

## Værestedsbrugeres oplevelse af Covid19-nedlukningen

Analysenotat fra WeShelter, december 2020

Da Covid19 lukkede Danmark i marts 2020, lukkede også landets væresteder. For nogle af samfundets mest sårbare og udsatte borgere satte det tydelige spor i hverdagen. For brugerne af WeShelters væresteder medførte nedlukningen øget tomhed og ensomhed. Nogle oplevede et tilbagefald til usunde vaner og et øget forbrug af rusmidler. Samtidig medførte nedlukningen for nogle en oplevelse af nye muligheder og ressourcer. Det viser resultaterne af en interviewundersøgelse om værestedsbrugeres oplevelse af Covid19-nedlukningen af Danmark i foråret 2020.

Dette analysenotat indeholder resultater af en interviewundersøgelse blandt brugerne af Pegasus og N.A.B.O. som er to socialpsykiatriske aktivitets- og samværstilbud i København beliggende i Sydhavnen og på Amager. I daglig tale omtales de som væresteder og denne betegnelse bruges i denne undersøgelse.

Undersøgelsen fokuserer på brugernes oplevelser og erfaringer fra et hverdagsliv både før og under Covid19-krisen og viser tre centrale resultater:

**Tomhed og ensomhed:** Da værestederne lukkede, og myndighederne samtidig opfordrede alle til at blive hjemme, gik en stor del af brugerne i fuldstændig selvisolation. Dette medførte tomhed og ensomhed og i nogle tilfælde konflikter i de nære relationer.

**Tilbagefald til usunde vaner og flere rusmidler:** For flere brugere medførte nedlukningen manglende struktur og indhold i hverdagen, hvilket medvirkede til at forringe kost- og aktivitetsvaner og øge forbruget af rusmidler.

**En ny situation med muligheder og ressourcer:** For nogle brugere skabte nedlukningen et pusterum, hvor de oplevede ikke at have det dårligt over alle de ting, som de ikke havde mentale ressourcer til at deltage i. Interviewpersonerne fortæller, at de i hverdagen oplever skyld og skam over manglende overskud. Under

nedlukningen blev krav og forventninger fra samfundet og familien sat på pause, og den dårlige samvittighed forsvandt. Det gav øget energi og overskud.

I de næste sider udfoldes de tre overordnede resultater. Afslutningsvis giver notatet en række anvendelsesorienterede anbefalinger til, hvordan resultaterne kan løfte arbejde med at skabe trivsel og mental sundhed blandt brugere af socialpsykiatriske aktivitets- og samværssteder.

Undersøgelsen er finansieret af Velliv Foreningens akutpulje. Puljens formål var at give en håndsrækning til foreninger og civilsamfundsinitiativer, så de kunne fortsætte, genstarte eller påbegynde nye aktiviteter, der styrker mental sundhed i lokalsamfundet under og efter Covid19-krisen. Tak til Velliv foreningen for støtten.

Pegasus og N.A.B.O. har årligt en kontaktflade på ca. 260 brugere. På Pegasus arbejder fem lønnede medarbejdere, og ni arbejder på N.A.B.O.

I dagene op til nedlukningen etablerede medarbejderne fra Pegasus og N.A.B.O. en telefonliste, som brugere med ønske om at blive kontaktet, kunne skrive sig på. Under nedlukningen var medarbejderne fra Pegasus og N.A.B.O. løbende i telefonisk kontakt med omkring 100 brugere. For mange var opkaldet den eneste sociale kontakt. Mange udtrykte, at opkaldene spillede en vigtig rolle i at skabe struktur i en hverdag, der fra den ene til den anden dag ændrede sig, da landet blev lukket af Covid19.

Medarbejdernes erfaringsopsamling fra disse opkald inspirerede WeShelter til at undersøge nedlukningens betydning for brugernes mentale sundhed nærmere.

## Undersøgelsesdesign

Undersøgelsen baserer sig på 14 individuelle interviews med brugere af Pegasus og N.A.B.O. samt på to fokusgruppeinterview med de socialfaglige medarbejdere på tilbuddene. Interviewene er afholdt i juni 2020. Alle navne i notatet er anonymiserede. Interviewene tog udgangspunkt i en kortlægning af hverdagen før og under nedlukningen. Kortlægningen var herefter afsæt for et interview om, hvilke behov Pegasus og N.A.B.O. udfylder hos den enkelte bruger samt betydningen af nedlukningsperioden.

Afslutningsvis er der afholdt en workshop med medarbejdere og ledere fra pegasus og N.A.B.O., hvor undersøgelsens resultater blev delt og drøftet.

Herudover bygger undersøgelsen på resultater fra erfaringsopsamlingen af de gennemførte telefonsamtaler under nedlukningen. Undersøgelsen er gennemført af et analyseteam bestående af Lise Trier Larsen, Anita Damkjær Eriksen og Josephine Lykke.

## Tomhed og ensomhed

Da værestederne lukkede, og myndighederne samtidig opfordrede borgerne til at blive hjemme, gik en stor andel af brugerne i fuldstændig selvisolation. Dette medførte tomhed og ensomhed og i nogle tilfælde konflikter i de nære relationer.'

Dette første afsnit fokuserer på, hvordan brugerne oplevede, at værestederne lukkede ned. Samtlige deltagere beskriver værestederne som et fast holdepunkt i hverdagen, der bidrager til at skabe struktur og indhold. Værestederne beskrives som et trygt sted, der altid er der, og hvor man kan få støtte og samvær. Med nedlukningen ændrede dette sig øjeblikkeligt. N.A.B.O. og Pegasus lukning var for mange ensbetydende med mindsket social aktivitet og i flere tilfælde total social isolation.

Som en medarbejder fra N.A.B.O. fortæller, blev myndighedernes anbefaling om ikke at mødes med andre taget meget alvorligt af brugerne:

"De (brugerne) har taget det meget bogstaveligt. De har været alene. De har været fuldstændig solo alene." Medarbejder, N.A.B.O.

Brugeren Susan fortæller, at der ikke længere var noget at give sig til:

"Der har jo ikke været noget at tage sig til. Og jeg måtte jo ikke gå ud, på grund af jeg er i risikozonen" Susan, bruger, Pegasus.

Mange af brugerne af værestederne har et svækket helbred, og befinder sig i risikogruppen ift. Covid19. Derfor tog flere brugere myndighedernes opfordring til at blive hjemme meget bogstaveligt.

"Jeg har næsten ikke turde gå ned og handle, så det har også været en stressfaktor." Else, bruger, Pegasus

Frygten for at blive smittet skabte et øget stressniveau, og flere brugere fortæller, at det var svært at fastholde en meningsfuld hverdag med struktur og indhold, når værestedet var lukket og man samtidig skulle isolere sig selv derhjemme.

”De to måneder der... Hold da op, der var dagene godt nok lange, fordi der var der ikke noget at skulle vel” Susan, bruger, Pegasus.

For nogle betød nedlukningen og det manglende formål med dagen, at det var svært at finde overskud i hverdagen:

”Jeg får jo også strikket meget, når jeg er her (på Pegasus). Jeg har slet ikke fået strikket i corona-tiden. Jeg kan ikke samle mig. Jeg har lavet huer til Hueforbi. [...] Det lavede vi hernede. Det har jeg heller ikke fået lavet mere af, fordi vi ikke har været her.” Else, bruger, Pegasus

Flere deltagere udtrykker, at de ikke kunne se et formål med hverdagen under nedlukningen. Selv muligheden for at gå en tur udenfor syntes nytteløs. Som en interviewperson Susan fra Pegasus retorisk spørger under interviewet, hvorfor gå udenfor, når man ikke har et sted at gå hen?

”Jamen du kan bare gå ud. Jamen hvorfor? Jeg skal jo have noget at gå efter. Der var jo ikke noget.” Susan, bruger, Pegasus

Manglende overskud og energi til at holde fast i hverdagens struktur og gøremål er gennemgående i de telefonsamtaler, medarbejderne fra Pegasus og N.A.B.O. har gennemført under nedlukningen. Det fortæller medarbejderne fra både Pegasus og N.A.B.O.:

”Alle de kompetencer, som de får styrket og får brugt og får udviklet og trænet, når de kommer hened, de bliver jo dårligere og dårligere, så lige pludselig så er det svært at gøre det mindste”. Medarbejder, Pegasus

En medarbejder fra N.A.B.O. fortæller om lignende observationer:

”Jeg kan se det der ressourcetab for mig. For flere af dem. Både fysisk og psykisk. Og man kunne høre det, også i telefonen” Medarbejder, N.A.B.O.

Netop muligheden for at kunne tale i telefon med medarbejderne under nedlukningsperioden var for mange brugere et betydningsfuldt anker, der bidrog til at skabe struktur og indhold i en rodløs isolationstid:

”Det, der gjorde det nemmere for mig under nedlukningen, det er, at de ringede. At jeg snakkede med dem undervejs. Det var så rart at have det [...] ved siden af, for jeg isolerede mig jo i over en måned ikke.” Bente, bruger, N.A.B.O.

Anna fortæller, at opkaldet fra værestedet hjalp hende med at formulere og gennemføre projekter i hverdagen:

”Jeg fortæller ham [ansat red.], at jeg ikke kan foretage mig noget og sidder bare her og glør og er vanvittig, og mit hoved kører, og jeg laver ikke andet end at spise nervepiller. Så siger han, det skal du holde op med. Ved du hvad, har du ikke et eller andet projekt, du kan tage i dag? Og så siger jeg, at jeg har en meget stor opvask. Så siger han, så lad det være dit projekt i dag. Kun det, du skal ikke gøre andet, kun det. Jeg var så tre timer om at klare opvasken. Så kunne jeg snakke med ham dagen efter og sige hvad så? Og så sagde han, nu gør du sådan og sådan. Lad os finde et projekt til dig. Jeg har virkelig haft brug for, at han har givet mig den feedback. Det var ham, der fik mig op at stå.” Anna, bruger, N.A.B.O.

Både i fokusgruppeinterviewene med medarbejderne og gennem interview med brugerne står det klart, at brugerne oplever opkaldet fra medarbejderne som omsorg og reel bekymring fra et medmenneske. En følelse som var tiltrængt i en ensom og isoleret nedlukningsperiode:

”De er jo gode og har lavet sådan en kæde, hvor de kunne ringe til en hver anden dag. Høre hvordan det gik og sådan. [...] Det var en rigtig god ide. Men også bare at de bekymrer sig for en, er du nu blevet ramt, er du nu blevet smittet, eller hvordan ikke.” Susan, bruger, Pegasus

At nogen bekymrer sig og har interesse for ens ve og vel er vigtigt for brugernes oplevelse af at have betydning som menneske.

”Så har vi jo også oplevet stor taknemlighed for opkaldene. Altså virkelig sådan: Tak fordi I er der, og tak fordi I holder fast i os og ringer.” Medarbejder, Pegasus

I de hjem, hvor de nære relationer er vanskelige, fungerede opkaldene samtidig som en ventil:

”Jeg har haft mange svære perioder under det her også, men der har de (medarbejderne) været søde at ringe hver dag. Ejhhh... Det har været, amen altså, jeg ved ikke, hvad skulle have gjort, hvis de ikke havde gjort det, fordi jeg har godt nok min familie, men de har også selv alle deres skavanker. [...] Jeg har støttet dem i alt, hvad jeg kan. Men jeg glemmer mig selv, og så er det rart, at man er her og har nogen, der kan se, hvordan man er.” Else, bruger, Pegasus

Samtlige interviewdeltagere beskriver N.A.B.O. og Pegasus som steder, hvor man er en del af et fællesskab, og hvor de oplever at passe ind. Oplevelsen af at være en del af et fællesskab gør N.A.B.O. og Pegasus til meningsfulde steder at komme. Fordi man får oplevelsen af at høre til og have betydning – og af at være en del af noget større og ikke mindst at have betydning som menneske. Som en bruger fra N.A.B.O. udtrykker det:

”Men jeg føler, at når jeg viser mig på de her væresteder... Det er behageligt, føler jeg, og jeg kan tillade mig at tale med samtlige brugere, eller så godt som samtlige brugere, om egentlig hvad som helst. Også om hvad der berører mig, og hvad jeg er ked af, samtidig med at jeg også kan hjælpe andre, og det giver mig en følelse af ”halloooo, jeg duer til noget, jeg kan være til gavn endnu for andre mennesker. Og det anskuer jeg som en kæmpe cadeau.” Christian, bruger, N.A.B.O

Samtlige deltagere i undersøgelsen udtrykker også, at det giver dem en ro og tryghed at vide, at værestedet findes. Værestederne giver stabilitet og noget at falde tilbage på og holde fast i, hvis det hele vælter. Enten fordi ensomheden rammer, eller når psykisk sygdom spænder ben. Her giver det særligt tryghed, at medarbejderne på Pegasus og N.A.B.O. kan bygge bro til Psykiatrien, når sygdommen banker på. Den tryghed forsvandt under nedlukningen.

”[...] det sgu fedt at komme herover og sige, du ved, i dag har jeg sådan og sådan, jamen så synes jeg lige, vi skal tage en tur på Digevej (hvor Psykiatrisk Center Amager ligger) eller et eller andet ikke. Kaj, bruger, N.A.B.O.

Beskrivelsen af Pegasus og N.A.B.O. som faste holdepunkter i hverdagen er gennemgående.

Deltagerne fremhæver vigtigheden af at komme ud blandt andre, og de gennem besøg på værestedet får struktur og indhold i hverdagen. Flere fortæller også, at værestederne giver mulighed for omsorg og opmærksomhed fra ens medmennesker. For mange udgør de relationer, der er opstået blandt de besøgende i værestedet det primære netværk, og derfor kom det som et chok, at værestederne lukkede ned.

”Når man ikke har andet, så slår ensomheden altså hårdt, ikke.” Sten, bruger, N.A.B.O.

En anden bruger fremhæver, at det først var under nedlukningen, at hun for alvor opdagede den rolle, som værestedet spiller i hendes liv.

”Det tænkte man jo ikke så meget over i dagligdagen vel. Men det er virkelig noget, jeg har gået og tænkt over. Hold da op, det (værestedet) spiller en stor rolle i min hverdag. Altså det gør det virkelig.” Susan, bruger, Pegasus

For brugeren Else hjælper værestedet også med at holde fast i et godt liv. Som hun siger:

”Der er meget, der vælter mit korthus, og derfor er det så rart at være her. Jeg kan ikke undvære det faktisk. Else, bruger, Pegasus

## **Tilbagefald til usunde vaner og flere rusmidler**

**For flere brugere medførte nedlukningen manglende struktur og indhold i hverdagen, hvilket medvirkede til at forringe kost- og aktivitetsvaner og øge forbruget af rusmidler.**

Det står tydeligt frem i undersøgelsen, at Pegasus og N.A.B.O. for mange brugere er det primære fællesskab. Derfor betød nedlukningen, at mange fra den ene dag til den anden, mistede deres primære netværk. Det medførte øget ensomhed og afmagt over

egget liv med triste konsekvenser for den mentale sundhed. Og for nogle kom til at betyde et tilbagefald til usunde vaner og øget forbrug af rusmidler.

For størstedelen af interviewpersonerne har nedlukningen medført dårlige spisevaner. Nogle fortæller, at de under nedlukningen levede af toastbrød. Andre fortæller, at det var svært at huske at få de måltider, de normalt får, når det er muligt at købe mad på værestedet:

”Så fik jeg jo ikke noget morgenmad. Så spiste jeg kun aftensmad. [...] Jeg er jo vant til at have en ostemad, en bolle med ost eller en ristet franskbrød, eller et eller andet for 6 kr. og en kop kaffe. Det var fandme billigt ikke. Og det var jeg vant til, men det kunne jeg ikke få mere, men jeg kunne jo bare have gået ned og købt det stykke ost og så en bolle, men det skete aldrig. Eller jo, en sjælden gang imellem. Men ellers står den på øl.” Kaj, bruger, N.A.B.O.

Flere af deltagere fortæller, at nedlukningen og det manglende indhold i hverdagen medførte et øget alkoholindtag. Fraværet af fællesskabet på N.A.B.O. og Pegasus fik enkelte til at vende tilbage til gamle fællesskaber, hvor alkohol er samlingspunktet. Når ensomheden banker på, er de usunde relationer bedre end ensomheden:

”Men så lige pludselig så bliver det jo for kedeligt det der. Ikke at se nogen. [...] Der fik jeg så mit sociale behov ved at se alkoholikere. Jeg kan da sige så meget, at når værestederne ikke er der, så bliver man langsomt lokket ind i misbrug igen.” Hans, bruger, N.A.B.O.

For mange brugere er værestederne et alternativ til fællesskaber med alkohol i fokus. Nogle interviewpersoner fortæller, hvordan de aktivt vælger værestedet til, da det bidrager til en hverdag uden alkohol:

”Vi må jo ikke indtage noget som helst alkohol eller noget som helst herovre, så derfor kommer jeg også selv, fordi jeg er dybt alkoholiker, som jeg også sagde til dig ikke. Og hvis jeg ikke kan få mine 15-20 øl om dagen, så har jeg det ikke godt. Nu holder jeg mig væk fra det, når jeg er herovre.” Kaj, bruger, N.A.B.O.

Uden daglig gang på både N.A.B.O. og Pegasus er det tydeligt, at flere af brugernes ellers gode rutiner udfordres:



”Der kom sådan et rygekursus herved. [...] Det har haft rigtig god effekt. Men så kom alt det her, så tænkte jeg, det kan være lige meget, jeg sidder bare og ser fjernsyn og skal have tiden til at gå. [...] Jeg var ellers i mit rygestop kommet ned på 20 cigaretter, nu er jeg oppe, hvor jeg ikke må være igen. [...] Det gik så godt, at jeg tænkte, lige om lidt så kan jeg komme ned på 15-10 cigaretter, jeg røg jo 40 om dagen ikke. [...] Og jeg var rigtig stolt af det, men så gik det hele i vasken.”  
Else, bruger, Pegasus

At nedlukningen betød et tilbagefald til usunde vaner gav skyld og skam. Flere fortæller ligeledes om, hvordan nedlukningen resulterede i flere tvangstanker:

”Åha, alt er vasket af fra gulv til loft. Og jeg har rengøringsvanvid i forvejen. [...] Jeg er ved at blive sindssyg. [...] Jeg har meget med bakterier i forvejen, så det fylder meget. Rigtig meget.” Else, bruger, Pegasus

På tværs af interviewene står det frem, at N.A.B.O. og Pegasus er med til at holde brugerne beskæftigede og stimulerede, så hverken rusmidler, usunde spisevaner eller tvangstanker får lov at tage over. Flere interviewpersoner fortæller, at deres udfordringer i livet voksede sig større under nedlukningsperioden.

En interviewperson fortæller sådan om, hvordan nedlukningen påvirkede hans trang til at købe øl:

”Det var når, man kunne mærke rastløsheden, at den bliver så stærk. [...] Jeg kunne mærke det dagen før, at nu er det ved at blive for meget det her. Og så er det jo ganske billigt at gå ned og så købe de der billige øl. Altså det er jo næsten grotesk, at en øl kan koste 2 kr. og 15 øre. Der er plads til, at alle kan være alkoholikere til den pris jo.” Hans, bruger, N.A.B.O.

## **En ny situation med muligheder og ressourcer**

**For nogle brugere skabte nedlukningen et pusterum, hvor de oplevede ikke at have det dårligt over alle de ting, som de ikke havde mentale ressourcer til at deltage i. Mange af interviewpersonerne fortæller, at de i hverdagen oplever skyld og skam over manglende overskud. Under nedlukningen blev krav og forventninger fra**

**samfundet og familien sat på pause, og den dårlige samvittighed forsvandt. Det gav øget energi og overskud.**

Det står klart, at nedlukningen af samfundet, herunder N.A.B.O. og Pegasus, har påvirket den mentale sundhed blandt samtlige interviewdeltagere.

Mens nedlukningen for nogle medførte handlingslammelse, oplevede andre, at nedlukningen gav fornyet energi og overskud i hverdagen. Tiden for sig selv derhjemme gav fornyet energi og ressourcer, hvilket i nogle tilfælde medførte nye tiltag i hverdagen:

”Her i corona-tiden har jeg gået, jeg bor over i den blok derovre, så har jeg gået rundt om hele huset eller gået ud med mit skrald. Der har jeg ellers haft en aftale med viceværten, at jeg bare kunne stille den (skraldeposen) ud ad vinduet, for jeg tør ikke gå op og ned ad køkkentrappen, og jeg tør ikke gå det stykke i gården der uden at have hjælpemiddel vel, men nu går jeg selv ud med den ikke. Så går jeg ud, og så går jeg rundt om huset, og så har jeg været ude ikke. Det har jeg så gjort i de her tider ikke.” Grethe, bruger, Pegasus

Den øgede handlekraft, som Grethe oplever, begrundes med et ønske om ikke at lade sig slå ud af Covid19 til trods for at være en del af risikogruppen. Men det fremhæves også, at nedlukningen skabte et tiltrængt pusterum fra de krav, der opleves i hverdagen. Og netop fraværet af krav er interessant at dykke nærmere ned i.

Flere interview deltagere beskriver værestederne som steder, hvor man kan være sig selv, og hvor man slipper for de krav i samfundet, som er svære at leve op til. De fortæller, at den rummelighed og forståelse, der findes i værestederne, gør det muligt at sænke skuldrene og slappe af.

”[...] Men det giver mig noget styrke, at jeg har det her. Fordi der er ingen, der kræver noget af mig hernede. Så jeg kan slappe af her.” Grethe, bruger, Pegasus

Da nedlukningen ramte, forsvandt den dårlige samvittighed, som mange er præget af i hverdagen. Og flere oplevede, at det frirum de i hverdagen oplever på værestedet, spredte sig til hjemmet. Nedlukningen medførte en tiltrængt pause fra jobcenteret, men også en pause fra forventningerne fra det omkringliggende samfund. Når alle skal

være hjemme, er man som en der altid lever isoleret, pludselig som alle andre. Derfor skal man ikke føle skyld og skam over ikke at slå til og have det dårligt over ikke at være sammen med andre.

”Men bare det fact, at jeg var ikke hjemme, jeg skal være hjemme, så der kom alt muligt kreativt til mig. Jeg laver ost, jeg bager brød, og tegner og maler. Min dag var bare brugt. [...] Jeg er en af dem, der siger tak for corona [griner].”  
Hanne, bruger, Pegasus

Flere beskriver hvordan det at kunne blive hjemme med god samvittighed, har medført et øget aktivitetsniveau og kreativitet.

”Prøv og hør, du taler til en person, som normalt ikke kan sidde derhjemme. Fordi før corona det var ligesom ”Ud, du må ikke være derhjemme”. Ligesom skælde mig selv. Gå ud og find noget. Kig på verden. Se hvad dagen kan give dig. Så der var en masse at slå mig selv med ikke. På en måde. Som ikke er rart. Altså og her, det var ligesom ”Wauw, the end of the world”, og jeg kan gøre alt, hvad jeg vil...” Hanne, bruger, Pegasus

Fælles for de interviewdeltagere, der oplevede en positiv udvikling under nedlukningen, er at de pludselig følte sig som en del af samme normalitet som alle andre mennesker i samfundet.

På trods af deres udsathed og psykiske udfordringer, blev de mødt med samme krav og forventninger som resten af befolkningen og følte sig derfor som en del af normaliteten. Nedlukningen forstærkede dermed følelsen af at høre til, hvilket også en medarbejder har observeret:

”Der er også nogen, jeg har snakket med, som har sagt, jamen det er egentlig meget rart. Altså at have følt sig mere som, altså nu er man en del af normaliteten, for andre ser jo heller ikke nogen. Så lige pludselig er der ikke en masse, som jeg går glip af”. Medarbejder, N.A.B.O.

## Anbefalinger til praksis

**Undersøgelsens resultater kredser om tre konklusioner: For det første, at nedlukningen for nogle førte til øget tomhed og ensomhed. For det andet, at flere under nedlukningen oplevede et tilbagefald til usunde vaner og øget forbrug af rusmidler. Og for det tredje, at nedlukningen også gav nye muligheder og frigav ressourcer. Resultaterne giver anledning til en række anbefalinger til praksis.**

Anbefalinger i dette afsluttende afsnit er formuleret på baggrund af både undersøgelsens resultater og en fortolkningsworkshop med ansatte fra Pegasus og N.A.B.O.

Anbefalingerne retter sig både mod hverdagen uden Covid19 og mod evt. nye nedlukninger.

Anbefalingerne lyder:

- Styrk understøttelsen af relationer uden for værestedet, så brugerne kan bryde med ensomhed og social isolation ikke bare under en nedlukning, men også i hverdagen.
- Brug brugernes omsorg og interesse for hinanden konstruktivt. I telefonsamtalerne med medarbejderne spurgte brugere ind til hinanden med omsorg og interesse – men uden selv at tage kontakt. Her kan vi motivere brugerne til at tage kontakt, f.eks. ved at anerkende omsorgen og fortælle om, hvad det næste skridt mod at række ud kan være.
- Understøt relationer på tværs ved målrettet at matche brugere i mindre grupper ud fra en vurdering af personlighed og interesser. Herved blive det muligt for brugerne at danne sig nogle relationer i trygge rammer, som de med støtte fra medarbejderne kan bringe i spil uden for værestedet.
- Hjælp brugerne med at holde fast i de nye muligheder og ressourcer, f.eks. ved at skabe nye fortællinger fra tiden under nedlukningen.
- Oplys om, etabler og vedligehold ringelister, som kan være klar til brug i en krisesituation.
- Styrk en-til-en-arbejdet med brugerne. Hvor der sædvanligvis er et gruppeorienteret fokus i arbejdet, var der under nedlukningen mere fokus på den enkelte, f.eks. i telefonsamtalerne. Det gav værdi for den enkelte.

- Faciliter digitale møder og styrk brugernes digitale kompetencer – både til brug i hverdagen og under en evt. ny nedlukning.
- Skab aktiviteter for brugere i mindre grupper, hvor der er ro og overskud både til en-til-en-arbejde mellem bruger og ansat og til at arbejde med relationsdannelse mellem brugere.
- Brug mulighederne for udendørsaktivitet mere, herunder walk&talks med dybere samtaler.

Undersøgelsen er finansieret af Velliv Foreningens akutpulje, der havde til formål at give en håndsrækning til foreninger og civilsamfundsinitiativer, så de kunne fortsætte, genstarte eller påbegynde nye aktiviteter, der styrker mental sundhed i lokalsamfundet under og efter corona-krisen. Mange tak til Velliv Foreningen for støtten til at gennemføre undersøgelsen. Også tak til de brugere og medarbejdere, som har delt tanker og oplevelser.

**Velliv  
Foreningen**

## Om WeShelter

WeShelter har siden 1893 udført socialt arbejde på et fundament af næstekærlighed og det grundlæggende menneskesyn, at ethvert menneske er værdigt. I dag er dette fortsat grundlag for vores kamp mod ensomhed, psykisk mistrivsel og hjemløshed.

WeShelter hjælper socialt udsatte på væresteder og herberger og gennem frivillige indsatser. Frivillige i WeShelter tilbyder bl.a. massage og yoga til udsatte og giver rådgivning til udsatte med gæld og kaos i økonomien. Frivillige besøgsvenner gør op med ensomhed og bygger bro til lokale fællesskaber. Andre frivillige inviterer udsatte med i fællesskabet i madklubber, hvor god og næringsrig mad tilberedes og laves i fællesskab.

WeShelter taler også udsattes sag og deler fortællinger fra livet, som det leves på kanten af samfundet.

## Kontakt

Ved spørgsmål eller bemærkninger til undersøgelsen, kan der tages kontakt til organisationskonsulent Lise Larsen på [ll@weshelter.dk](mailto:ll@weshelter.dk) eller 29168072.