepartementet.

16. Statens folkhälsoinstitut. Stockholm: Kunskapsunderlag för Folkhälsopolitisk rapport 2010. [Internet] [citerad 2017-01-11]. Tillgänglig från: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/pagefiles/12709/R2011-31-Delaktighet-och-inflytan-de-i-samhallet-Kunskapsunderlag-for-FHPR-2010.pdf>

17. Wilcock, A. An occupational perspective of health (2nd ed.) Thorofare: Slack incorporated. 2006, 384.

18. Göteborgs stad. Hitta träffpunkter för äldre. [Internet] [citerad 2016-12-14] Hämtad från: <https://goteborg.se/wps/portal/start/fritid-och-natur/traffpunkter-lokaler/traffpunkter-for-aldre>

19. Lindahl L. En utvärdering av träffpunktens betydelse för äldres hälsa och välbefinnande: ”Tillsammans är man mindre ensam”; [Rapport] Göteborg: Västra Götalands region; 2:2016.

20. Pardasani, M., Thompson, P. Senior Centers Innovative and Emerging Models. *J Appl Gerontol*. 2012; 31(1), 52-77.

21. Kvale S, Svend B. Den kvalitativa forskningsintervjun. Upplaga 3. Lund: Studentlitteratur; 2014.

22. Graneheim U.H., Lundman B. Kvalitativ innehållsanalys. I: Granskär M & Höglund Nielsen B (red.) Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård. Lund: Studentlitteratur; 2008.

23. Netuveli, G, Blane, D. Quality of life in older ages. *Br Med Bull*, 2008; 85(1), 113-126.

24. Maslow, Abraham H, & Abraham H. *Toward a Psychology of Being*. Start Publishing Llc. 2013.

25. Leary, M. R., & Kelly, K. M. Belonging motivation. In: M. R. Leary & R. H. Hoyle (Eds.), *Handbook of individual differences in social behavior*. New York: Guilford.

2009.

26. Baumeister, R. F. Leary, M. R. The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychol Bull.* 1995; No. 3, 497-529.
27. Nilsson, I., & Nygård, L. (1999). Geriatric Rehabilitation: Elderly Clients' Experiences of a Pre-discharge Occupational Therapy Group Programme. *Scand J Occup Ther*, 1999, Vol.10(3),107-117.
28. Goodman, D. Loneliness in Older Persons: A Predictor of Functional Decline and Death. *JAMA*, 2012; 308(10), 958.
29. Börestam U, Huss L. Språkliga möten. Tvåspråkighet och kontaktlingvistik. Lund; Studentlitteratur; 2001.
30. Wellros S. Språk, kultur och identitet. Studentlitteratur; 1998.
31. Kjellman C, Tideman M. Funktionshinder och hälsa- om att ta plats och makt. I: Hallberg LR, red. Hälsa och livsstil: forskning och praktiska tillämpningar. Lund: Studentlitteratur; 2010.
32. Law, M., Cooper, B., Strong, S., Stewart, D., Rigby, P., & Letts, L. (1996). The Person-Environment-Occupation Model: A Transactive Approach to Occupational Performance. *Can J Occup Ther*, 63(1), 9-23.
33. Folkhälsomyndigheten. Nationella folkhälsoenkäten – Hälsa på lika villkor [Internet] [uppdaterat: 2016-02-12, citerad 2017-03-01]. Tillgänglig från: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/folkhalsorapportering-statistik/statistikdatabaser-och-vi-sualisering/nationella-folkhalsoenkaten/>
34. Lood, Q, Gustafsson, S. & Dahlin Ivanoff, S. Bridging barriers to health promotion: A feasibility pilot study of the 'Promoting Aging Migrants' Capabilities study'. *J eval clin pract.* 2015; 21(4), 604-613.
35. Malterud K. Systematic text condensation: A strategy for qualitative analysis. *Scand J Public Health.* 2012; 40.