



Om ensamhet

Häromdagen sa de på TV att det nu finns 5 miljoner hushåll i Sverige. Den senaste siffran över ensamhushåll är från 2019. Då uppgick antalet till 1,9 miljoner eller 36,2 procent av samtliga hushåll. Så ta siffran 5 miljoner med en nypa salt tills vi fått gjort en ny folkräkning.

Var tredje person, 33 procent av de som är över sextio, lever ensamma, varav 3,5 procent av kvinnorna och 2,8 procent av männen uppger att de **sällan eller aldrig** träffar någon släkting, vän eller bekant. Nära fyra procent av den vuxna befolkningen, omkring 290 000 personer, uppskattas vara socialt isolerade. Minst var tionde över 75 år träffar inte anhöriga, vänner eller bekanta mer än ett par gånger i månaden.

Det är ju så att ju äldre man blir desto fler i ens närhet försvinner. Att

hitta nya bekansheter när man blir gammal är inte lätt. Det fordrar både initiativ och social förmåga. Det är därför jag säger att vi måste vara rädda om de sociala nätverk vi har. Vill vi att någon ska bry sig om oss, måste vi själva också bry oss om andra.

Föreningsmänniskor har det lite bättre ställt med möjligheter till kontakt med andra, men alla övriga måste jobba på att hålla sina kontakter vid liv.

Just ordet **ensam** är som ett rött skynke för somliga, men betänk synonymerna; solo, helt allena, utan sällskap, för sig själv. Då finns det plötsligt fördelar med ensamheten. Man är totalt fri och obunden, kan göra precis som man själv vill. Men man kan inte skylla på någon annan.

Inger Klintberg Danielsson
23-04-22