

Vem bestämmer vad Betty ska äta?



Glenn
Möllergren

Han är doktorand i socialt arbete vid Socialhögskolan i Lund.
Han forskar om hur människor som lever med åldersrelaterade
omsorgsbehov agerar för att få sin tillvaro att fungera i relation
till ett fragmenterat och komplext välfärdssystem.



NÄR KOMMUNEN SKA bygga om torget i centrum ordnas en utställning på medborgarkontoret. Allmänheten uppmuntras att lämna synpunkter på planerna. När arbetsgivaren vill omorganisera får medarbetarna säga sitt genom fack, förhandlingar och medarbetarsamtal. Som patienter har vi rätt att klaga, anmäla och till och med byta vårdgivare när vi inte är nöjda. I det demokratiska samhället har vi möjlighet att yttra våra åsikter, förvänta oss att de blir tagna på allvar, engagera oss för förändring, och att rösta fram politiker vi tror ska kunna föra den politik vi gillar. Det gäller också små barn och elever, även om de inte har formell rösträtt.

Men av någon anledning följer inte denna logik med i hela livsförloppet. I det här kapitlet ska några exempel ges på hur personer med åldersrelaterade omsorgsbehov förbises i frågor som har stor betydelse för deras vardagsliv – och vad detta förbiseende kan bero på. Dessutom föreslås ett par konkreta åtgärder som vi alla, från väljare till ministrar, kan ta till för förändra dynamiken. Men låt oss börja med att se hur en av de mest centrala aspekterna av livet – mat och måltider – beslutas om utan inflytande för personer som lever med äldreomsorg.

Att välja sin egen mat

Den som inte själv kan ombesörja sin kosthållning och behöver hjälp med att ställa mat på bordet kan få hjälp via hemtjänsten. Här har varje kommun sin egen detaljlösning. I typfallet är måltidshjälp en av de många insatser som kommunen ”erbjuder” ur sitt ”utbud”. Efter en ansökan om hemtjänst är det till sist

biståndshandläggaren som, på den politiska nämndens mandat, avgör vilken insats som ska beviljas.¹

Kommunerna har stora möjligheter att själva bestämma hur hjälpen ska utformas. Ska man låta personal tillaga måltider hemma hos hemtjänstanvändarna? Ska man köra ut färdiglagad varm mat från ett centralkök? Eller ska man hänvisa till butikernas frysta färdigportioner, som kommunens personal sedan hjälper den äldre personen att värma i mikron? I min forskning verkar det sistnämnda alternativet bli allt vanligare, men alla möjliga varianter förekommer.² Den som behöver hjälp kan bara välja mellan att ansöka om den insats som erbjuds för stunden, eller avstå från att ansöka. Något tredje alternativ finns vanligen inte. Kanske kan det låta beklagligt, eller rentav avskräckande, att människor ska behöva hålla till godo med mikrad färdigmat i åratal. Men från kommunens synvinkel är det logiskt: lagen kräver att äldre personer ska tillmätas ”skäliga levnadsvillkor”, och det anses uppnått om det står varm mat på bordet en gång per dag.

Hemtjänstanvändaren har alltså inte mycket att sätta emot. Och ibland ändras kostregimen plötsligt när politiker prövar nya lösningar. Under våren 2025 skulle exempelvis Malmö stad, av livsmedelshanteringsskäl, sluta köra ut centralt tillagade varma luncher. I stället skulle hemtjänstanvändarna hänvisas till butikernas utbud i kombination med omsorgsinsatser där

-
- 1 Möllergren, G. (2021). 12. Vem bestämmer när det är läggdags? I Jönson, H. (red.) *Perspektiv på ålderism*, 215. Lund: Social Work Press.
 - 2 Möllergren, G. (2024). The Home Care Home—An Un-Total Institution. When the Care Home Logic Permeates the Private Space. *Socialinē teorija, empirija, politika ir praktika*, 29, s 39-55.

personal skulle hjälpa till att värma och servera mat som har inhandlats tidigare.³ Förändringen väckte ilska hos Malmöbor, oppositionspolitiker rasade, nämnden pudlade, utredningar tillsattes. En liknande process äger, när dessa rader skrivs, rum i Jönköping.⁴ Få av kritikerna i Malmö reflekterade över att de allra flesta skånska kommuner redan hade genomfört exakt en sådan förändring utan att allmänheten hade hunnit ilskna till, eller kanske ens fått vetskap om den.

En av mina intervjupersoner i en mindre kommun, Gunnel, berättade lakoniskt att hon oftast åt en mikrad fryspaj till lunch. Hon blev extra glad när personalen hade tagit sig tid att komplettera måltiden med lite färska grönsaker. Tidigare, berättade Gunnel, hade färdiglagad mat levererats av hemtjänsten, men ”det hade de slutat med” från en dag till en annan – utan någon förklaring. Ingen hade frågat henne på förhand om hur hon ställde sig till förändringen, eller hur hon själv skulle vilja lösa sin matsituation.

En annan intervjuperson, Betty, berättade att mathanteringen var den kanske viktigaste vardagsfrågan för henne. Hon var angelägen om att få sina måltider på det sätt hon ville ha dem, vilket visade sig vara nästan omöjligt att uppnå nu när hon på grund av åldersrelaterade rörelsehinder inte kunde utföra vare sig inköp eller matlagning själv. Tidigare i livet hade Betty varit noga – vissa skulle kanske säga kräsen – med vad hon köpte hem och tillagade. Som hemtjänstanvändare fick hon nöja sig med

3 <https://www.sydsvenskan.se/malmo/vandningen-malmo-hemtjanst-kan-fortsatta-leverera-varm-mat/>

4 <https://www.sverigesradio.se/artikel/byte-till-fardigmat-for-aldre-farlana-kommunens-mikros>

vad den närmaste livsmedelsbutiken hade att erbjuda. Att bli inspirerad av produkter i olika butiker, jämföra kvaliteten på varorna, eller botanisera i torghandelns exotiska utbud – allt detta var omöjligt för henne nu. I undantagsfall kunde hon be någon särskilt engagerad personal att ta en omväg för hennes skull och köpa den speciella marmeladen eller kaffet som inte standardbutiken erbjöd, men då visste båda att detta var emot reglerna. Ibland ändrades reglerna: plötsligt var det en annan rutin som gällde. Det kom alltid som en total överraskning för Betty. Ingen hade bett om hennes åsikt. När politiker beslutar om vad personer som lever med hemtjänst ska äta är det, åtminstone enligt vad jag som samhällsforskare känner till, otroligt ovanligt att omsorgsanvändarnas röst hörs.

Utan en tanke på de äldre

Jag vill ta ett till exempel för att visa att omsorgstagare sällan ens förväntas ha en åsikt.

Det är sommar 2025. Jag sitter i bilen på väg från Malmö till sommarstugan. Det är morgon och jag har två timmars färd i ett grönskande Sydsverige framför mig. På bilradion puttrar P1 Morgon. Ett inslag om äldreomsorg påannonseras, det ska handla om språkrav på omsorgspersonal.⁵

5 <https://www.sverigesradio.se/artikel/leder-sprakkrav-inom-aldreomsorgen-till-att-fler-blir-utan-jobb-hor-arbetsmarkandsministern>

En professor har skrivit en rapport som varnar för konsekvenserna av att ställa för höga språkrav på den som ska jobba inom äldreomsorgen. Inslaget drar igång, professorn berättar, programledaren ställer frågor. Efter en stund kommer en minister in. De pratar om arbetslöshet bland nyanlända, om hur höga språkraven väntas bli, och professorn lanserar ett förslag om att det måste kunna gå att skapa jobb inom äldreomsorgen som inte förutsätter enastående goda svenskkunskaper. Kanske kan viss städning, leverans av livsmedel och annan service skötas även av den som ännu inte har nått upp till tröskeln? Sen, när de väl är inne och jobbar, kommer ju språkförmågan bara att bli bättre och bättre. Ministern hakar på och diskuterar arbetsmarknadsaspekter. Inte så konstigt: redaktionen har bjudit in arbetsmarknadsministern, inte äldreomsorgsministern.

Under hela inslaget nämns ingenting om varför äldreomsorgen alls har skapats. Det är som om personerna den finns till för inte ens existerar. Programledaren frågar inte hur det skulle vara att serveras mat eller att få sin bostad städad av en person man inte kan kommunicera med. Man kunde ha pekat på att det kan bli osäkert och ovärdigt, som när en hemtjänst-användare i Norrköping serverades kattmat till frukost på grund av språkförbistringar. Eva, berättade om händelsen i Expressen: "Det var ju språksvårigheter. Jag tycker det är så jobbigt när vi inte kan konversera med varandra".⁶

6 <https://www.expressen.se/nyheter/sverige/eva-79-serverades-kattmat-av-hemtjansten/>

Någon av de inblandade hade kunnat ställa sig frågan som alla forskare alltid måste ha med sig: Hur blir det här för den som påverkas av det jag presenterar? Jag och andra äldre forskare hade kunnat berätta vad som händer när hemtjänstorganisationen delas upp i olika ”utförarteam”, vilket jag förstod skulle bli en konsekvens av förslaget. Med ett specifikt team för tvätt, ett för städning och ett för matleveranser, utöver dem för personlig omvårdnad, trygghetslarm, natttillsyn och så vidare, blir det en oerhörd massa människor för den som använder hemtjänst att hålla reda på. Bara i ordinarie hemtjänst, alltså oräknat alla de andra stödfunktioner i form av hemsjukvårdspersonal, hjälpmedelstekniker, bostadsanpassare, rehabsköterskor etcetera som också kan besöka bostaden, behöver en genomsnittlig hemtjänstanvändare hantera 16 olika personalmedlemmar under en given tvåveckorsperiod.⁷ Siffran är konstant över åren trots omfattande forskning som visar att personalkontinuitet är en helt grundläggande ingrediens i god omsorg.⁸

Men de medverkande i radioinslaget hade inte behövt gå omvägen att fråga en äldre forskare. Det hade varit mycket bättre att gå direkt till människorna som använder hemtjänst. De är en kvarts miljon, finns i varje kommun, är lätta att nå, och många kommer förmodligen att bli glada över att få komma till tals. Min erfarenhet, både som samhällsvetenskaplig äldre forskare och i min tidigare yrkesroll som journalist, är att personer över 65, har

7 <https://www.dagenssamhalle.se/samhalle-och-valfard/aldreomsorg/personalkontinuitet-tas-bort-fran-databas-obegripligt/>

8 För den som har omfattande omsorgsbehov – och kanske är svagare, skörare, tröttare och mindre rustad att hantera alla dessa besökande aktörer – blir siffran högre än genomsnittet.

väldigt mycket att berätta. Många gör gärna det om de upplever att det finns en ärlig vilja hos mottagaren att lyssna och förstå. Så varför tillfrågas de inte?

Ålderismen tystar

I över ett halvsekel har begreppet ”ålderism” använts för att sammanfatta diskriminerande beteenden och strukturer som baserar sig på personers ålder.⁹ Ålderismen kan drabba alla som inte tillhör en föreställd ”normalålder”; hösten 2025 har vi kunnat läsa nyheter om att 40-åringar systematiskt sorteras bort från högen av platsansökningar hos arbetsgivarna.¹⁰ Men mest utbredd och tydlig är nog ålderismen mot människor i de högsta åldrarna. Personer som omges med associationer till svaghet, sjukdom och bräcklighet – vilket naturligtvis kan vara korrekt, objektivt sett. Men av detta följer också föreställningar om passivitet, oförmåga, låga krav och förväntningar på livet – och oreserverad uppskattning gentemot hjälpande aktörer.

Den som på grund av åldersrelaterade funktionsnedsättningar behöver service och stöd i vardagen antas vara ”glad över det lilla”. Den ska vara nöjd med att få de mest basala behoven tillgodosedda, och känna tacksamhet mot hårt arbetande personal och generösa skattebetalare som gör det möjligt. Detta är fördomar om personer över 65 som förorsakar diskriminering, utförd av personer i yngre åldrar, i ett förmodligen omedvetet försök att

9 Jönson, H. (red.) (2021). Perspektiv på ålderism. Lund: Social Work Press.
10 <https://www.sverigesradio.se/artikel/redan-vid-40-sorteras-du-bort-forskare-varnar-for-alderismen>

öka avståndet till de äldre personer man inte vill bli förknippad med.¹¹ Men att synliggöra detta väcker sällan indignation.

Så – är ålderismen inget stort problem? Eller är den så ingrodd i vårt samhälle att vi inte ens skäms?

Gör ett litet experiment. Titta i din kommuns kommunala riktlinjer för äldreomsorgen. De innehåller regler för vilka insatser som ska ges till den som behöver dem. Dokumentet kommer att handla om måltider, personlig omvårdnad, hemmets skötsel, och kanske något om utevistelse eller ”social tid”. I undantagsfall kan det också finnas med en mening om utsatthet för våld, psykisk ohälsa eller ofrivillig ensamhet. Där tar det slut: personer med åldersrelaterade omsorgsbehov antas inte ha några ytterligare behov.¹² Riktlinjerna försvaras med att de ju bara sammanfattar vad personer över 65 i allmänhet efterfrågar och behöver, vilket sedan kompromissas med vad kommunen anser sig ha råd att bistå med.

Själv tror jag processen är den omvända: hemtjänstorganisationen har sitt utbud av insatser, sin personal som kan ge just dessa insatser, och sina riktlinjer som beskriver detta. Människor vars behov inte tycks ”matcha” utbudet omformuleras av de professionella. Systemet skapar de personer det är upprättat för att hantera. Vi ska titta på ett exempel på hur det kan gå till.

11 Jönson, H. (2013). We will be different! Ageism and the temporal construction of old age. *The Gerontologist*, 53(2), 198-204.

12 Möllergren, G. (2021). 12. Vem bestämmer när det är läggdags?
I Jönson, H. (red.) *Perspektiv på ålderism*, 215. Lund: Social Work Press.

Vem bestämmer när det är läggdags?

Under min socionompraktik träffade jag Greta, en kvinna en god bit över de 90.¹³ Greta bodde i egen bostad men behövde hjälp med det mesta – bland annat att komma i säng på kvällen. Under ett så kallat uppföljningssamtal, då redan givna insatser skulle utvärderas, lämnades jag ensam med Greta en stund då ordinarie biståndshandläggare behövde gå igenom något med Gretas kontaktperson från hemtjänstpersonalen. Att handläggaren valde att prata med kontaktpersonen snarare än med Greta själv, trots att det var Gretas insatser det gällde, framstod inte där och då som särskilt anmärkningsvärt. Greta pratade mycket sakta, mycket tyst, och somnade emellanåt. Det skulle nog ta halva dagen för biståndshandläggaren att gå igenom den omfattande listan av beviljade insatser.

Men när Greta blev klar över att jag satt kvar hos henne och att jag uppenbarligen var där i sällskap med biståndshandläggaren började hon berätta om en sak hon hade tänkt be om. Det var nämligen så, att det i dokumentationen framgick att hon skulle gå och lägga sig runt åtta på kvällen. Men vissa kvällar ville hon vara vaken längre – hon satt ofta och läste och ville kunna fortsätta med det, inte behöva gå till sängs på ett förutbestämt klockslag. Jag lovade att framföra detta till biståndshandläggaren.

På vägen tillbaka till kommunkontoret berättade jag om samtalet, och biståndshandläggaren förstod problematiken.

13 Möllergren, G. (2023). Rapport från en praktiktermin: värna riktlinjerna – eller den äldre? I Elmersjö, M., Hultqvist, S., & Stina, J (red.) Socialt arbete i äldreomsorg: professionell handläggning i teori och praktik. Gleerups Utbildning AB.

I själva verket fanns det möjlighet för den enskilde att själv bestämma sänggångstid från dag till dag. Man behövde bara säga till kvällspersonalen innan deras sista besök så skulle nästa patrull ta över uppdraget – även om personalen förmodligen då skulle klaga eftersom de egentligen inte var bemannade för sådana extrahändelser. Varför Greta inte visste detta blev aldrig klarlagt, men jag kunde själv förstå om det i praktiken aldrig skulle bli på det sätt hon ville.

Det tog en lång stund för Greta att berätta för mig hur hon ville ha det, och då satt jag ändå tyst och stilla vid hennes vardagsrumsbord. Att förmedla samma sak till en stressad hemtjänstpersonal som rusar in i bostaden och har sju minuter på sig att koka havregrynsgröt och servera kvällsmålet – det skulle nog inte fungera ens om viljan fanns hos alla parter. Greta ville inte alltid gå och lägga sig klockan åtta, men hemtjänstorganisationens logik gjorde att det blev så.

Lyssna på de verkliga experterna!

I min forskning har jag sett att personer med omfattande behov av omsorg förmås bli oerhört aktiva i att hantera de insatser de tar emot.¹⁴ Mina intervjupersoner ägnar sig åt en rad göromål som syftar till att få hemtjänsten att fungera någorlunda uthärdligt.¹⁵ De lär sig personalmedlemmarnas olika egenskaper

¹⁴ <https://www.soch.lu.se/hemtjanst-valfard-vardag>

¹⁵ Detta är ett skäl till att jag väljer att skriva ”hemtjänstanvändare” snarare än ”hemtjänsttagare” eller liknande.

– deras styrkor och svagheter, deras beredvillighet att bryta mot reglerna för att göra det lilla extra.

Betty, vars röst vi hörde i början av kapitlet, förstod att en specifik medlem av personalstyrkan var beredd att trotsa riktlinjerna och, smått sensationellt, svänga förbi kinarestaurangen och ta med hämtmat till hennes lunch. Och hon lärde sig vilka anställda som, efter detaljerade instruktioner, klarade att koka ett ägg på rätt sätt. Om ingen av dessa anställda var i tjänst avstod hon hellre ägg – hon hade inte råd att slänga mat.

Intervjupersonerna berättar också om hur de ansträngde sig för att få personalen att känna sig väl till mods, trots en stressad arbetssituation.¹⁶ Gunnel försökte hela tiden att se det positiva i vardagen. Hon visade tacksamhet när hemtjänstpersonalen på eget initiativ skivade upp en tomat och lade bredvid den mikrade västerbottenpajen, snarare än att klaga över att det saknades både kniv, måltidsdryck, saltkar och servett vid serveringen.¹⁷

Hon, liksom flertalet andra respondenter, förberedde insatserna så gott det gick. De såg till att rätt saker fanns hemma och att de låg på rätt plats. En annan intervjuperson, Lena, använde andra metoder: hon lärde sig exakt hur lång tid personalen har på sig för en given insats, och krävde med emfas att de stannade tiden ut. Lena drar sig inte för att klaga, protestera och bråka – hon vill till och med att hennes upplevelser som hemtjänstanvändare ska bli kända hos allmänheten.

16 Harnett, T., Möllergren, G., & Jönson, H. (2024). The use of home care as relational work: outlines for a research programme. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 19(1), 2371538.

17 Möllergren, G. (2024). The Home Care Home – An Un-Total Institution. When the Care Home Logic Permeates the Private Space. *Socialinē teorija, empirija, politika ir praktika*, 29, s 39–55.

Dessa kortfattade exempel visar att personer som har hemtjänst utvecklar kunskaper – jag vill kalla det kompetens – i att använda omsorgssystemet. De lär sig hur det fungerar och försöker optimera det med hjälp av olika strategier. I takt med stigande ålder och ökade behov av insatser har de rentav förmått att orientera sig i en helt ny geografi, en helt ny tillvaro, och utvecklat en skicklighet i att bemästra sin vardag i denna nya omgivning. Allt det här visar, tycker jag, att personer med omfattande omsorgsbehov är aktiva snarare än passiva, har åsikter, krav och önskemål snarare än att bara vara tacksamma. De har exakt de kunskaper om äldreomsorgen som beslutsfattarna borde vilja ha.

Det är inte så märkligt att Greta vill gå och lägga sig vid olika tidpunkter olika dagar, att Betty vill ha en särskild sorts kaffe, att Gunnel kanske skulle bli glad över att få lagad mat som inte har passerat både frys och mikro, och att Lena kräver att personalen faktiskt stannar hos henne den tid hon vet att de har utsatt. De flesta av oss vill förmodligen ha inflytande över vår vardag men äldreomsorgen tycks inte upprättad för att tillgodose så individuella behov. Så vem är den till för? Är det vår gemensamma mening att omsorgsapparaten ska lösa andra problem, som arbetslöshet, dåliga svenskkunskaper och arbetsmarknads-segregation? För den som lutar åt att omsorgsanvändarnas situation borde vara den självklara utgångspunkten för hur äldreomsorgen utformas vill jag säga: Experterna finns därute. Fråga dem!

Policyförslag:

- Använd funktionshinders- och minoritetslagstiftningarna och förarbetena till dessa som inspiration för att utforma ett system för kunskapsspridning om villkoren för äldreomsorgens användare, med målet att beslutsfattare på alla nivåer ska ha nödvändiga kunskaper om omsorgs-användarnas perspektiv. Om det inte finns tillräckligt med etablerad forskning – efterfråga mer. Som det ser ut i dag har vi faktiskt ingen aning om det är fem eller 95 av 100 hemtjänstanvändare som hänvisas till mikrovågsmat när de inte kan tillreda måltider själva. Finns det ett kunskapsunderskott? Åtgärda det. Men se framför allt till att redan tillgänglig kunskap faktiskt blir känd hos de som beslutar om äldreomsorgen. Som väljare kan du föreslå socialnämnden i din kommun att läsa på; som politiker kan du motionera om åtgärder för att stärka kunskapsläget.

- Initiera en lagstiftningsprocess för att i samråd med personer som själva använder äldreomsorgens tjänster utforma ett system för att säkra omsorgsanvändarnas inflytande. Vi har uppenbarligen lyckats skapa lagen om medbestämmande i arbetslivet för anställda, samrådsförfaranden för kommuninvånare, offentlighetsprincipen för allas rätt till insyn, och ombudsmannasystem, remissprocesser, rådslag och diskussionsfora av alla slag i de mest skilda sammanhang. Det finns till och med ett pensionärsråd i vissa kommuner, där frågor som anses vara av vikt för personer över 65 i största allmänhet föredras för representanter för pensionärsrörelsen. Men pensionärsråden befolkas inte nödvändigtvis av personer som själva påverkas av äldreomsorgen. Personer som använder den borde också få chans att på ett systematiskt sätt utöva inflytande över frågor som berör dem.

I dagens äldreomsorg är kroppen svag och byråkratin stark. Regler och rutiner har tagit platsen för ansvar och förtroende.

Denna antologi är en handbok för alla som vill förändra svensk äldreomsorg på riktigt. Författarna visar hur vi kan gå från förmyndarskap till frihet, från styrning till tillit. De presenterar reformer som gör omsorgen rättighetsbaserad, mer effektiv och värdig – där individen, inte systemet, står i centrum.

Vem bestämmer när jag ska gå och lägga mig? är en bok om hur frihet, värdighet och effektivitet behöver väga tyngre än idag.

En antologi med **Hanne Kjöllér**, sjuksköterska och författare, **Magnus Jegermalm**, professor, **Anna Tenje**, äldre- och socialförsäkringsminister med flera.



Synaps är en partipolitiskt oberoende, marknadsliberal tankesmedja om sjukvård och omsorg, grundad 2023.

