



SAHLGRENSKA AKADEMIN

INSTITUTIONEN FÖR NEUROVETENSKAP
OCH FYSIOLOGI
ARBETSTERAPI

KARTLÄGGNING AV AKTIVITETER SOM ERBJUDS PÅ GÖTEBORGS STADS TRÄFFPUNKTER

- En studie med mixad metod

Författare, Patricia Olsson, Sara Olsson

Examensarbete:	15 hp
Program:	Arbets terapeutprogrammet
Kurs	ARB341 Självtändigt arbete i arbets terapi
Nivå:	Grundnivå
Termin/år:	VT 2017
Handledare:	Med.dr., leg. Arbets terapeut Susanne Gustafsson
Examinator:	Med.dr., leg. Arbets terapeut Gunilla Forsberg Wärlby

Sammanfattning

Examensarbete:	15 hp
Program:	Arbets terapeutprogrammet 180 hp
Kurs:	ARB341 Självständigt arbete i arbetsterapi
Nivå:	Grundnivå
Termin/år:	Vt 2017
Handledare:	Med.dr., leg. Arbetsterapeut Susanne Gustafsson
Examinator:	Med.dr., leg. Arbetsterapeut Gunilla Forsberg Wårleby

Bakgrund	Människan har ett behov av att vara aktiv och få känna sig kompetent i sitt aktivitetsutförande. Personens utförandekapacitet påverkas av åldrandeprocessen men vissa förluster av färdigheter går att minska eller undvika om personen fortsätter vara aktiv. I Göteborgs Stad finns kommunala träffpunkter som erbjuder aktiviteter för äldre personer över 65 år. Verksamheterna ska ge möjlighet till ett aktivt liv och ett gott åldrande vilket också är ett folkhälsomål i Göteborgs Stad. Träffpunkterna besöks av en heterogen grupp av äldre personer med olika intressen och aktivitetsförmåga vilket ställer krav på ett brett aktivitetsutbud. Det finns inga tidigare studier på hur aktivitetsutbudet ser ut, därför är det aktuellt med en kartläggning av aktiviteterna som erbjuds. Kartläggningen kan få betydelse som underlag inför framtida planering av aktivitetsutbud.
Syfte	Syftet med studien var att kartlägga aktiviteter som erbjuds på Göteborgs Stads träffpunkter för äldre personer.
Metod	Studien gjordes med en mixad metod innehållande både kvantitativa och kvalitativa delar. Studien gjordes i tre steg. I det första steget gjordes en tematisk innehållsanalys av aktiviteter som erbjuds på Göteborgs Stads träffpunkter. I steg två sammanställdes aktiviteternas omfattning deskriptivt i förhållande till Göteborgs Stads stadsdelar. I det sista steget gjordes en teoridrivna aktivitetsanalys med Model of Human Occupations färdigheter som referensram.
Resultat	Resultatet visar att Göteborgs Stads träffpunkter erbjuder en variation av aktiviteter. Omfattningen av aktiviteter ser olika ut i stadsdelarna. För att utföra aktiviteterna behövs olika färdigheter varav motoriska färdigheter är det som i störst utsträckning behövs.

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:	Med.dr., leg. Arbetsterapeut Susanne Gustafsson
Examiner:	Med.dr., leg. Arbetsterapeut Gunilla Forsberg Wårleby
Keyword:	Aged persons, skill, ageing, mixed method

Background Humans have a need to be active and to feel that they can perform activities in a competent way. Performance capacity is affected by ageing, however, some loss of skills can be reduced or avoided if the person continues to be active. In the city of Gothenburg there is municipal meeting places that offer activities for people that are 65 years or older. These meeting places shall provide the opportunity for an active life and healthy ageing which also is an aim for the public health within Gothenburg. The meeting places are visited by a heterogeneous group of elderly people with different interests and ability to perform activities. Thus, they require a wide range of activities to choose from. There are no previous studies of what the municipal meeting places offer: therefore, it is a need for an overview of the activities offered. The overview can be an important basis for the planning of future activities.

Aim The aim of the study was to map activities that are offered to elderly people in the municipal meeting places in Gothenburg.

Method The study was performed with a mixed approach containing both quantitative and qualitative methods within three steps. The first step was a thematic content analysis of the activities offered at Gothenburg's meeting places. In the second step, the activities were compiled descriptively to show how they are distributed in Gothenburg's districts. The last step was a theoretically driven activity analysis by the skills derived from the Model of Human Occupation.

Result: The results show that Gothenburg's meeting places offers a variety of activities. The magnitude of activities differs between the districts of Gothenburg. To perform offered activities, there is a need of different skills and the data show that motor skills was the skill most frequently required.

Innehållsförteckning

Bakgrund	1
Syfte	3
Metod	4
Urval.....	4
Datainsamling.....	4
Databearbetning	4
Resultat.....	7
1. Aktiviteter som erbjuds på Göteborgs Stads träffpunkter för äldre personer.....	7
2. Omfattningen av de aktiviteter som erbjuds i de olika stadsdelarna	8
3. Huvudsakliga färdigheter som behövs för att utföra de aktiviteter som erbjuds på träffpunkterna för äldre personer i Göteborgs Stad.....	9
3.1 Fysisk stimulans	9
3.2 Sport	10
3.3 Spel	11
3.4 Intellectuellt utbyte	12
3.5 Undervisning	13
3.6 Information.....	14
3.7 Mat	14
3.8 Estetisk verksamhet	15
3.9 Umgänge	16
3.10 Underhållning	17
Diskussion	18
Resultatdiskussion.....	18
Metoddiskussion.....	20
Implikationer för praxis.....	22
Referenser.....	23

Bakgrund

Göteborgs Stad erbjuder en variation av aktiviteter på träffpunkter för äldre personer (1). Att utföra aktivitet är viktigt för att minska eller undvika förluster av färdigheter och för att kunna bibehålla ett gott åldrande (2). Författarna har valt att definiera äldre personer som de över 65 år med hänvisning till en vanlig gräns för pensionering. Föreliggande studie avser att kartlägga vilka aktiviteter som erbjuds på Göteborgs Stads träffpunkter samt att granska dem med hjälp av aktivitetsanalys.

Människan har enligt den aktivitetsvetenskapliga teorin Model of Human Occupation (MoHO) (2) ett behov av att vara aktiv och att få känna sig kompetent i sitt aktivitetsutförande. Ett kompetent aktivitetsutförande innebär att utifrån sina egna villkor, klara av och känna sig delaktig i en aktivitet. En engagerande och intressant aktivitet där personen har kontroll kan öka känslan av kompetens och leda till välbefinnande vilket också möjlighet att uppfylla sina och samhällets förväntningar kring aktivitet kan göra (2-3). Människans behov av att vara aktiv kvarstår hela livet men åldrandeprocessen påverkar personens utförandekapacitet som består av fysiska och mentala färdigheter (2). Stav et al. (4) nämner i en studie att åldrande är en lång och komplex process som alla personer upplever där såväl fysiska, psykiska och sociala förändringar sker. Vissa förluster av färdigheter går dock att undvika genom att personen fortsätter att vara aktiv (2). Att äldre personer har möjlighet att engagera sig i aktiviteter som de värdesätter är viktigt för att bibehålla ett gott åldrande.

Åldrandeprocessen påverkar inte bara vad de äldre personerna av eget intresse väljer och vill göra utan även av vad de klarar av att utföra (2,4). Aktivitetsutförande påverkas av både inre och yttre faktorer (2). Vad personen väljer att göra beror på personlig anledning, värden och intressen. Utförandekapacitet och den subjektiva upplevelsen påverkar valet av aktivitet. Miljön runt omkring erbjuder möjligheter och/eller begränsningar. Aktivitetsutförande kan ses ur olika nivåer där färdigheter är grundnivån. En aktivitet som utförs sker i flera olika deluppgifter vilket kräver olika färdigheter som enligt MoHO (2) är motoriska färdigheter, process färdigheter och kommunikations- och interaktionsfärdigheter. De motoriska färdigheterna inbegriper att en person kan förflytta sig själv och föremål. Funktioner som inkluderas är att kunna stabilisera och böja kroppen samt hantera, lyfta, och förflytta föremål. Processfärdigheter handlar om personens förmåga till logisk följdordning över tid, funktioner som beslutsfattande och att påbörja samt avsluta ett aktivitetsutförande. Kommunikations- och interaktionsfärdigheter förklaras som personens förmåga att uttrycka behov och samordna sociala funktioner. Funktioner som innefattas är bland annat interaktion, att samtala och att samarbeta med andra (2). I en studie av Fristedt et al. (5) delger äldre personer sina upplevelser av hur viktigt det är att delta i aktivitet utanför hemmet då det gav dem en meningsfull och varierad vardag som berikade livet. Vidare uttryckte de att aktiviteter de ville och kunde utföra självständig bidrog till deras välbefinnande. Aktiviteter som de äldre personerna menade höll kropp och sinne i form såsom att gå på en promenad eller att delta i seniorträffar var högt värderade. Att använda kroppens funktioner och att delta i intressanta aktiviteter sågs som viktigt för att bibehålla funktionerna (5).

Sverige har en åldrande befolkning (6). Medellivslängden har ökat och det förväntas den fortsätta göra. Medellivslängden är idag 83,4 år för kvinnor och 79,5 år för män. En fjärdedel av befolkningen förväntas vara 65 år eller äldre år 2050 (7). I dagsläget är befolkningens mängden för personer över 65 år i Göteborgs Stad 84.204, vilket är 15,4% av

Göteborgs befolkning. Med tanke på att populationen äldre personer förväntas växa är det viktigt att det finns hälsofrämjande mål för samhället att arbeta mot. Statens folkhälsoinstitut (8) uttrycker att det är viktigt för äldre personer att kunna vara delaktiga i samhället och anser att möjligheterna till social, psykisk och fysisk hälsa optimeras. Detta ligger i linje med ett av målen i Göteborgs Stads folkhälsoprogram (9) som är att personer i Göteborg ska kunna åldras med god livskvalitet. Stadens verksamheter ska för att uppnå målet ge möjlighet till ett aktivt liv utifrån varje persons förutsättningar och stödja i att kunna behålla och utveckla personens sociala nätverk och mötesplatser.

Som en del i folkhälsoarbetet finns i Göteborgs Stad (1) kommunala träffpunkter som inriktar sig på personer över 65 år och dit målgruppen kan gå för att delta i olika aktiviteter. Träffpunkterna är belägna i Göteborgs Stads tio stadsdelar som alla har sitt eget ansvars- och verksamhetsområde (7). Stadsdelarna är: Angered, Östra Göteborg, Örgryte-Härlanda, Centrum, Majorna-Linné, Askim-Frölunda-Högsbo, Västra Göteborg, Västra Hisingen, Lundby och Norra Hisingen. Lindahl har i en rapport (10) visat att träffpunkterna i Göteborgs Stad har betydelse för äldre personers hälsa och välbefinnande och att det upplevs som ett positivt socialt sammanhang som skapar möjligheter till aktivitet, stimulans och sociala relationer.

Äldre personer har ett brett spann av aktiviteter de tycker om att utföra och det är viktigt att de har möjligheten att kunna välja på ett brett utbud av aktiviteter enligt en studie av Häggblom-Kronlöf et al. (11). De personer som deltar i aktiviteter på Göteborgs Stads träffpunkter utgörs av en heterogen grupp vilket innebär att träffpunkterna besöks av en stor variation av personer med olika behov och intressen (10). Även kroppsliga förändringar kan påverka förmågan att utföra aktivitet (2). Trots dessa förändringar är det viktigt att fortsätta att engagera sig i livet och tillsammans med andra för välbefinnande i åldrandeprocessen (3). Detta ställer krav på att aktiviteter som erbjuds vid träffpunkterna motsvarar äldre personers önskningsmen också deras aktivitetsförmåga. För att komma fram till vilka färdigheter som behövs av en person i en specifik aktivitet görs en aktivitetsanalys vilket är en av de äldsta arbetsterapeutiska processerna (12). Målet med en aktivitetsanalys är att studera aktivitetens alla delar och identifiera vilka färdigheter som behövs av en person eller grupp för att kunna utföra aktiviteten (13-14).

Lindahls rapport (10) har, som tidigare beskrivits, visat att träffpunkter kan ha stor betydelse för äldre personers upplevda hälsa och välbefinnande. Däremot finns det inga tidigare studier på hur aktivitetsutbudet på träffpunkter för äldre personer ser ut i Göteborgs Stad. Det finns därför behov av en fördjupad kunskap om aktivitetsutbudet, omfattningen av aktivitetsutbudet i stadsdelarna och vilka huvudsakliga färdigheter som behövs för att kunna utföra aktiviteterna som erbjuds på träffpunkterna i Göteborgs Stad. Då andelen äldre personer förväntas öka (6) antas en sådan här kartläggning kunna få betydelse som underlag inför framtida planering av aktivitetsutbudet för att möta den heterogena gruppen äldre personer i Göteborgs Stad.

Syfte

Syftet med studien var att kartlägga aktiviteter som erbjuds på Göteborgs Stads träffpunkter för äldre personer.

Frågeställningar:

1. Vilken sorts aktiviteter erbjuds på Göteborgs Stads träffpunkter för äldre personer?
2. I vilken omfattning erbjuds dessa aktiviteter i de olika stadsdelarna?
3. Vilka huvudsakliga färdigheter behövs av utföraren i de aktiviteter som erbjuds på träffpunkterna för äldre personer i Göteborgs Stad?

Metod

För att svara mot syftet har en mixad metod (15) använts vilket är en blandad studiedesign med både kvantitativa och kvalitativa delar. Metoden har integrerats i alla delar under forskningsprocessen. Den mixade metoden har applicerats i forskningsprocessens tre steg. I det första steget gjordes en tematisk innehållsanalys (16) av aktiviteter som beskrivs i programblad från Göteborgs Stads träffpunkter. Resultatet av det första steget användes därefter i steg två för en deskriptiv sammanställning (17) av aktiviteterna i förhållande till de olika stadsdelarna. I det sista steget gjordes en teoridrivna aktivitetsanalys med MoHO:s färdigheter som referensram (12).

Urval

Undersökningsmaterialet utgjordes av de aktiviteter som beskrivs i Göteborgs Stads kommunala träffpunkters programblad och som erbjöds från 1 september till 31 december 2016 för personer över 65 år. Träffpunkten skulle vara öppen för alla och inte kräva ett medlemskap eller tillhörighet i en förening. Privata och vinstbringande verksamheter exkluderades från studien. Totalt identifierades 34 träffpunkter i tio stadsdelar. En stadsdel (Västra Hisingen) föll bort då information om aktivitetsutbudet på dess träffpunkter inte gick att få fram via Göteborgs Stads hemsida och inte heller via kompletterande kontakt. Ytterligare tre träffpunkter föll bort ur studien på grund av att de inte uppfyllde inklusionskriterierna. Material från kvarvarande nio stadsdelar innefattande 29 träffpunkter samlades in och låg till grund för datainsamlingen.

Datainsamling

Materialet som ligger till grund för databearbetning utgörs av programblad över aktivitetsutbudet på Göteborgs Stads träffpunkter för äldre personer under den aktuella tidsperioden. Programbladen är offentliga handlingar. Datainsamlingen skedde i första hand genom sökningar på kommunala träffpunkter för äldre personer på Göteborgs Stads hemsida. Mejl-, telefon- och personlig kontakt med personal på några av träffpunkterna användes då det inte fanns något offentligt publicerat programblad för den aktuella perioden att tillgå på internet.

Databearbetning

I det första steget gjordes en tematisk innehållsanalys (16) av aktiviteterna på Göteborgs Stads träffpunkter för äldre personer. Innehållsanalysen låg till grund för att övergripande sortera aktiviteterna på manifest nivå, vilket gjordes med hjälp av Graneheim och Lundmans analysprocess (16) som ram. Detta förfarande ansågs lämpligt i den mixade metoden. Innehållsanalysen utgick från varje träffpunkts programblad där varje aktivitet räknades en gång. Erbjuds en aktivitet fler gånger på samma träffpunkt räknades den bara en gång, då frekvensen av varje aktivitet inte var relevant för att svara mot studiens syfte. Det som stod beskrivet om samtliga aktiviteter i programbladen användes som meningsenheter som därefter kondenserades. Slutligen skapades koder som en etikett på de kondenserade meningsenheterna. Koderna skrevs ner och klipptes ut på papperslappar för en översikt. Först identifierades koder med liknande karaktär, vilket gjordes så objektivt som möjligt men med visst inslag av författarnas förförståelse av aktiviteter så att kommande aktivitetsanalys av underkategorierna skulle bli genomförbar. Koderna fördes samman för en första överblick inför sorteringen i eventuella underkategorier. Papperslapparna flyttades på nytt runt för att

bilda de slutgiltiga underkategorierna. Därefter bildades kategorier utefter de gemensamma nämnare som framkom i underkategorierna, vilket blev resultatet av den tematiska innehållsanalysen. För exempel på arbetsprocessen, se tabell 1. Kategorierna tolkades utifrån de gemensamma nämnare som framkom i underkategorierna, för att ge läsaren en överskådlig bild av vilka sorters aktiviteter som erbjuds. De översiktliga kategorierna ligger dock inte till grund för aktivitetsanalysen, vilket istället underkategorierna gör. Författarna har valt att i studien kalla kategorierna för "aktivitetskategorier" och underkategorierna för "aktiviteter" i syfte att underlätta för läsaren. Tabell 1. visar hur analysprocessen från meningsenhet till kategori framskridit.

Tabell 1. Exempel på analysprocessen för kategorin Underhållning

Meningsenhet	Kondenserad meningsenhet	Kod	Underkategori	Kategori
Musikalisk afton. "Stämbandet" underhåller med omtyckta och välkända schlagers..	Musikalisk afton. "Stämbandet" underhåller.	Lyssna på musik	Musik	Underhållning
Lördagsmatiné - En man som heter Ove..	Lördagsmatiné	Se på film	Föreställning	
Vill du få en inblick i hur det var att komma till Sverige som finskt krigsbarn under andra världskriget? Passa på att se vår utställning.	Utställning om finska krigsbarn som kom till Sverige under andra världskriget.	Besök utställning	Utställning	
Resa till Göksäter. Vi åker från Stampens träffpunkt kl. 9...	Resa till Göksäter	Resa	Utflykt	

För att kunna sammanställa resultatet i steg två som innebar vilken omfattning aktiviteterna erbjuds i de olika stadsdelarna tilldelades varje stadsdel varsin färg. Färgerna markerades på

lapparna med koder som klippts ut utefter vilken stadsdel de erbjöds i. Det här steget gjordes redan i den tematiska innehållsanalysen. På så sätt skapades en tydlig överblick för att kunna sammanställa resultatet i steg två. Sammanställningen redovisar vilka aktivitetskategorier och hur många sorters aktiviteter som erbjuds i respektive stadsdel. Resultatet av sammanställningen organiserades och redovisas deskriptivt (17) med ett stapeldiagram.

I det sista steget gjordes en teoridriven aktivitetsanalys baserad på MoHO:s färdigheter (2). MoHO:s färdigheter kompletterades med International Classification of Functioning, Disability, and Health (ICF)(18) som är ett klassifikationssystem med koder för funktionstillstånd och används som ett gemensamt språk för att förklara hälsa. För att ge struktur åt aktivitetsanalysen användes en för studien utformad mall (se tabell 2). Mallen sammanställdes utifrån MoHO:s (2) färdigheter med de ICF-koder (18) som enligt MoHO motsvarar färdigheterna. I mallen är det ett tiotal ICF-koder i respektive färdighet. För att kunna svara mot syftet var det även nödvändigt att lägga till ICF-koderna “Att se” och “Att lyssna”, under processfärdigheter, att avsiktligt använda syn och hörsel för målinriktade sinnesupplevelser då aktivitetsanalysen ansågs ofullständig utan dem.

Tabell 2. Utdrag ur mallen där MoHO:s färdigheter är sammanställda med några av de motsvarande ICF-koderna.

MoHO:s färdigheter	Exempel på några av dem motsvarande ICF-koderna
Kommunikations- och interaktionsfärdigheter	b330 Uppmärksamhetsfunktioner
	d350 Konversation
Motoriska färdigheter	d440 Handens finmotoriska användning
	d420 Att förflytta sig själv
Processfärdigheter	d172 Att räkna och beräkna
	d166 Att läsa

Aktivitetsanalysen utgick ifrån de aktiviteter som den tematiska innehållsanalysen resulterade i. Med mallen som stöd analyserades aktiviteterna med en objektiv utgångspunkt, utifrån hur den generellt utförs och utgick inte från en specifik persons utförande (13). Miljöns betydelse i aktiviteter har inte tagits i beaktning i den generella analysen. Författarna hade som utgångspunkt att träffpunkternas aktiviteter utförs under ledning och i grupp vilket vägdes in i aktivitetsanalysen. Aktiviteterna analyserades en i taget och stegvis med mallen som stöd där författarna bedömde om varje ICF-kod tillhörande varje färdighet huvudsakligen behövdes för att aktiviteten på ett generellt sätt skall kunna utföras. En sammanfattning av de huvudsakliga färdigheterna gjordes i form av stapeldiagram som presenteras i resultatet.

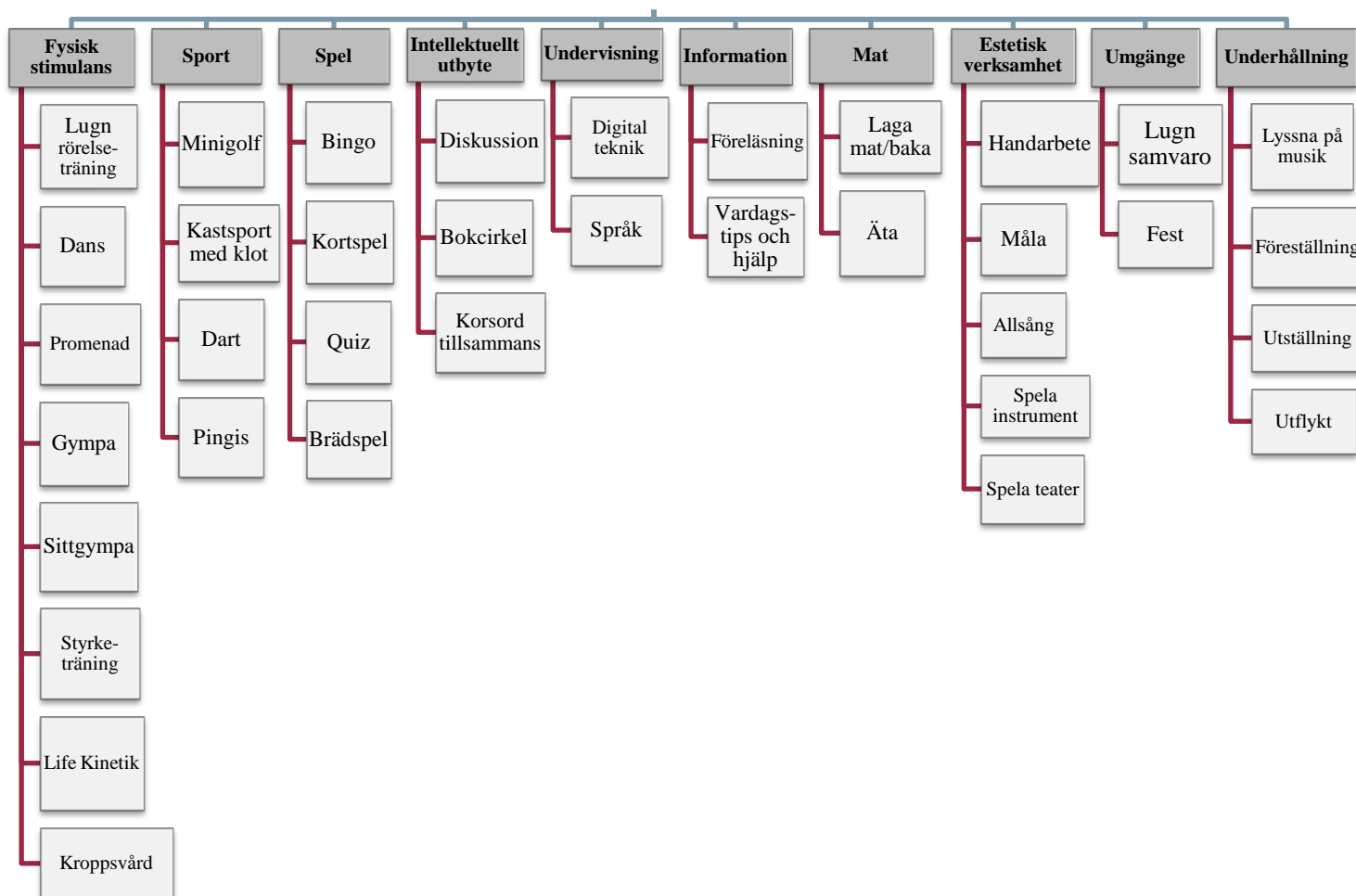
Resultat

Resultatet på studiens tre frågeställningar presenteras var för sig i separata avsnitt. Studiens resultat avseende den första frågeställningen visar vilken sorts aktiviteter som erbjuds på Göteborgs Stads träffpunkter för äldre personer. Resultatet av den andra frågeställningen visar i vilken omfattning aktiviteterna erbjuds i de olika stadsdelarna. Avslutningsvis visas resultatet av aktivitetsanalysen, vilka färdigheter hos utföraren som huvudsakligen behövs i de aktiviteter som erbjuds på träffpunkterna i Göteborgs stad vilket svarar på frågeställning tre.

1. Aktiviteter som erbjuds på Göteborgs Stads träffpunkter för äldre personer

Totalt identifierades 455 aktiviteter från de programblad som ingick i studien. De 455 aktiviteterna har vid den tematiska innehållsanalysen kunnat sorteras i tio kategorier benämnda aktivitetskategorier och 36 underkategorier benämnda aktiviteter (Figur 1). I varje aktivitetskategori finns mellan två och åtta aktiviteter. I aktivitetskategorierna finns aktiviteter med gemensamma nämnare.

Aktivitetskategorier samt aktiviteter



Figur 1. Tematisk innehållsanalys av aktiviteter på Göteborgs Stads träffpunkter för äldre personer.

I aktivitetskategorin *Fysisk stimulans* är den gemensamma nämnaren att utförarens kropp är i fokus och att aktiviteterna utförs utan tävlan. Aktiviteterna i *Sport* innefattar liksom de i *Fysisk stimulans* att utföraren använder sin kropp i stor utsträckning men innefattar tävlingsmoment och är redskapsbaserade.

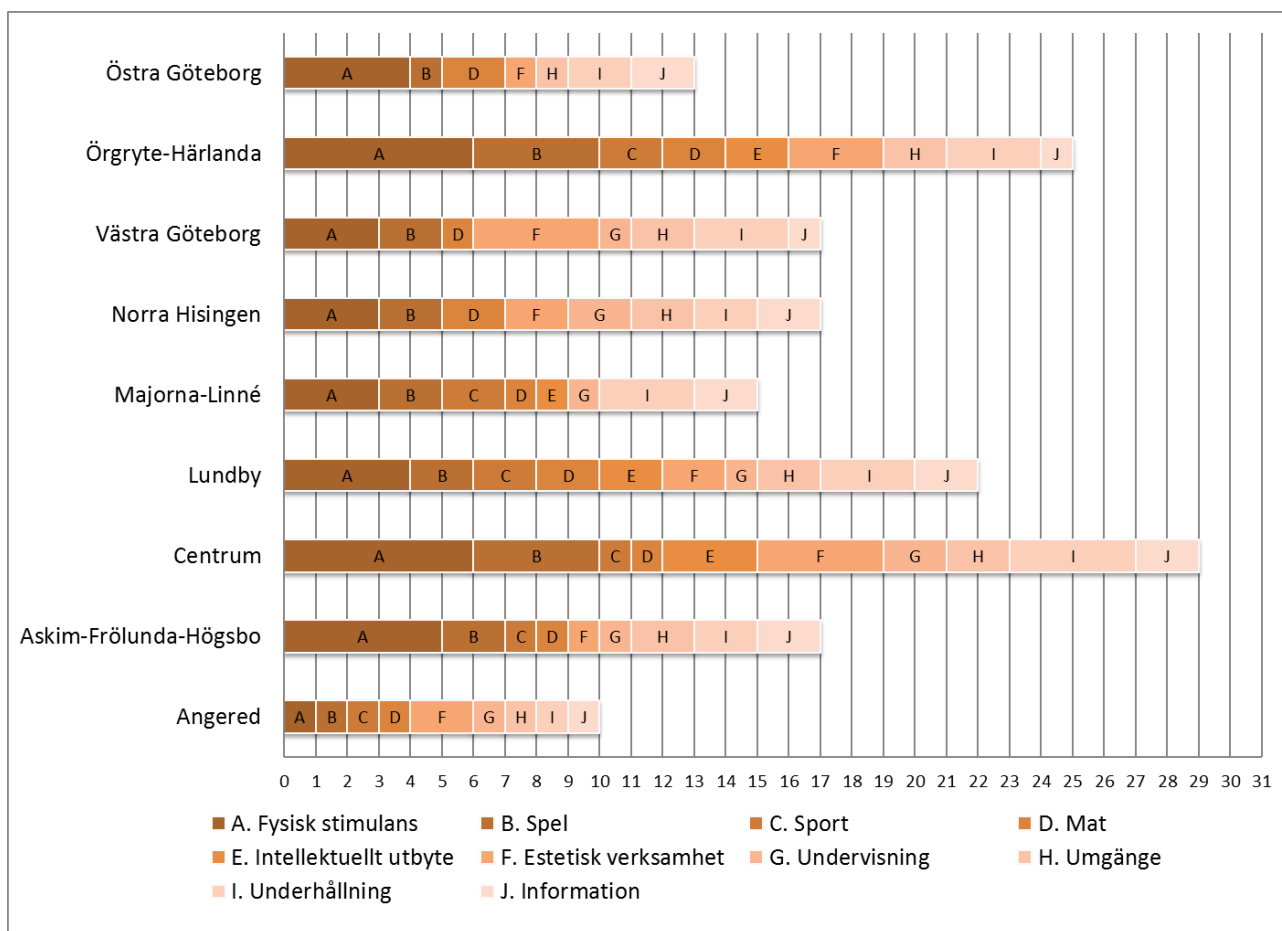
Aktiviteterna i *Spel* innefattar också ett tävlingsmoment men gemensamma nämnare är att *Spel* utövas med bestämda regler och sittandes. I *Intellektuellt utbyte* är den gemensamma nämnaren att aktiviteterna har ett förbestämt tema för kunskaps- och tankeutbyte utförarna emellan och till skillnad från *Spel* innefattas inte några regler.

Undervisning innefattar de gemensamma nämnarna att det är lärarledd utbildning med målet att lära sig och kunna använda sig av den förvärvade kunskapen för att kunna ta sig vidare i ämnet. Aktiviteterna tillhörande *Information* har som gemensamma nämnare att utföraren inhämtar information av en annan aktör men det som skiljer *Information* från *Undervisning* är att informationen inte behöver befästas för att kunna ta sig vidare i aktiviteten.

Aktiviteterna i *Mat* har livsmedel som gemensam nämnare där utföraren antingen tillagar eller äter mat. *Estetisk verksamhet* har gemensamt att utföraren på ett kreativt sätt kan uttrycka sig och skapa en konkret produkt såsom en tavla eller sång. De gemensamma nämnarna i *Umgänge* är att utföraren befinner sig i ett socialt sammanhang och sällskapar med andra. I *Underhållning* är de gemensamma nämnarna yttre stimuli och andra personer som har till uppgift att underhålla utföraren.

2. Omfattningen av de aktiviteter som erbjuds i de olika stadsdelarna

Antalet träffpunkter i varje stadsdel varierar mellan en till fem och är sammanlagt 29 stycken. Respektive stadsdelars aktivitetsutbud återfinns i diagrammet nedan (Figur 2). Sammanfattningsvis visar resultatet att antalet aktivitetskategorier som erbjuds i varje stadsdel inte skiljer sig avsevärt åt då spridningen är mellan sju och tio stycken. Lundby och Centrum är de stadsdelar som erbjuder alla tio aktivitetskategorier. *Fysisk stimulans*, *Spel*, *Mat*, *Underhållning* och *Information* erbjuds i varje stadsdel till skillnad från *Intellektuellt utbyte* som endast erbjuds i fyra stadsdelar. Aktivitetsutbudet i sig skiljer sig dock mellan stadsdelarna. Spridningen mellan erbjudna aktiviteter är 10 till 29 stycken i de olika stadsdelarna och medianen över antalet aktiviteter i stadsdelarna är 17 stycken. Centrum erbjuder flest antal aktiviteter och Angered minst (Figur 2). Västra Göteborg och Angered erbjuder flest antal aktiviteter inom *Estetisk verksamhet* resterande stadsdelar erbjuder flest inom *Fysisk stimulans*, varav Majorna-Linné som dessutom erbjuder *Underhållning* i samma utsträckning som *Fysisk stimulans*.



Figur 2. Deskriptiv statistik över aktivitetsutbudet på träffpunkterna för äldre personer i Göteborgs Stads stadsdelar. Bokstäverna på staplarna representerar de olika aktivitetskategorierna. Den vågräta linjen visar på antalet aktiviteter som erbjuds i respektive stadsdel.

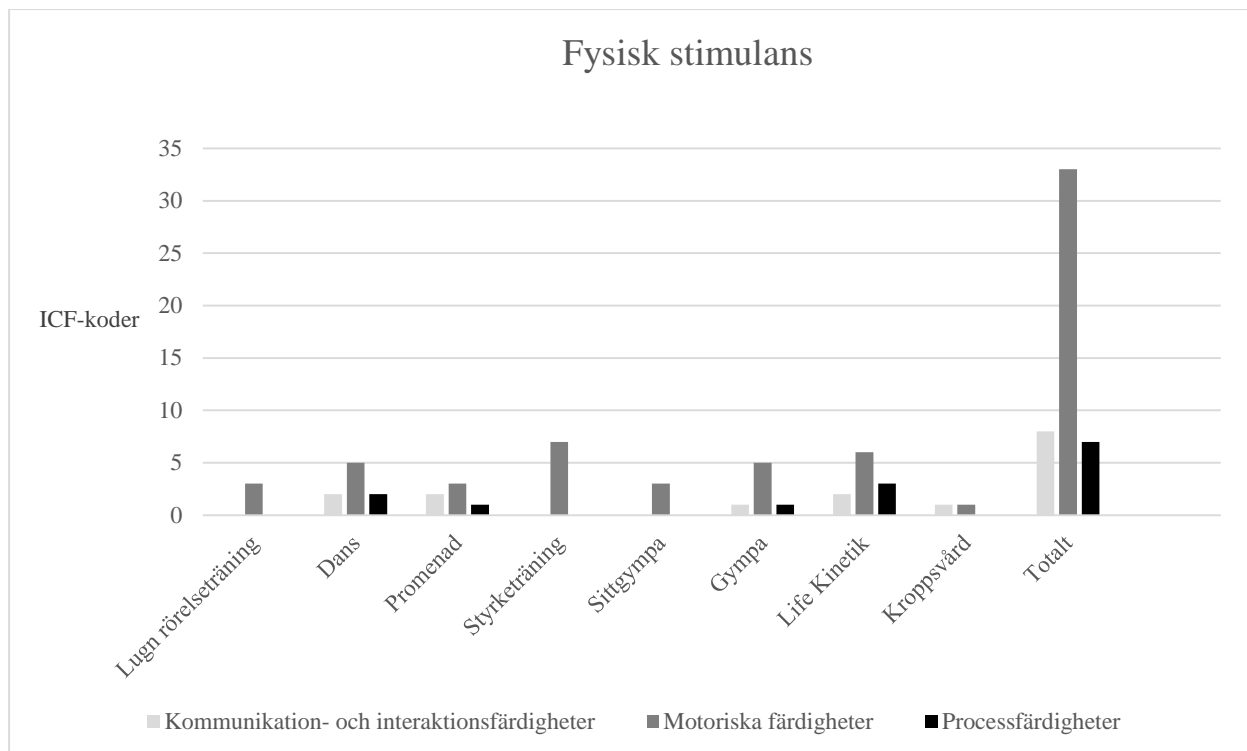
3. Huvudsakliga färdigheter som behövs för att utföra de aktiviteter som erbjuds på träffpunkterna för äldre personer i Göteborgs Stad

Studiens resultat avseende den tredje frågeställningen bygger på aktivitetsanalyser av de 36 aktiviteter som framkom av den tematiska innehållsanalysen (Figur 1). De färdigheter som aktiviteterna analyseras efter är; motoriska-, process- och kommunikations- och interaktionsfärdigheter med motsvarande ICF-koder (se Tabell 2). Kompletta stapeldiagram över utfallet av aktivitetsanalysen återfinns efter varje skriftlig beskrivning av aktivitetskategorierna. Nedan beskrivs vilka färdigheter som huvudsakligen behövs för de övergripande tio aktivitetskategorierna.

3.1 Fysisk stimulans

Motoriska färdigheter utmärker sig som den färdighet som behövs mest frekvent då alla aktiviteter behöver det och att det är den färdighet som huvudsakligen behövs i *lugn rörelseträning, styrketräning* och *sittgympa*. I aktiviteter som exempelvis *dans, promenad* och *gympa* behöver utföraren kunna ändra kroppsställning, röra sig omkring, förflytta sig och använda armens och handens grovmotorik. *Kroppsvård* är den aktivitet som skiljer sig åt på

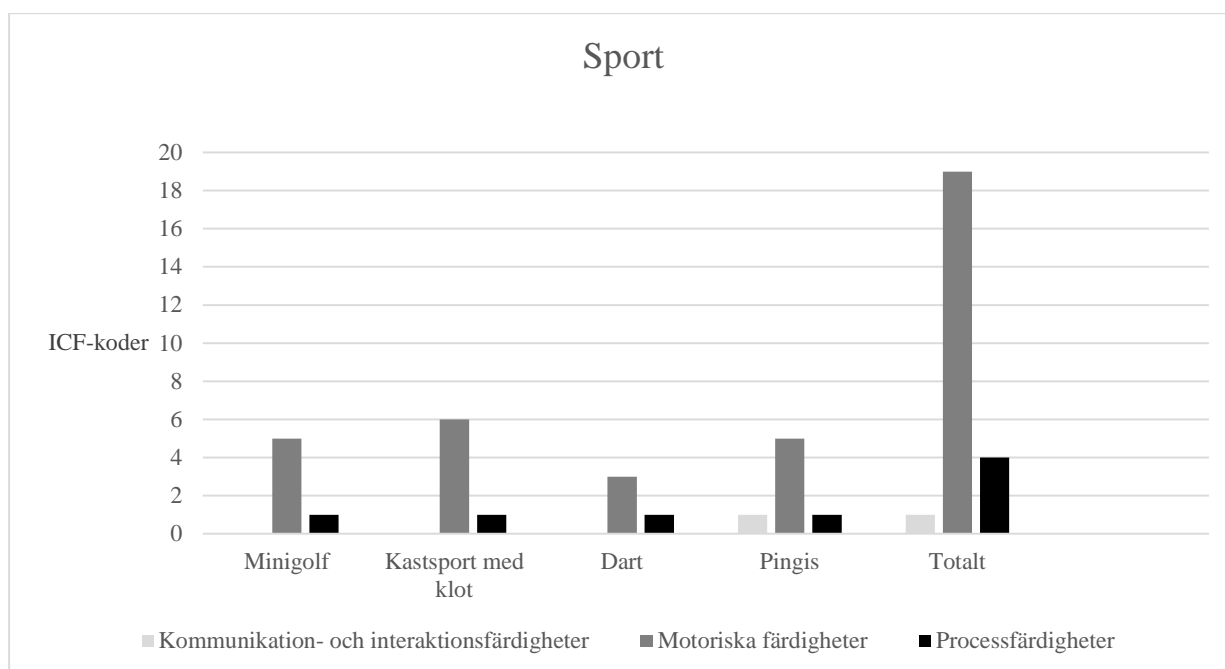
så sätt att utföraren behöver kunna bibehålla samma kroppsställning under en längre tidsperiod när utföraren exempelvis får en behandling. I *kroppsvård* behöver inte utföraren koordinera och kontrollera viljemässiga rörelser men i de övriga aktiviteterna är det en huvudsaklig färdighet. Att kunna vidmakthålla och fördela sin uppmärksamhet är de kommunikations- och interaktionsfärdigheter som behövs i alla aktiviteter förutom *kroppsvård* där det huvudsakligen inte behövs. De huvudsakliga processfärdigheter som behövs i aktiviteterna är att se och att lyssna. I *life kinetik* behöver även utföraren kunna tänka och hantera begrepp då det är en träningsmetod som kombinerar rörelser med kognitiva uppgifter och visuella övningar. *Life kinetik* är den aktivitet där flest färdigheter behövs, (se Figur 3).



Figur 3. Stapeldiagram över huvudsakliga färdigheter och antal motsvarande ICF-koder som behövs i varje aktivitet samt det totala antalet färdigheter.

3.2 Sport

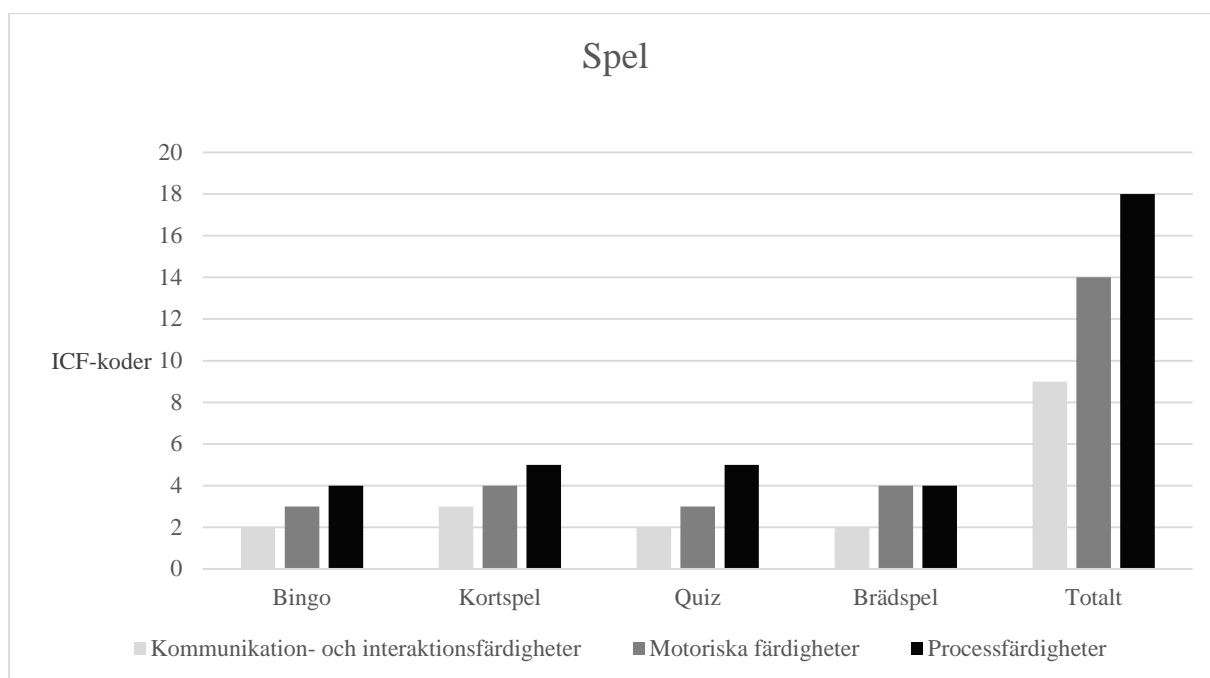
Alla aktiviteter utmärks tydligt på så sätt att utföraren behöver ha motoriska färdigheter (Figur 4). De motoriska färdigheter som behövs för att utföra aktiviteter som *minigolf* och *kastsport med klot* är bland annat att kunna ändra sin kroppsställning, att förflytta sig och att kunna använda sig av armens och handens grovmotorik då utföraren behöver hantera ett redskap i sin hand. *Dart* är den aktivitet där handens finmotorik behövs för att med koordinerade rörelser kunna plocka upp, hantera och släppa pilen. *Pingis* är den aktivitet som huvudsakligen behöver uppmärksamhetsfunktioner då stimuli, det vill säga pingisbollen, färdas mot utföraren. Den processfärdighet som huvudsakligen behövs är att målinriktat kunna använda sin syn för att uppfatta vad som sker i aktiviteterna.



Figur 4. Stapeldiagram över huvudsakliga färdigheter och antal motsvarande ICF-koder som behövs i varje aktivitet samt det totala antalet färdigheter.

3.3 Spel

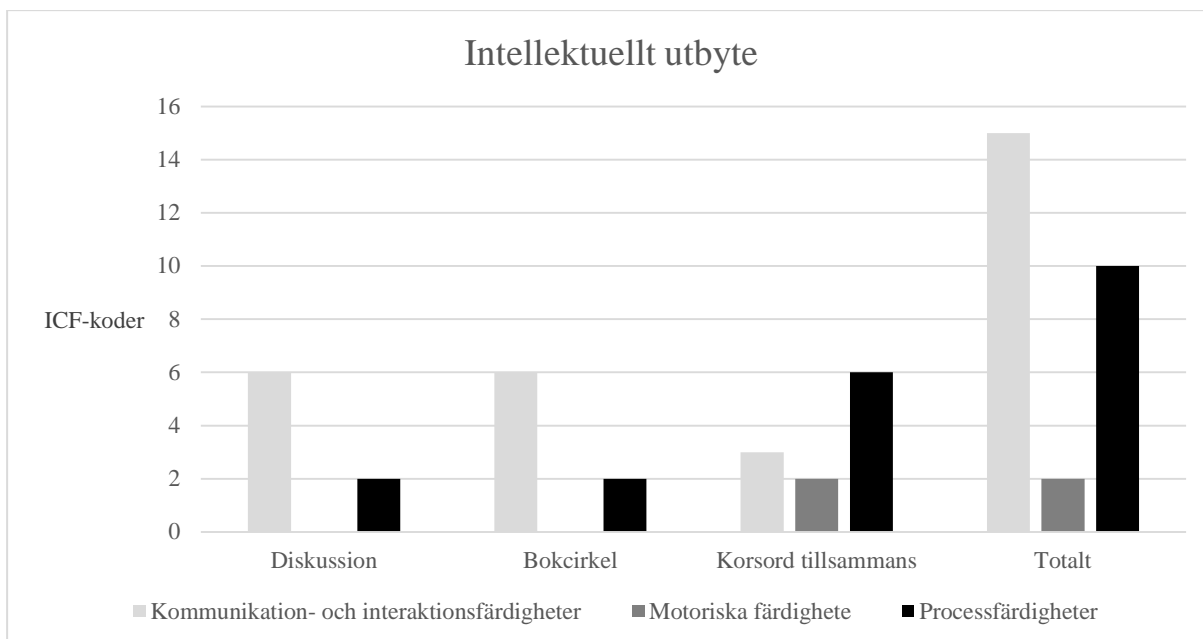
Det som utmärker sig i aktivitetskategorin *Spel* är att alla aktiviteter i stort sett behöver samma huvudsakliga färdigheter i såväl motoriska-, process- och kommunikations- och interaktionsfärdigheter. I samtliga aktiviteter behöver utföraren uppmärksamhetsfunktioner då spel handlar om att kunna fokusera sin uppmärksamhet på regler och att skifta uppmärksamheten när andra utförare exempelvis gör sina drag. Gemensamt med alla aktiviteter är även att de innefattar någon form av spelplan och/eller kort som gör att utföraren behöver kunna förstå och använda språk och tecken. Motoriska färdigheter såsom viljemässiga rörelser i hand och arm behövs i samtliga aktiviteter för att exempelvis flytta runt spelpjäser. De processfärdigheter som behövs skiljer sig lite åt men huvudsakliga färdigheter är bland annat att kunna fokusera och fundera. Att se och lyssna är även de återkommande färdigheter. *Kortspel* är den aktivitet där det behövs flest färdigheter, då utföraren bland annat behöver kunna tolka tecknen på korten, bibehålla uppmärksamheten och använda armen och handens grov- och finmotoriska funktioner för att hantera korten. För illustration av aktivitetskategorin *Spel* se figur 5.



Figur 5. Stapeldiagram över huvudsakliga färdigheter och antal motsvarande ICF-koder som behövs i varje aktivitet samt det totala antalet färdigheter.

3.4 Intellectuellt utbyte

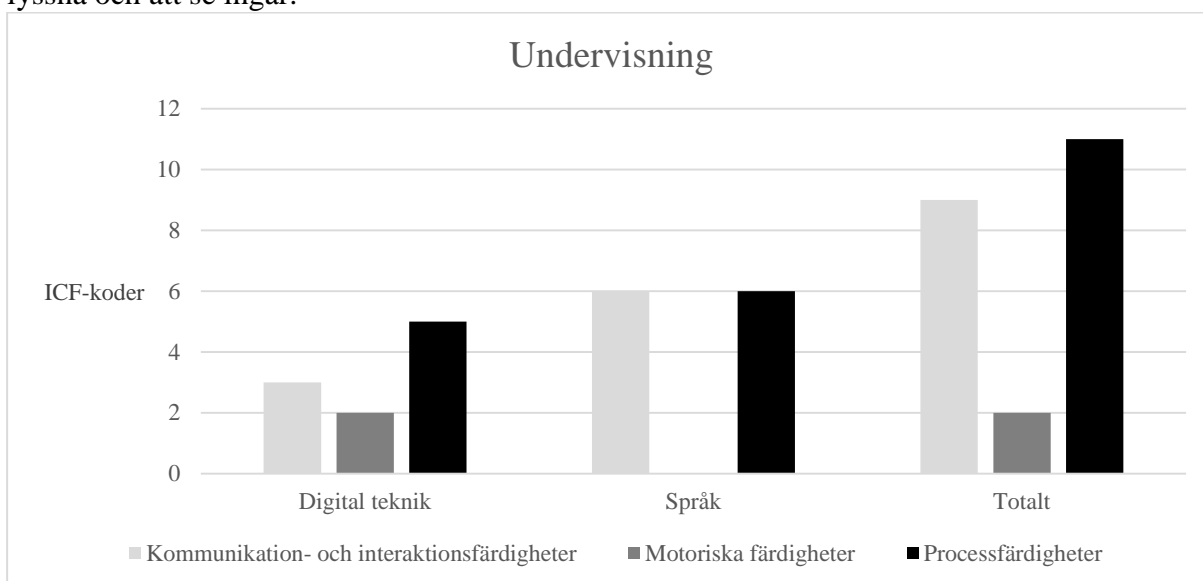
Process-, och kommunikations och interaktionsfärdigheter är fördelade över alla aktiviteter (se Figur 6). De kommunikations- och interaktionsfärdigheter som huvudsakligen behövs i aktiviteterna är uppmärksamhetsfunktioner och att kunna konversera och förstå talat språk. I *korsord tillsammans* behövs den motoriska färdigheten att använda handens finmotorik eftersom utföraren hanterar en penna i sin hand. I samtliga aktiviteter behöver utföraren tänka, fundera och lyssna. *Korsord tillsammans* däremot innebär fler processfärdigheter som att kunna se, skriva och läsa.



Figur 6. Stapeldiagram över huvudsakliga färdigheter och antal motsvarande ICF-koder som behövs i varje aktivitet samt det totala antalet färdigheter.

3.5 Undervisning

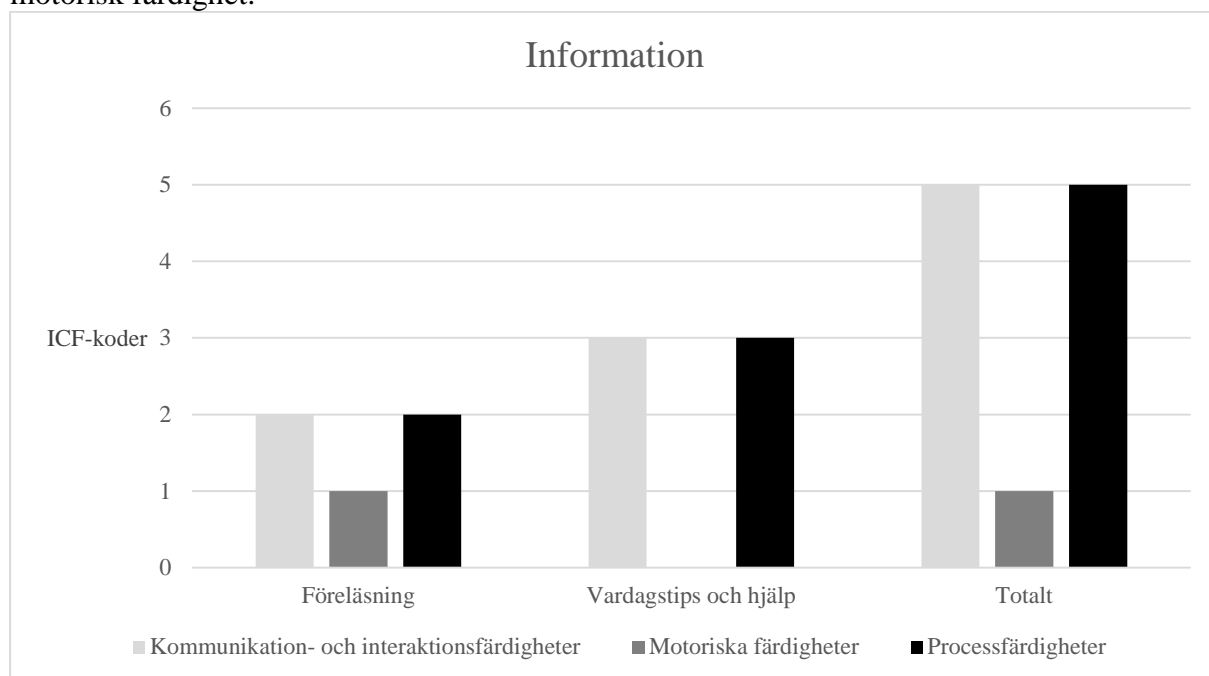
Båda aktiviteterna täcker in process-, och kommunikations- och interaktionsfärdigheter (se Figur 7). *Digital teknik* är den enda aktivitet av alla 36 där behovet att kunna använda kommunikationsutrustning som exempelvis en Ipad finns. Vad gäller kommunikations- och interaktionsfärdigheter har aktiviteterna gemensamt att det huvudsakligen behövs uppmärksamhetsfunktioner samt att förstå talat och skrivet språk för att exempelvis förstå vad den som undervisar säger eller vad som står i en lärobok. Det som skiljer aktiviteterna åt är att utföraren i *språk* behöver kunna tala och konversera med andra människor. I *digital teknik* behövs motoriska färdigheter i form av att kunna använda sin hand och arm för att hantera en Ipad eller dator. I aktiviteterna behövs många processfärdigheter där att tänka, läsa, lyssna och att se ingår.



Figur 7. Stapeldiagram över huvudsakliga färdigheter och antal motsvarande ICF-koder som behövs i varje aktivitet samt det totala antalet färdigheter.

3.6 Information

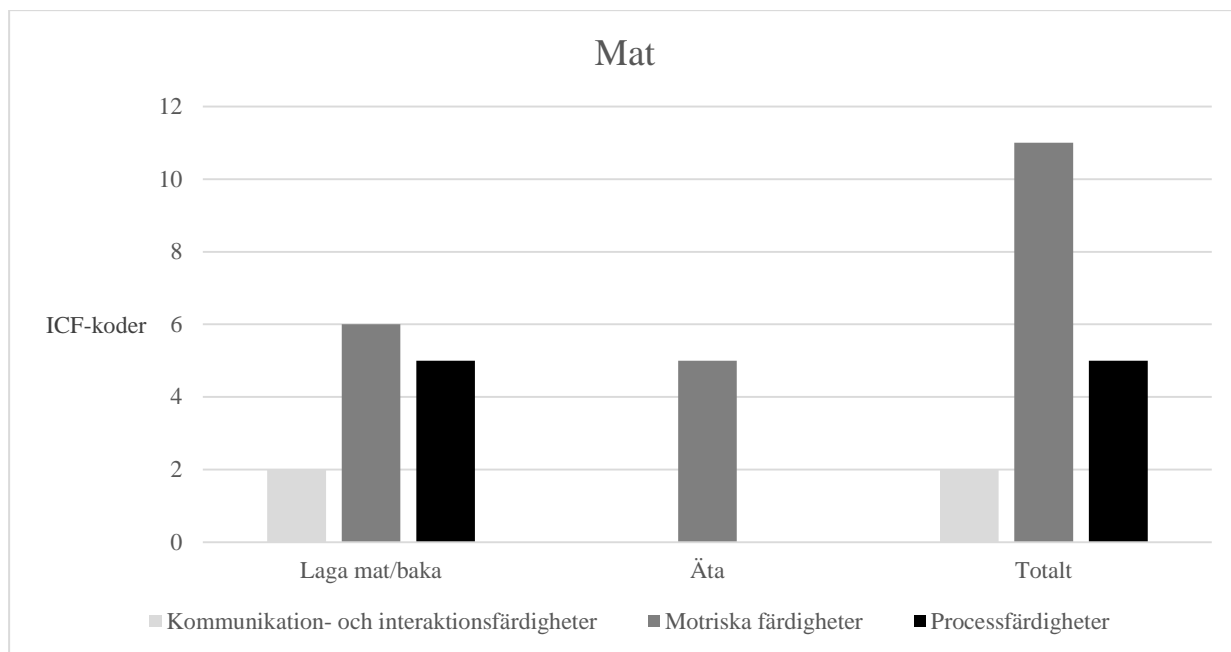
Kommunikations- och interaktionsfärdigheter samt processfärdigheter är det som huvudsakligen behövs i aktiviteterna (se Figur 8). Uppmärksamhetsfunktioner, att förstå talat språk och att lyssna behövs av utföraren i både *föreläsning* och *tips och råd* för att förstå det som sägs. Att kunna sitta under en längre stund vid en föreläsning är behövligt vilket är en motorisk färdighet.



Figur 8. Stapeldiagram över huvudsakliga färdigheter och antal motsvarande ICF-koder som behövs i varje aktivitet samt det totala antalet färdigheter.

3.7 Mat

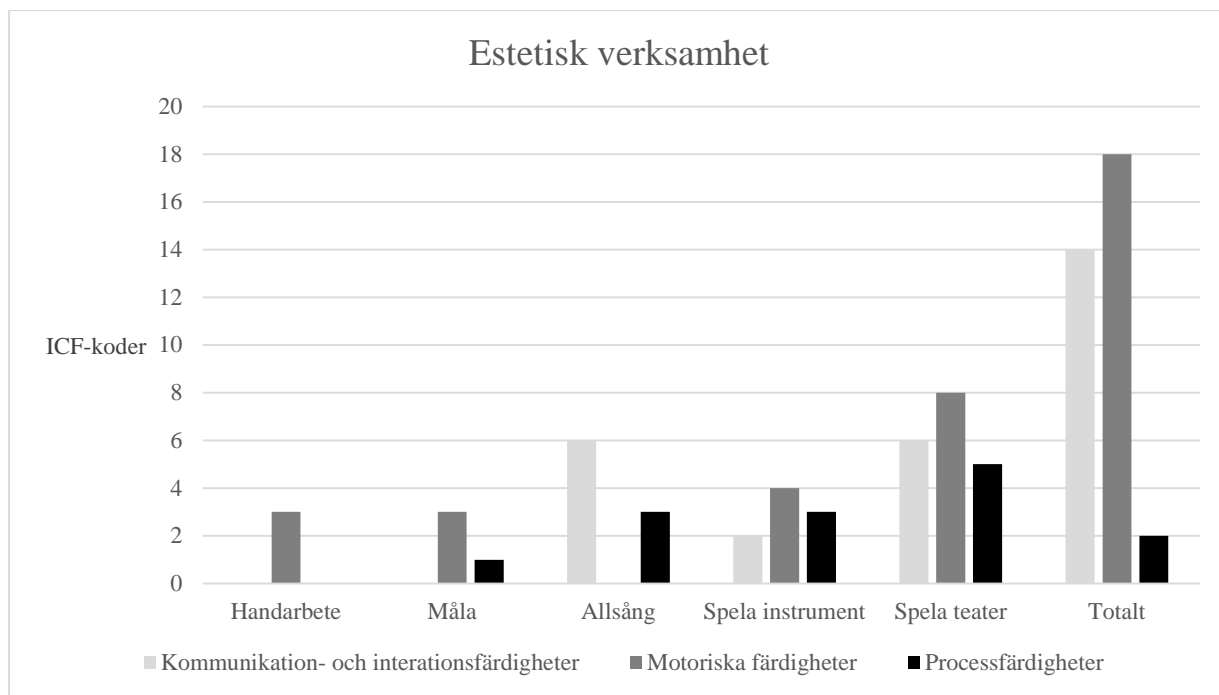
Aktiviteten *laga mat/baka* täcker in motoriska-, process- och kommunikations- och interaktionsfärdigheter till skillnad från aktiviteten att *äta* där utföraren i huvudsak behöver motoriska färdigheter. Aktiviteten *laga mat/baka* behöver kommunikations- och interaktionsfärdigheter såsom att vidmakthålla och skifta uppmärksamhet på flera stimuli och förstå talat och skrivet språk och symboler för att bland annat kunna utläsa ett recept. Matlagning innehåller många delar, utföraren behöver förstå siffror för att exempelvis veta vilken grad ugnen är på och att kunna räkna för att måtta rätt mängd ingredienser. De motoriska färdigheter som behövs är främst handens grov- och finmotorik men att utföraren i *laga mat/baka* också behöver kunna förflytta sig runt i köket. Att *laga mat/baka* är den aktivitet i studien där processfärdigheten *högre kognitiva funktioner* huvudsakligen behövs vilket innebär att kunna planera, utföra planen, tidsplanera samt ha omdöme. Andra processfärdigheter som behövs är att läsa, fatta beslut och att räkna och beräkna. I aktiviteten *äta* behöver utföraren huvudsakligen motoriska färdigheter för att exempelvis hantera ett bestick i sin hand och föra besticket mot munnen i en kontrollerad och koordinerad rörelse (se Figur 9).



Figur 9. Stapeldiagram över huvudsakliga färdigheter och motsvarande ICF-koder som behövs i varje aktivitet samt det totala antalet färdigheter

3.8 Estetisk verksamhet

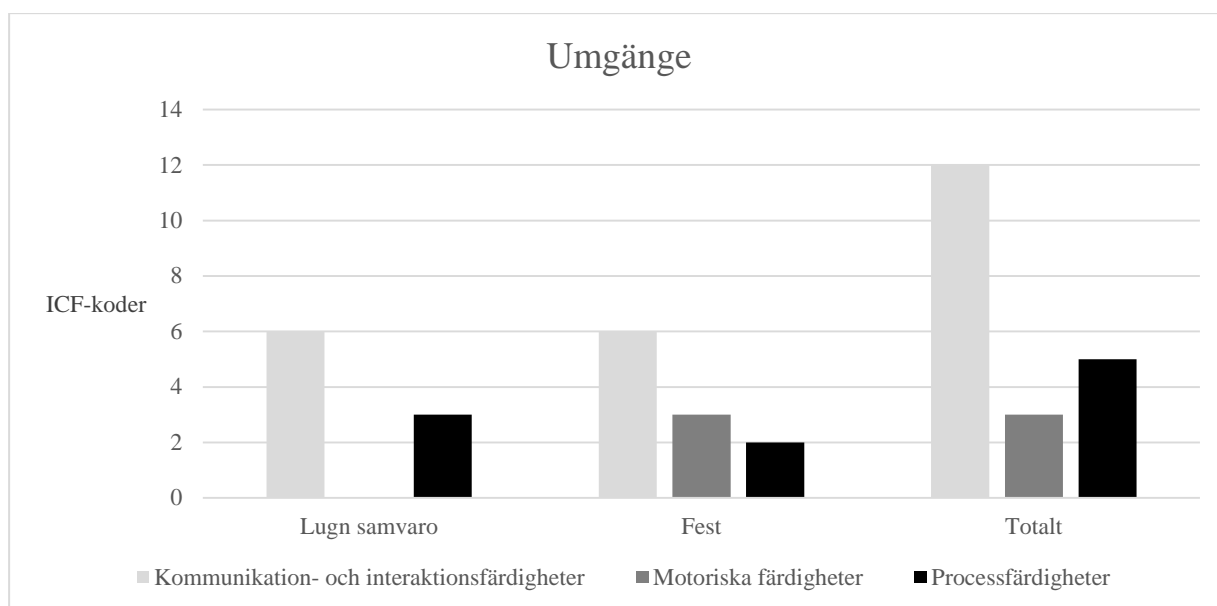
De färdigheter som behövs i störst utsträckning är motoriska- och kommunikations- och interaktionsfärdigheter. *Spela teater* utmärker sig från övriga som den aktivitet med flest färdigheter, 19 stycken. *Spela teater* är den aktivitet där behovet av att kunna ändra kroppsställning och att förflytta sig finns. I *handarbete* behövs i huvudsak motoriska färdigheter. Kommunikations- och interaktionsfärdigheter som behövs i flertalet aktiviteter är att kunna uttrycka sig och förstå tal samt symboler. Aktiviteterna innefattar också uppmärksamhetsfunktioner. I alla aktiviteter utom *allsång* behövs huvudsakligen kontroll över viljemässiga rörelser och fin- och grovmotorik i hand och arm. Av processfärdigheterna var att se och lyssna det som återkom i aktiviteterna (se Figur 10).



Figur 10. Stapeldiagram över huvudsakliga färdigheter och antal motsvarande ICF-koder som behövs i varje aktivitet samt det totala antalet färdigheter.

3.9 Umgänge

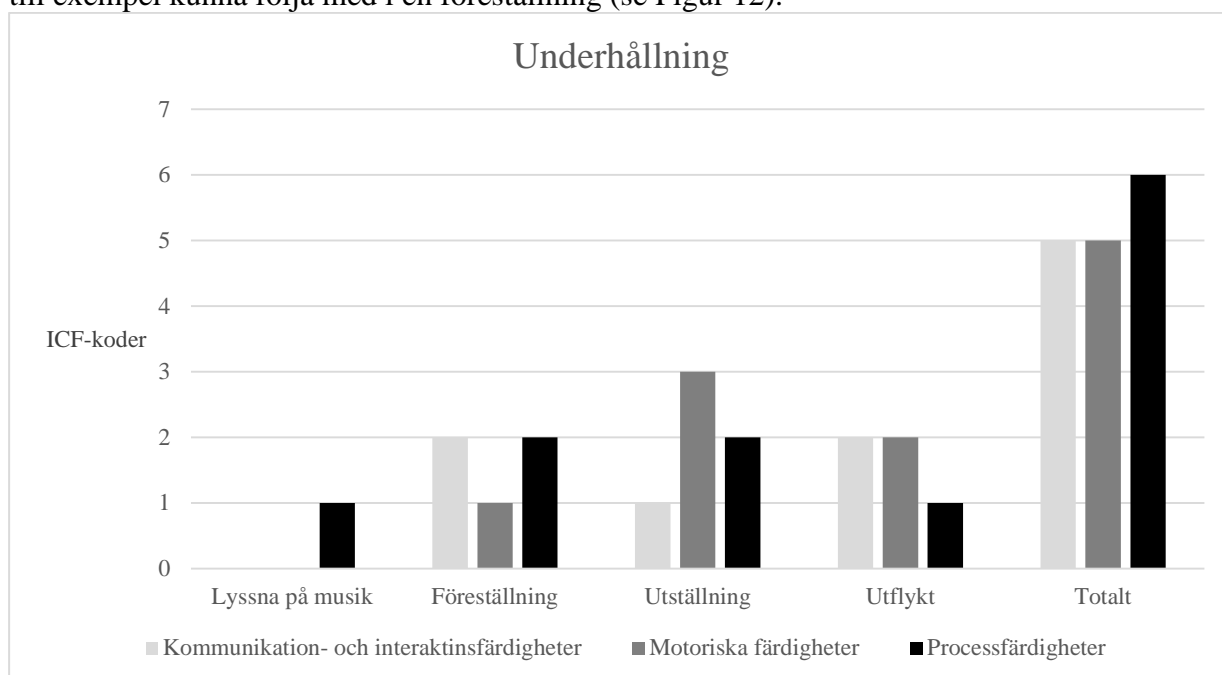
Utföraren behöver i *fest* kunna använda sig av motoriska färdigheter i övrigt är aktiviteterna snarlika (se Figur 11). De huvudsakliga motoriska färdigheter som behövs är att kunna röra sig omkring för att exempelvis mingla eller dansa. Kommunikations- och interaktionsfärdigheter är den färdighet som behövs i störst utsträckning. Det som huvudsakligen behövs av kommunikations- och interaktionsfärdigheterna är; uppmärksamhetsfunktioner, att kunna konversera och att kunna interagera med andra människor. Processfärdigheten att lyssna på personer och ljuden runt omkring behövs också i aktiviteterna.



Figur 11. Stapeldiagram över huvudsakliga färdigheter och antal motsvarande ICF-koder som behövs i varje aktivitet samt det totala antalet färdigheter

3.10 Underhållning

I aktiviteterna *föreställning*, *utställning* och *utflykt* behövs motoriska-, process- och kommunikations- och interaktionsfärdigheter. I aktiviteten *lyssna på musik* är processfärdigheten att lyssna det som huvudsakligen behövs. Uppmärksamhetsfunktioner och att förstå talat och skrivet språk är de kommunikations- och interaktionsfärdigheter som huvudsakligen behövs. De motoriska färdigheter som huvudsakligen behövs är att antingen kunna sitta en längre stund, exempelvis under en föreställning eller att kunna röra sig omkring vid en utställning och utflykt. Processfärdigheter som behövs är att se och/eller lyssna för att till exempel kunna följa med i en föreställning (se Figur 12).



Figur 12. Stapeldiagram över huvudsakliga färdigheter och antal motsvarande ICF-koder som behövs i varje aktivitet samt det totala antalet färdigheter.

Diskussion

Resultatdiskussion

Kartläggningen har på en övergripande och objektiv nivå gett en första inblick i vilka sorters aktiviteter som erbjuds, i vilken omfattning de erbjuds i de olika stadsdelarna och vilka färdigheter som i huvudsak behövs av en utförare. Resultatet visar på aktiviteternas många olika aspekter vilka kan påverka ett hälsosamt åldrande för den tilltagande heterogena populationen av äldre personer.

Enligt ett mål i Göteborgs Stads folkhälsoprogram skall personer kunna åldras med god livskvalitet och Göteborgs Stads träffpunkter är en verksamhet som ska ge möjlighet till ett aktivt liv utifrån personens förutsättningar för att uppnå målet (9). Resultatet visar på tio aktivitetskategorier och 36 sorters aktiviteter vilket kan tyda på att staden erbjuder en bredd av aktivitetssorter.

Resultatet av hur omfattningen av aktiviteterna som erbjuds i de olika stadsdelarna visar att träffpunkterna i Göteborgs Stads stadsdelar har en stor variation i hur många sorters aktiviteter de erbjuder. Även om det är tillåtet att besöka vilken träffpunkt som helst oberoende av var personen är bosatt så kan stadsdelarnas olika utbud påverka de äldre personernas möjlighet till aktivitet. Författarnas resonemang befästs av Fristedts (5) beskrivning av att tillgängligheten till en mötesplats är en betydande aspekt för att främja äldre personers deltagande i aktiviteter utanför bostaden. Därmed kan äldre personers deltagande starkt vara sammankopplat med utbudet av aktiviteter på de träffpunkter som är närliggande personens bostad. Möjligheten att välja aktivitet utefter egen vilja, intressen och värden kan enligt MoHO (2) bidra till att personen tar del av aktiviteter.

Det är också av betydelse att äldre personer har möjlighet att lära sig nya saker på träffpunkterna, att utvecklas och lära sig nya saker är något människan har ett behov av hela livet (19). *Undervisning* erbjuds i sju av nio stadsdelar och kan bidra till att äldre personer bland annat lär sig använda *digital teknik*. Äldre personer uttrycker att det finns en önskan om att vara delaktiga i nutidens högteknologiska samhälle men att en del känner sig obekväma i den snabba teknikutvecklingen och behöver stöd från omgivningen för att bli självständiga i användandet av exempelvis en Ipad (20). Träffpunkterna kan vara en passande plats för äldre personer att få stöd och hjälp i att lära sig digital teknik och inte minst internetanvändning. Samhället förväntar sig att internet används som källa för bland annat information (20). Att äldre personer kan ta del av denna information det är angeläget för att öka deras delaktighet i samhällslivet.

Det är betydande att det finns ett brett utbud av aktiviteter så att tillgängligheten till utbud säkerställs. Detta är också betydelsefullt ur ett rättviseperspektiv då att inte kunna aktivera sig i en bredd av meningsfulla aktiviteter som möter personers individuella behov kan ses som aktivitetsorättvisa (21). Det är dock inte bara ett brett utbud som är av stor betydelse för aktivitetsrättvisan, personerna ska också kunna utföra de aktiviteter som erbjuds. En aktivitet som utförs sker i olika deluppgifter som kräver olika färdigheter av en person (2).

Aktivitetsanalysens resultat visar att Göteborgs Stad erbjuder många aktiviteter där utföraren behöver någon eller många motoriska färdigheter. Motoriska färdigheter behövdes i betydligt fler aktiviteter än de som sorterats in under *Fysisk stimulans* och *Sport* vilket utan en aktivitetsanalys kan vara svårare att identifiera, där bland annat att hålla en penna och hantera en spelpjäs också är motoriska färdigheter. Fysisk aktivitet är bra för hälsan (3). Äldre personer och yngre är nästintill lika träningsbara och det genererar i stort sett i samma hälsovinster av fysisk aktivitet. Äldre personer måste använda sina fysiska funktioner för att inte försämra den fysiska kapaciteten enligt Dehlin et al (22). Användandet av motoriska färdigheter kan enligt MoHO (2) bidra till att personen kan bibehålla sina fysiska funktioner vilket i sin tur bidrar till det goda åldrandet.

Att ta i beaktande är också att inte enbart fysiska aktiviteter är viktiga för att bibehålla ett gott åldrande, utan också att social stimulans (3). *Fest* och *lugn samvaro* utmärker sig som aktiviteter där utföraren umgås och som därmed kan anses bidra till social stimulans. Enligt Lindahl (10) upplevs många aktiviteter på träffpunkterna utöver dessa som sociala. Den sociala gemenskapen är en förutsättning för ett gott välbefinnande (22).

Att kunna få ut en konkret produkt som resultat av sin aktivitet också är av värde (3) Studiens resultat visar dock att det däremot inte erbjuds så många aktiviteter där utföraren får en fysisk produkt som resultat av aktiviteten. Att få se ett fysiskt resultat av sitt görande kan bidra till god hälsa då kreativt skapande som exempelvis att måla en tavla kan få personen att känna sig tillfredsställd över att personligen ha lyckats skapa en produkt (23). Att använda sina händer till att skapa något engagerar många sinnen utöver de motoriska färdigheter som behövs i aktiviteterna och kan ge ett individuellt värde (23). Av de 36 aktiviteter som erbjöds vid träffpunkterna svarade endast tre aktiviteter, *handarbete*, *måla* och *laga mat/baka* på ett sådant behov. Med detta i åtanke kan det vara en viktig aspekt att ta hänsyn till vid planering av aktivitetsutbudet på träffpunkterna.

Många av de aktiviteter som erbjuds på träffpunkterna är vedertagna aktiviteter som vid första anblicken kan uppfattas som "enkla". En vedertagen aktivitet formas enligt MoHO (2) av kultur och social miljö och de är vedertagna på så sätt att de på ett typiskt sätt utförs i den angivna miljön. Det är betydelsefullt att skapa förståelse för att en aktivitet kan delas upp i många olika delar där varje sekvens kan vara komplex, där olika faktorer behöver räknas in och där utföraren behöver behärska många olika färdigheter (12). Aktiviteter som innebär mycket ansträngning är gynnsamma för hälsan men även aktiviteter som innebär begränsad ansträngning kan vara gynnsamma då det kan bidra till att fler kan känna sig delaktiga i aktivitet vilket är en av de viktigaste faktorerna för att åldras med god hälsa (2,3). En balans mellan komplexa aktiviteter och mindre komplexa aktiviteter är av betydelse på träffpunkterna för att kunna stimulera och utmana personer som besitter färdigheter på olika nivåer. Exempelvis var *laga mat/baka* en av de aktiviteter som behövde flest färdigheter. Det samma gäller *kortspel*. En aktivitet som *kortspel* kan subjektivt sett vara avslappnande och sällskaplig men objektivt bedömd ställer aktiviteten betydligt fler krav på färdigheter än vad som vid första anblick kan antas. *Spel* var den aktivitetskategori där många färdigheter huvudsakligen behövdes inom såväl motorik- som process- och kommunikations- och interaktionsfärdigheter där regler, turtagning, uppmärksamhet, fokus och finmotorik är en del av dessa vilket visar på en komplex aktivitet. *Underhållning* och *Information* erbjuds i alla stadsdelar. Att utbudets omfattning ser ut så kan vara av betydelse då dessa i huvudsak innehåller färdigheter som att se och lyssna vilket innebär att personer som inte har motoriska

färdigheter eller kommunikations- och interaktionsfärdigheter enligt MoHO (2) ändå kan känna sig kompetenta i sitt aktivitetsutförande.

För att en person skall kunna känna sig kompetent i sitt aktivitetsutförande är det många delar av en aktivitet som spelar roll. Enligt the Value and Meaning in Occupations (ValMo-modellen) (24) kan deltagande i aktiviteter ge ett värde och mening som leder till välbefinnande och en bättre hälsa. Ett brett utbud av aktiviteter kan attrahera den ökande heterogena gruppen äldre personer vilket kan vara hälsofrämjande.

Med den här studien har frågeställningarna besvarats på en övergripande nivå och gett en grund för fortsatta studier av kartläggning av aktiviteter. Detta anses angeläget då det finns ytterligare aspekter att ta hänsyn till vid framtida planering av aktivitetsutbud för äldre personer i Göteborgs stad. Ytterligare kunskap om hur den fysiska miljön påverkar aktivitetsutförandet samt aktivitetsanalyser som utgår från observationer av personer i aktivitet kan ge en djupare förståelse för hur träffpunkternas utbud ser ut idag och vad som kan vidareutvecklas för att än mer öka de äldres möjlighet att kunna välja på ett brett utbud vilket är av vikt för ett gott åldrande. Möjlighet att anpassa eller förenkla en aktivitet kan möjliggöra för fler personer att delta. Denna specifika kunskap i att förstå, analysera och möjliggöra meningsfulla aktiviteter är ett behov som en arbetsterapeut kan tillgodose (24-25).

Metoddiskussion

Mixad metod är en relativt ung metodansats och därför finns ingen enhetlig definition av begreppet (15). Det som lyfts i en mixad metod är att forskningsfrågan är i fokus och att tillvägagångssättet inte är det viktigaste i sammanhanget. Att använda en mixad metod kan ha både fördelar och nackdelar. En upplevd nackdel är att det inte funnits några precisa ramar att förhålla sig till, vilket stundtals försvårat processen då författarna inte har någon tidigare erfarenhet av att arbeta utifrån denna metod. Den mixade metodens fördelar överväger dock, framförallt nyttan med att den är komplementär, det vill säga att den kvalitativa datan används för att beskriva den kvantitativa datan i ord och då ger en bättre förståelse. Genom att integrera kvalitativ och kvantitativ metod kan de enskilda metodernas begränsningar eliminera den enskilda metodens begränsningar och istället ta tillvara dess möjligheter. Trots att studien har en övergripande och objektiv nivå bidrar den mixade metoden till att studiens frågeställningar får mer heltäckande svar som i sin tur har bidragit till en tydligare bild av det undersökta fenomenet.

Perioden på tre månader av programutbud som studerats ansågs lämplig med den tidsram som fanns till förfogande för studien. Tidsintervallet kan ha påverkat resultatet i studien då vissa aktiviteter kan vara säsongsbetonade och utbudet därmed kan se annorlunda ut resterande tid av året. Föreliggande studie berör endast kommunala träffpunkter i Göteborgs Stad, utöver dessa finns andra initiativ i staden såsom föreningar och frivilligorganisationer dit äldre personer kan gå för att delta i aktiviteter vilket kan vara en anledning till varför skillnaden mellan stadsdelarna ser ut som den gör. Valet av att avgränsa studien till enbart de kommunala träffpunkterna i Göteborgs Stad ansågs adekvat under rådande tidsram. Att en stadsdel föll bort ur studien tror inte författarna har haft någon betydande påverkan på resultatet. Programbladen som ligger till grund för datan fanns att tillgå i stor utsträckning på internet därför behövdes enbart ett fåtal träffpunkter kontaktas. Den eventuella kontakten med träffpunkterna påverkade inte resultatet då det manifesta innehållet i programbladen låg till

grund för analysen. Programbladens utformning kan däremot ha påverkat resultatet beroende på hur väl träffpunkterna beskrivit sina aktiviteter, då det är den data som ligger till grund för studien. Detta ger i sin tur tankar om vikten av att informationen på hemsidorna är både adekvata och aktuell.

Analysen gjordes inkrementellt vilket betyder att kunskapen och resultatet som samlats in kan användas och ligga till grund för vidare analys och detta antas ha bidragit till ett djup och ökad kvalitet i studien (15). Den tematiska innehållsanalysen hölls på en objektiv nivå för att en aktivitetsanalys skulle kunna gå att genomföra i ett senare skede i studien. Möjligtvis hade det blivit ett annorlunda resultatet om någon utan förkunskaper inom arbetsterapi och aktivitetskunskap utfört tematiseringen. MoHO valdes som teoretisk referensram då modellen hade en tydlig förklaring på genomförandet av aktivitetsanalys samt att de färdigheter som beskrivs i MoHO:s ansågs relevanta. Dessa färdigheter behöves enligt MoHO kompletteras med ytterligare förklaringsmodell för att kunna beskriva dem mer ingående. Valet föll då på de ICF-koder (18) som MoHO (2) anser motsvarar färdigheterna, dels för att kopplingen mellan modellerna är tydlig men även för att de färdigheter som ICF berör ansågs vara relevanta för en objektiv aktivitetsanalys. Att komplettera MoHO:s färdigheter med tillhörande ICF-koder kan också ha varit en fördel i och med att ICF används som ett gemensamt språk inom hälso- och sjukvården och på så sätt underlättar förståelsen av resultatet. Valet av modeller har i hög grad påverkat vad som analyserats i aktiviteterna och har således påverkat resultatet.

Miljö kan påverka aktivitetsutförandet (2) men då ingen observation gjordes på grund av den avsatta tiden för studien och att författarna inte besökt träffpunkternas lokaler uteslöts den faktorn. Den generiska aktivitetsanalysen är tolkad utifrån författarnas förkunskaper av hur varje aktivitet går till vilket hade kunnat tolkas annorlunda av någon annan kunskapsinriktning och/eller profession och möjlig bias går inte att utesluta. Det som stärker aktivitetsanalysen trots att den är generisk är författarnas förkunskap inom arbetsterapi och förförståelsen och kunskap om människan i aktivitet och aktivitetens olika delar. För att få en djupare förståelse för vad varje aktivitet innebär på träffpunkterna hade en observation av aktiviteterna, och/eller en intervju av hur aktiviteterna är uppbyggda kunnat göras med personal på träffpunkterna. Exempelvis är den generella bilden i quiz att utföraren skriver ner sitt svar men där det genom observation kan framkomma att aktiviteten sker muntligt. Dock fanns inte tid för det och i föreliggande studie ses det inte som en nackdel att det är en generisk aktivitetsanalys då studien är en kartläggning som i första hand ska ge en överskådlig bild. Den överskådliga kartläggningen kan ligga till grund för vidare studier där exempelvis miljöns påverkan på aktivitet och i vilken grad färdigheterna behövs i en aktivitet skulle kunna vara en möjlig fördjupning. Då aktivitetsanalysen är generisk och inte tar hänsyn till miljön och möjligheten att anpassa en aktivitet på individnivå kan personer som inte innehar de färdigheter som presenterats i studiens resultat möjligtvis känna att de exkluderas.

Den mixade metoden är tidskrävande och komplex då det inte finns några tydliga ramar att förhålla sig till och att forskarna behöver vara bevandrade i både kvalitativ och kvantitativ metod. Henricson (15) påpekar att den mixade metoden lämpar sig till studier på högre nivå än grund- och avancerad utbildningsnivå vilket författarna håller med om. Dock är vår erfarenhet att metoden fyllt sin funktion för föreliggande studie och bidragit till att besvara forskningsfrågorna på ett kreativt sätt.

Implikationer för praxis

Sammanfattningsvis är följande aspekter viktiga att lyft fram och ta hänsyn till vid planering av framtida aktivitetsutbud:

- Att det erbjuds aktiviteter där utföraren skapar en produkt då det kan leda till tillfredställelse och välbefinnande.
- Att se över möjligheten att anpassa eller förenkla en aktivitet vilket leder till att fler personer kan delta och känna delaktighet.
- Att äldre personer genom undervisning ska kunna utvecklas och lära sig nya kunskaper.
- Att information om aktivitetsutbud på hemsidorna är både adekvat och aktuell.

Referenser

1. Göteborgs stad. Hitta träffpunkter för äldre [Internet] Göteborg: Helena Mehner, Göteborgs stads officiella webbplats [citerad 2016-12-15] Hämtad från: <https://goteborg.se/wps/portal/start/fritid-och-natur/traffpunkter-lokaler/traffpunkter-for-aldre>
2. Kielhofner G. Model of human occupation: teori och tillämpning. 1. uppl. ed. Lund: Studentlitteratur; 2012
3. Fristedt S. Funktionellt åldrande. I: Ernsth Bravell. Äldre och åldrande: Grundbok i gerontologi. 2 rev. uppl. Malmö: Gleerup; 2013. s.119-140
4. Stav WB, Hallenen T, Lane J, Arbesman M. Systematic review of occupational engagement and health outcomes among community-dwelling older adults. *Am J Occup Ther.* 2012;66(3):301-10.
5. Fristedt, S., Björklund, A., Wretstrand, A., & Falkmer, T. (2011). Continuing Mobility and Occupational Participation Outside the Home in Old Age Is an Act of Negotiation. *Activities, Adaptation & Aging, 35(4), 275-297.*
6. Folkhälsomyndigheten. Seniorguiden [Internet] [uppdaterad 2014-02-26; citerad 2016-12-05] Hämtad från: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/seniorguiden/halsosamt-aldrande/aldrande-befolkning>
7. Göteborgs stad [Internet]. Göteborg: SCB/Stadsledningskontoret, Göteborgs Stad; 2016 [citerad 2016-12-05]. Hämtad från: <http://statistik.goteborg.se/Statistik/Faktablad/Goteborgsbladet/Goteborgsbladet-2016/>
8. Äldres hälsa en utmaning för europa kortversion [Internet]. Stockholm: Statens folkhälsoinstitut [citerad 2016-12-15]. Hämtad från: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/pagefiles/13566/healthy-ageing-kortversion-svensk.pdf>
9. Göteborgs stads folkhälsoprogram [Internet]. Göteborg: Helena Mehner, Göteborgs stads officiella webbplats; 2013 [uppdaterad 2013-09-26; citerad 2016-12-05]. Hämtad från: <http://goteborg.se/wps/portal/start/kommun-o-politik/planer-styrdokument/sok-styrande-dokument>
10. Lindahl L. Tillsammans är man mindre ensam. [Internet]. Göteborg: 2016. Serie; 978-91-89558-95-3. [citerad 2016-12-06]. Hämtad från: https://www.grkom.se/download/18.54b090f5155498d2b0113f81/1465832975322/Tillsammans_ar_man_mindre_ensam_ensida.pdf
11. Haggblom-Kronlof G, Sonn U. Interests that occupy 86-year-old persons living at home: Associations with functional ability, self-rated health and sociodemographic characteristics. *Aust Occup Ther J.* 2006;53(3):196-204
12. Kielhofner G, Forsyth K. Activity analysis. I: Duncan E, redaktör. Skills for practice in occupational therapy. Edinburgh: Churchill Livingstone; 2009. s 91-103.

13. Willard HS, Schell BAB. Willard & Spackman's occupational therapy. 12. ed. international ed. Philadelphia: Wolters Kluwer Health/Lippincott Williams & Wilkins; 2014 kapitel 21,39
14. Creek J, Lougher L. Occupational therapy and mental health. 4. ed. Edinburgh: Churchill Livingstone; 2008
15. Henricson M. Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom omvårdnad. 1. uppl. ed. Lund: Studentlitteratur; 2012.
16. Graneheim U.H., Lundman B. Kvalitativ innehållsanalys. I: Granskär M & Höglund Nielsen B (red.) Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård. Lund: Studentlitteratur; 2008.
17. Björk J. Praktisk statistik för medicin och hälsa. Stockholm: Liber; 2011
18. Socialstyrelsen. Klassifikation av funktionstillstånd, funktionshinder och hälsa - kortversion [Internet]. Stockholm: Socialstyrelsen. 2207. ISBN 91-7201-822-4 artikelnr 2203-4-2 [citerad 22 februari 2017]. Hämtad från: <http://www.socialstyrelsen.se/Lists/Artikelkatalog/Attachments/10547/2003-4-2.pdf>
19. Hwang P, Nilsson B. Utvecklingspsykologi. 3 rev. uppl. Stockholm: Natur och kultur; 2011
20. Larsson E, Nilsson I. Att vara socialt aktiv som äldre – hur kan modern teknik bidra? I: Larsson R. Vardagsteknik och äldre personer. Lund: Studentlitteratur; 2015. s.119-145
21. Durocher E, Gibson B. E, Rappolt S. Occupational Justice: A Conceptual Review. J Occup Sci. 2014;21(4):418-430
22. Dehlin O, Rundgren Å. Geriatrik. 3 rev uppl. Lund: Studentlitteratur; 2014
23. Gunnarsson B, Leufstadius C, Tjörnstrand C. Skapande aktivitet. I: Eklund M, Gunnarsson B, Leufstadius C. Aktivitet & relation Mål och medel inom psykosocial rehabilitering 1. uppl.. ed. Lund: Studentlitteratur; 2010. s.217-244
24. Erlandsson L-K, Persson D. ValMo-modellen. Ett redskap för aktivitetsbaserad arbetsterapi. Lund: Studentlitteratur; 2014
25. Iwarsson, S. (2013). Occupational Therapy Research for the Ageing European Population: Challenges and Opportunities. Br J Occup Ther. 76(4), 203-205

