

Beredning för folkhälsa och demokrati i Umeåregionens rapport 2022



Beredningen för folkhälsa och demokrati i Umeåregionens
rapport till fullmäktige 2022

Innehållsförteckning

1. Sammanfattning	3
1.1 Varit bra under pandemin	3
1.2 Varit mindre bra under pandemin.....	3
1.3 Områden som varit påverkade under pandemin	3
1.4 Vad regionen hade kunnat göra annorlunda	4
1.5 Uppdraget från reglementet	4
2. Beskrivning av beredningarna för folkhälsa och demokrati	4
3. Beredningarnas riktade uppdrag för 2022 och uppdraget från reglementet....	5
4. Redovisning av det riktade uppdraget för 2022	5
4.1 Metod för de riktade uppdragen.....	5
4.1.1 Kunskapsinhämtning	5
4.1.2 Digital medborgarenkät.....	6
4.1.3 Medborgardialoger på gator och torg.....	7
4.2 Resultat av dialoger	7
4.2.1 Fråga 1: Vad har varit positivt under pandemin för dig?	7
4.2.2 Fråga 2: Vad har varit mindre bra med pandemin för dig?	9
4.2.3 Fråga nr 3: Har pandemin påverkat dig inom något av följande områden?	10
4.2.4 Fråga nr 4: Vad hade regionen kunnat göra annorlunda under pandemin?	13
4.3 Analys av det riktade uppdraget	16
5. Redovisning av uppdraget från reglementet	17
5.1 Metod för uppdraget från reglementet	17
5.2 Resultat av uppdraget från reglementet.....	17
5.2.1 Resultat av dialoger med folkhälsoråd i Umeåregionen, Umeå kommuns hållbarhetsråd och UmeBRÅ	17
5.2.2 Resultat av dialoger med pensionärsföreningar, patient- och funktionshinderföreningar	18
5.3 Analys av uppdraget från reglementet.....	18

1. Sammanfattning

De tre beredningarna för folkhälsa och demokrati i regionen fick för 2022 ett riktat uppdrag av fullmäktige. Det riktade uppdraget var att "Genom medborgardialog och i samverkan med andra aktörer undersöka hur pandemin har påverkat invånarna." Beredningarna har också från reglementet ett mer generellt uppdrag inom folkhälsa och demokrati. Beredningarna ska "verka för att medborgarna ska känna förtroende för den representativa demokratin. Beredningen ska också samverka/föra dialog med olika aktörer för att uppmärksamma behov inom ramen för folkhälsa och demokrati". Det här är Beredningen för folkhälsa och demokrati i Umeåregionens redovisning av uppdragen.

För att genomföra uppdraget från reglementet har beredningen fört medborgardialoger i Umeåregionen, via digital medborgarenkät och via medborgardialoger på gator och torg. Sammanlagt svarade 740 personer från Umeåregionen på den digitala enkäten och 170 medborgardialoger fördes på gator och torg. Frågor ställdes om vad som varit positivt respektive mindre bra med pandemin, vilka områden pandemin påverkat dig inom samt vad regionen kunnat göra annorlunda.

1.1 Varit bra under pandemin

Sammanfattningsvis uppger respondenterna att det som varit positivt under pandemin är tid för reflektion och förändring samt en bättre balans mellan arbete och fritid. Minskade krav på social samvaro har gett mer tid till familjen. Utvecklingen av digitala färdigheter har påskyndats. Många arbetstagare upplever att arbetslivet blivit mer flexibelt och att de känner större tillit från arbetsgivare att kunna jobba på distans.

1.2 Varit mindre bra under pandemin

Ensamhet och frånvaro av social kontakt har för många varit mycket tungt under pandemin. Att inte få vara hos nära anhörig när personen går bort har varit mycket svårt. Vissa har drabbats av nedstämdhet eller depression under pandemin. Flera uppger saknad av evenemang/sociala aktiviteter och en negativ påverkan på ekonomin av flera olika orsaker. Anställda inom vård och omsorg har jobbat hårt och med full skyddsutrustning och många upplever efter pandemin en psykisk utmattning. Många beskriver också en insikt om samhällets sårbarhet och att det inte funnits beredskap med lager och skyddsutrustning.

1.3 Områden som varit påverkade under pandemin

De områden som respondenterna upplever har påverkats mest är den minskade möjligheten att umgås med familj och vänner, arbetslivet och resandet. Rädslan att smitta någon äldre person eller person i riskgrupp som kan bli rejält sjuk lyfts. Flera beskriver att de undvikit att söka vård om det inte varit en akut åkomma. Arbetssituationen har förändrats för många. Flera har jobbat på distans för att minimera smittspridningen i samhället, medan de som arbetat inom vård och omsorg har jobbat mycket hårt och med full skyddsutrustning.

1.4 Vad regionen hade kunnat göra annorlunda

Sammanfattningsvis anser många att regionen gjort så bra som de kunnat, givet förutsättningarna. Det var mycket viktigt att vaccinationerna kom i gång snabbt och det har fungerat mycket bra. Behovet av fler vårdplatser, både före och under pandemin, poängteras. Vissa lyfter att de fått vänta längre på sin planerade operation. Synpunkter finns att barn med särskilda behov skulle behövt mer stöd från elevhälsan eller Barn- och ungdomspsykiatri. När det gäller restriktionerna är synpunkterna varierande, vissa efterfrågar striktare regler, medan andra hade önskat lättare restriktioner inom vissa områden. Flertalet lyfter vikten av bättre beredskapslager, och att sjukvården borde ha en högre bemanning. Det borde också, enligt respondenterna, finnas mer insatser för stöd vid psykisk ohälsa och psykiska sjukdomar under pandemin.

1.5 Uppdraget från reglementet

För att fullfölja uppdraget från reglementet har beredningen medverkat i folkhälsoråden Umeå kranskommuner/adjungerad i Umeå kommuns hållbarhetsutskott, UmeBrå samt haft dialogmöte med funktionshinderföreningar och Funktionsrätt. Beredningens ledamöter har i dessa mötesformer arbetat, framför allt förebyggande, med olika folkhälsofrågor och arbetat med samverkan med kommuner och med civilsamhället.

2. Beskrivning av beredningarna för folkhälsa och demokrati

Fullmäktigeberedningarna för folkhälsa och demokrati har i uppgift att arbeta med regionplanens fastställda tematiska uppdrag, uppdragen redovisas årligen till fullmäktige i en rapport. I rapporten har beredningarna möjlighet att även redovisa fler behov de uppmärksammat inom ramen för folkhälsa och demokrati i enlighet med det mer generella uppdraget från reglementet.

Fullmäktigeberedningarna för folkhälsa och demokrati ska verka för att medborgarna ska känna förtroende för den representativa demokratin. Det innebär att regionens medborgare ska beredas goda förutsättningar till dialog med den politiska organisationen och dess förtroendevalda för att kunna bidra till och påverka det regionala beslutsfattandet.

Beredningarna ska vidare samverka/ föra dialog med kommuner, samhällsorgan, frivilligorganisationer och andra intressenter som är eller kan vara verksamma inom folkhälsoområdet i syfte att dels få ett bättre underlag för bedömningar av behov, och få till stånd en bredare medverkan i arbetet med hälsofrämjande insatser.

3. Beredningarnas riktade uppdrag för 2022 och uppdraget från reglementet

Fullmäktiges beredningar har genom regionplanen för 2022 fått följande riktade uppdrag:

Genom invånardialog och i samverkan med andra samhällsaktörer undersöka hur pandemin har påverkat invånarna.

Beredningarna har genom sitt reglemente också fått följande uppdrag:

Verka för att medborgarna ska känna förtroende för den representativa demokratin. Beredningen ska också samverka/föra dialog med olika aktörer för att uppmärksamma behov inom ramen för folkhälsa och demokrati

Beredningen för folkhälsa och demokrati i Umeåregionen har för 2022 antagit en verksamhetsplan utifrån de uppdrag som beredningen har tilldelats. Beredningen kommer först att redovisa sina riktade uppdrag för 2022 och därefter i slutet av rapporten att redovisa sitt uppdrag från reglementet.

4. Redovisning av det riktade uppdraget för 2022

4.1 Metod för de riktade uppdragen

Beredningen för folkhälsa och demokrati i Umeåregionen har använt sig av tre metoder för det riktade uppdraget: kunskapsinhämtning, digital medborgarenkät samt medborgardialoger.

4.1.1 Kunskapsinhämtning

Uppdraget inleddes med att fördjupa ledamöternas kunskap i ämnet. En gemensam digital kunskapsdag för alla beredningar anordnades 9 november 2021. Kunskapsdagen innehöll flertalet olika föreläsningar om undersökningar gällande pandemins påverkan på folkhälsan, på förebyggande folkhälsoinsatser och om en undersökning av barn och ungas röster om pandemin. Information från dagen sammanfattas i bilaga 1. Beredningen har också fått information om bland annat HLT-arbetet (Hälsa, lärande och trygghet) i samband med ett beredningsmöte samt informationer om nuläget ute i kommunerna via folkhälsoråden. Ledamöter har också tagit del av föreläsning i demokratiska processer, föreläsning om psykisk hälsa samt BRIS nätverksträff.

4.1.2 Digital medborgarenkät

De tre beredningarna enades om frågor till en gemensam digital enkät. Enkätsvaren sårskildes sedan för de tre geografiskt indelade fullmäktige-beredningarna genom kommundillhörighet. Den digitala enkäten har marknadsförts genom uppsättning av affischer, spridning via Funktionsrätt, funktionshinder-föreningar och pensionärsföreningar. Annonsering har gjorts på Facebook och Instagram, både generellt och riktad annonsering för att få fler män att delta, samt via annonsering i digitala tidningar. Den digitala enkäten har varit öppen mellan mitten av februari till och med 1 juni 2022, det vill säga i 3,5 månader.

Frågorna som ställdes, både i den digitala medborgarenkäten och på gator och torg, var följande:

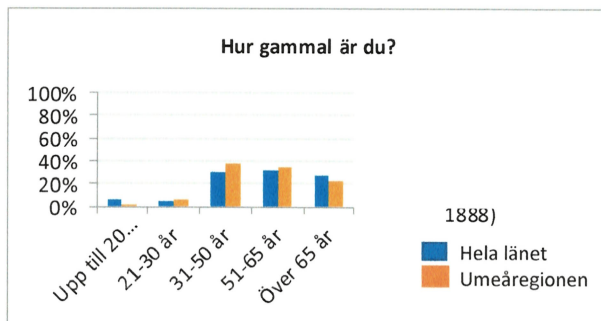
- Vad har varit positivt under pandemin?
- Vad har varit mindre bra med pandemin för dig?
- Har pandemin påverkat dig inom något av följande områden (arbetsliv, skola, idrott/fysisk aktivitet, vänner, vård, kultur, näringsliv/företagande, resande, demokrati/delaktighet, familj/relationer, annat)
- Vad hade regionen kunnat göra annorlunda?

För mer information om frågorna, se bilaga 2.

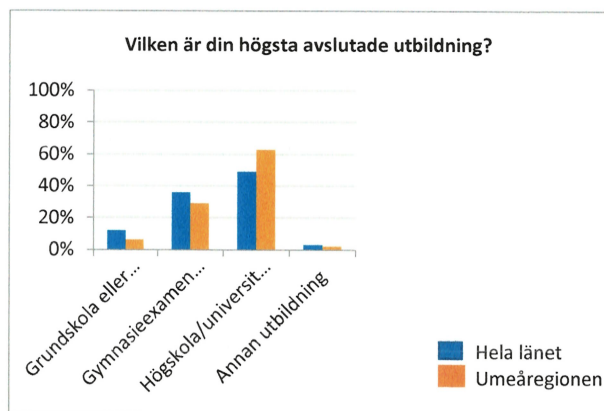
Sammanlagt har 740 personer i Umeåområdet (Bjurholm, Nordmaling, Robertsfors, Umeå, Vindeln och Vännäs kommuner) svarat på den digitala enkäten. Även i år är det få män som svarat, enbart just över 10 % av antalet svaranden på den digitala enkäten är män.

Gällande den geografiska fördelningen är 82 % från Umeå kommun och resterade svar relativt jämnt fördelade över de andra kommunerna. Svaren följer tämligen jämt den procentuella fördelningen av befolkningen utifrån kommunernas storlek. Människor med utomeuropeisk bakgrund finns bland 6 % av respondenterna.

Respondenternas åldersfördelning och utbildningsnivå för den digitala enkäten finns redovisade i diagrammen nedan.



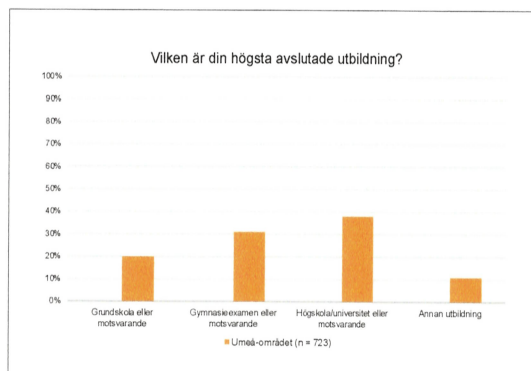
Bilden beskriver åldersfördelning på respondenterna i Umeåregionen samt åldersfördelning på alla respondenter i hela länet.
Blå: Hela Länet. Orange: Umeåregionen



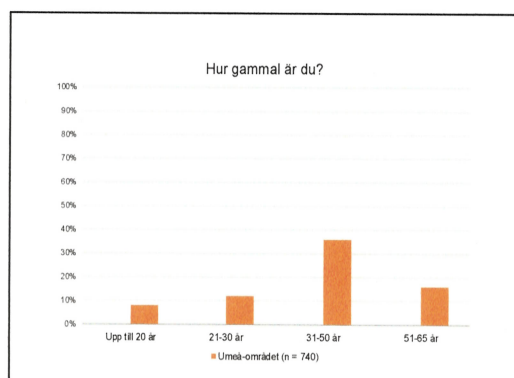
Utbildningsnivå: 63 % högskola/universitet-utbildning, 29 % gymnasieutbildning eller motsvarande och 6 % har grundskola eller motsvarande
Blå: Hela länet. Orange: Umeåregionen

4.1.3 Medborgardialoger på gator och torg

Ledamöterna delades in i fem grupper och varje grupp fick ett geografiskt område att utföra sina medborgardialoger i, exempelvis Robertsfors kommun. Vid medborgardialoger ute på gator och torg ställdes samma frågor som i den digitala medborgarenkäten. Sammanlagt genomfördes 170 medborgardialoger, varav cirka 55 % av respondenterna var män och drygt 50 % hade utomnordisk bakgrund.



Utbildningsnivå: 38,5% högskola/universitetsutbildning, 30,5 % gymnasieutbildningen el motsvarande och 20 % har grundskola eller motsvarande.



Av respondenterna var cirka 8% upp till 20 år, 12 % mellan 21–30 år, 36 % mellan 31–50 år, 16 % mellan 51–65 år och 28 % över 65 år.

4.2 Resultat av dialoger

Nedan följer redovisning av svaren på de frågorna som ställts till medborgarna. Frågorna redovisas en och en, var för sig. Först kommer sammanfattning av svar på frågan från den digitala medborgarenkäten och sedan sammanfattning av svaren på samma fråga, men då från de medborgardialoger som förts ute på gator och torg.

4.2.1 Fråga 1: Vad har varit positivt under pandemin för dig?

Från den digitala medborgarenkäten.

Trots att pandemin har inneburit svåra negativa konsekvenser för oss människor finns det också några positiva förändringar som den har fört med sig, både för den egna individen och för samhället i stort.

Pandemin har inneburit en tid för reflektion och en möjlighet till förändring. Det beskrivs som att hitta balans mellan arbete och fritid, och en känsla av frihet. Det har varit lättare att fokusera, till exempel på studier. Minskade krav på social samvaro och mer tid till skötsel av hem och umgänge med familjen har vissa beskrivit skapat ett lugn och förbättrat relationer mellan såväl barn och föräldrar som till partnern. Genom möjligheten att arbeta hemifrån har vissa valt att bo på landet, skaffa hund och undvikit långa restider.

För de som före pandemin inte var bekväma med många sociala kontakter, har det inneburit en känsla av minskat utanförskap. Det har varit lättare att tacka nej. För andra har den här tiden gett en insikt av betydelsen av gemenskap och samvaro.

Pandemin har, för vissa, gett hälsoeffekter och en förbättrad livsstil. Bättre handhygien har lett till minskat insjuknande i andra infektioner och färre sjukdagar. Långa promenader, mer uteaktiviteter och TV-ledd träning i hemmet beskrivs ha resulterat i viktninskning. Högtider har firats utomhus, mindre pengar har använts för shopping och många har utforskat Sverige under semestern.

Flera beskriver en personlig utveckling och att de fått nya insikter. Många beskriver att de har hittat nya arbetssätt, utvecklat tekniska färdigheter och fått ökad kunskap om smittskydd. Några uttrycker tacksamhet över att bo i Sverige med tillgång till vaccin och vård. En ökad insikt om samhällets sårbarhet och betydelsen av individens ansvar, men också vikten av att vara källkritisk lyfts i enkäterna.

Utvecklingen med digitala lösningar har påskyndats och implementering och acceptans har gått fortare än vanligt. Digitaliseringen har öppnat nya möjligheter att, till exempel, skapa bredare kontaktnät och till distansutbildning. Digitala evenemang har för vissa personer gjort det enklare att delta och digital matleverans har underlättat vardagen.

Arbetslivet har på kort tid genomgått förändringar med ökad flexibilitet som upplevs som positivt. Chefernas tillit till personalen har ökat när det visat sig att det fungerat bra med arbete hemifrån. Personer som arbetar inom vården rapporterar att deras arbete har lyfts fram, gett mer respekt och fått högre status. De uttrycker stolthet över att de tillsammans löst situationen så att vården inte kollapsade helt.

[Från medborgardialoger på gator och torg](#)

De allra flesta har negativa erfarenheter av pandemin i sin helhet. Men ett axplock av vad som varit positivt var att kunna studera hemma, vara mer med familjen vilket gav en känsla av välbefinnande, bättre koncentration vid hemmastudier, och möjlighet för lärare med lätta symtom att kunna bedriva undervisning digitalt. Det gav studenter möjlighet att hela tiden delta i studierna.

Vissa uttrycker att de fått lära sig mycket om pandemin och virussjukdomar. Vården upplevs ha fungerat väl. Respondenterna uppskattade möjligheten att testa sig och beskrev att människor respekterade reglerna med munskydd och att hålla avstånd. Det var också positivt att vaccinationen kunde påbörjas relativt snabbt, så att samhället kunde komma i gång. Vissa uttryckte att det kändes bra att kunnat bidra med insatser som samhället behövde, exempelvis att ge vaccin. Pandemin har gett en ökad insikt om hur sårbart samhället är och att det innan pandemin inte fanns tillräckligt med resurser. Vidare lyfts det att pandemin verkligen har gett politikerna insikt om att samhället behöver vara mer förberett.

En del ekonomiska vinster under pandemin beskrivs av några, som exempelvis sälja bilen, köpa mindre varor, äta hemma och att inte behöva bjuda in folk till middagar.

4.2.2 Fråga 2: Vad har varit mindre bra med pandemin för dig?

Från den digitala medborgarenkäten.

Majoriteten uttrycker att ensamhet och frånvaro av social verksamhet har varit det tyngsta under pandemin. Det innefattar kontakter med familj, vänner och arbetskamrater. Det har inte varit möjligt att hälsa på sina anhöriga på vårdinrättningar och sjukhus. Några nämner att deras far eller mor gått bort i pandemin och fått vara ensam utan någon anhörig på plats. Oron och rädslan att bli sjuk själv eller att andra i ens närhet ska bli sjuka, och kanske avlida, har också varit stor och nämns i stor utsträckning. Respondenter tar upp att resandet har blivit svårt, vilket lett till att inte kunna träffa familj och vänner. Det nämns också en saknad att inte kunnat träna som vanligt på gym och för vissa att det har lett till att motionerandet minskat. Även andra aktiviteter som inte varit möjliga att genomföra lyfts, som restaurangbesök, dans, bio, opera och andra kulturevenemang.

Många upplever en maktlöshet och hopplöshet då de inte kunnat påverka sitt liv som tidigare. Vissa upplever en psykisk utmattning och dessutom för många som arbetar nära andra personer inom vård, men även andra jobb, har det varit fysiskt jobbigt med skyddsmasker och annan skyddsutrustning. Det gjorde också att kommunikationen med patienter och brukare försvårades.

Arbetsplatser har påverkats av att personal varit sjuka och de som varit kvar har fått en stor arbetsbörda. Fler har också tvingats att stanna hemma när barn eller anhöriga varit sjuka.

En hel del tar upp att ekonomin har blivit lidande då personer tvingats vara hemma men ändå betalat full avgift för förskola. Några har blivit permitterade eller inte kunnat utföra arbete vilket lett till sämre ekonomi. Vissa företagare har också drabbats av konkurs som en följd av pandemin.

Vissa respondenter upplevde att media ökade deras oro och stressade medborgare genom sin information.

Många riktar kritik om hur sjukvården fungerar. Vårdgarantin är långt ifrån uppfylld, symptomen blir inte tagna på allvar och viktig vård förskjuts. Många tycker att restriktionerna togs bort för snabbt i Västerbotten samt att det velades hit och dit med munskydd. Det lämnades synpunkter på att regionen var för sen med åtgärder och att det inte fanns en beredskap med lager och skyddsutrustning. Även kritik på regionen som arbetsgivare lämnades under denna fråga.

Från medborgardialoger på gator och torg

Isoleringen var något som de flesta beskrev som mindre bra. Många beskrev det som mycket jobbigt att inte få träffa familj, släkt och vänner. Att få träffa människor och känslan av att vara nära och umgås, var något som bara försvann. Med det kom depressioner och känslan av nedstämdhet. Vissa beskrev att de blev chockade över att det kunde komma så snabbt, och att människor blev skrämda av medias rapportering så att det påverkade deras liv. Vissa upplevde det jobbigt att inte få åka och handla, att få hjälp med handling uppskattades, men de hade önskat att få göra det själv.

Fritidsaktiviteterna var kännbart märkta av pandemin, med begränsad möjlighet till träning i alla sporter, och sällan möjligt att delta som åskådare. Detta har påverkat vår hälsa och folkhälsa. Flera barnaktiviteter avslutades och barnen blev väldigt trötta och uttråkade och mådde sämre psykiskt.

De äldre blev begränsade från sina sociala aktiviteter som att till exempel besöka kyrkan, opera, konserter, promenader, bio eller pub. Utevistelsen blev också till viss del begränsad på grund av rädslan. Boende på särskilt boende fick inte träffa sina nära och kära med tanke på smittorisken. Oro för äldres hälsa beskrevs, eftersom media rapporterade död och mycket negativitet, vilket skapade ytterligare nedstämdhet.

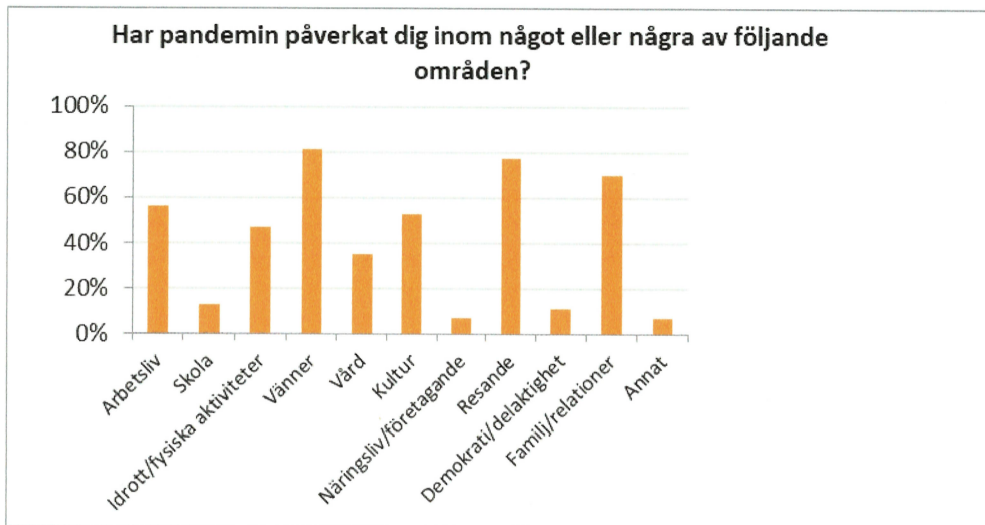
En del hade en upplevelse av att inte kunna nå sjukvården och längre väntetider på operationer, även på grund av rädsla att bli smittad.

Studier hölls till stor del hemma med digital teknik, och när tekniken strulade så blev det mer kännbart. Det var svårare för personer med etnisk bakgrund att lära sig svenska digitalt, detta leder till att man har svårt att kunna förmedla sig. Studieförbunden stängde eller minskade sina aktiviteter vilket påverkade människor som har svårt att komma in i samhället.

4.2.3 Fråga nr 3: Har pandemin påverkat dig inom något av följande områden?

Från den digitala medborgarenkäten.

I enkäten bad vi respondenterna att markera de områden som de upplevde att pandemin hade påverkat dem, se grafen nedan. Vi bad dem också att beskriva på vilket sätt de hade påverkats inom respektive område.



Socialt umgänge och isolering: Väldigt många beskriver den minskade möjligheten att umgås och träffa familj och vänner. Det beskrivs väldigt olika hur mycket det har påverkat respondenterna, alltifrån ett minskat socialt umgänge till väldigt stor påverkan som social isolering, ensamhet och depression. Flera beskriver den mycket jobbiga situationen att inte kunna få sitta bredvid sin närstående när den dör. Många beskriver att relationen och kontakten mellan den yngsta och den äldre generationen har påverkats, och att det varit svårt att inte få träffas på grund av smittorisken. Respondenter beskriver rädslan att vara den som skulle smitta ner någon (ofta äldre eller person i riskgrupp) som kan hamna på IVA och kanske dö. Några beskriver att digital teknik fungerat till en viss del för att umgås, men att det aldrig kan ersätta mänsklig kontakt. Vissa skriver att de helt har tappat kontakten med en del av vännerna efter pandemin.

Vården: När det gäller påverkan på vården så beskriver flera att de undvikit att söka vård om det inte varit riktigt akut. Detta dels på grund av rädsla för smittorisken, men också på grund av vetskapen att sjukvården på vissa ställen har haft stor arbetsbörda. Problem med uppskjuten, icke akut vård som flyttats fram några år, lyfts av flera respondenter.

Arbete: De flesta beskriver det som övervägande positivt att jobba på distans, dock har många respondenter beskrivit att de saknat den sociala samvaron på kontoret. Hemmajobb har oftast gett en lugnare arbetsmiljö, samt minskat stressen att få allt att fungera mellan jobb och familj/privatliv. Att kunna ta möten digitalt och minska på resandet har uppskattats. Några få har beskrivit att det har känts ensamt att jobba på distans från hemmet.

De som inte kunnat arbeta på distans beskriver förändrade arbetssituationer och anpassningar för att kunna utföra sitt arbete. Hemkarantän har också inneburit att de som varit friska har fått jobba mer, både inom vården och andra ställen där det inte har gått att jobba från hemmet. Flera har även här beskrivit den psykiska rädslan att vara den som sprider smittan till någon som blir allvarligt sjuk och

kanske dö. De som arbetat inom vården har jobbat mycket hårt och har inte haft någon möjlighet till återhämtning. Att jobba med skyddsutrustning har varit varmt och har i vissa fall gjort det svårare att kommunicera. Flera/några beskriver sjukdomssymtom som högt blodtryck, sömnsvårigheter, utmattningssyndrom med mera.

Skola: Barn och ungdomars situation kring skolan har påverkats. Barnen har vistats hemma mer än vanligt då undervisningen ibland skett digitalt och då många fritidsaktiviteter varit inställda. Att studera på distans kan upplevas både negativt och positivt, för någon kan det vara svårt att bibehålla intresset, medan det för andra ger den lugna omgivningen som de behöver för att klara att fokusera på sin uppgift. Någon respondent lyfter att barn och ungdomar som behöver extra stöd i skolan inte har kunnat få den hjälp som de behöver. Även svårt för ungdomar som börjar ny klass eller skola att kunna bygga upp sociala relationer när undervisningen sker på distans.

Föräldrar har inte kunnat besöka skolan och inte heller haft någon fysisk direktkontakt med pedagogerna. Vissa uppger att de som förälder har fått hjälpa barnen mer med skolarbetet (bland annat på grund av sjukfrånvaro).

Fysisk aktivitet och kultur (fritidsaktiviteter): Många respondenter saknade möjligheten till att träna inomhus i olika gruppaktiviteter eller på gym, både för ungdomar och vuxna. Vissa personer tappade träningen medan andra beskriver hur de hittade andra fysiska aktiviteter utomhus eller i hemmet. Flera lyfter att de påverkades av att inte kunna resa längre, samtidigt som vissa beskriver omställningen som gjordes till korta små utflykter inom sitt eget område. I övrigt beskrivs påverkan på kultur- och fritidsaktiviteter som restaurangbesök, bio, teater, konserter, muséer och i övrigt inställda aktiviteter. Någon respondent har uttryckt en tanke om alternativen, om att restriktioner är tillfälligt och då är det helt ok, att dö är permanent.

[Från medborgardialoger på gator och torg](#)

Isoleringen är återkommande i dessa rapporter som en påverkan, till någon del positivt, men mycket fler respondenter har svarat en negativ påverkan och att det påverkat det dagliga livet. Respondenter har avstått från många olika aktiviteter så som gymträning, kulturevenemang, resor, inte kunnat umgås med vänner, och kärlek samt fysiska umgänge med en partner. Att inte kunnat träffa sina nära släktingar och barnbarn och har påverkat många hårt.

Sjukvården har fungerat bra, men många blev rädda för att söka vård-för att inte tynga vården. Vissa avstod vårdbesök för att slippa möta andra människor. Det blev viktigt att ta hand om sig själv på ett helt annat sätt än tidigare för att förebygga sjukdomar och annat.

Arbete: De som jobbar inom vården har uttryckt att det påverkat stort att de inte haft tillräckligt med skyddsutrustning på plats.

Skola har påverkat vissa då de inte klarat studier på distans. Dessa upplevde att det sämsta vara att studera hemma. Synpunkter lämnades att det var svårt att komma till ett annat land under pandemin, då det var stora svårigheter att lära sig svenska språket på distans. Alla digitala möten och olika systemen som de var tvungna att lära sig tex zoom, teams påverkade också.

Resande har påverkats, att inte kunna åka och träffa föräldrar som behöver stöd och hjälp, speciellt i dessa tider. Egenföretagare har i vissa fall påverkats rejält, med en ekonomisk försämring som följd. Många företag fick läggas ner, och människor blev ännu mer frustrerade. Även här uppges saknaden att inte kunnat träffa arbetskollegor som tidigare.

4.2.4 Fråga nr 4: Vad hade regionen kunnat göra annorlunda under pandemin?

Från den digitala medborgarenkäten.

Stor del av responsen har varit positiv och kommentarer som lämnats har exempelvis varit att: regionen har skött sig bra, organisering och information har varit bra samt att vaccineringen har fungerat utmärkt. Det har lyfts att regionen agerat ansvarsfullt och försökt finna lösningar och anpassat sin verksamhet efter rådande rekommendationer. Samarbetet mellan kommunen och regionen har varit mycket bra. Kontentan är att många anser att regionen gjort så bra de kunnat givet förutsättningarna.

Övriga synpunkter som lämnats har delats upp i följande kategorier:

Vaccinationer och provtagning, vård generellt, barn och ungdomar, restriktioner och rekommendationer, information, beredskap, personal, kollektivtrafik och psykisk hälsa.

Vaccinationer och provtagning

En del har lyft att vaccinationen har fungerat mycket bra medan andra har haft synpunkter på hur den kunnat förbättras, exempelvis att det borde ha funnits fler tider för vaccination och att regionen skulle ha kommit i gång med vaccinering snabbare. Vissa har lyft att det varit svårt att boka tid för vaccinering. Förslag har lämnats på att regionen skulle ha erbjudit tjänst för hämtning och lämning av hemmatest för de som saknar socialt skyddsnät, samt önskemål om fler PCR-tester för alla som ville ha det och lättare tillgång till snabbtester. Det framkom att respondenterna anser att det viktigaste av allt har varit vaccinationerna och där har regionen skött sig oerhört bra. Några lyfter att vaccinering av skol- och vårdpersonal skulle varit tidigare och att vaccinet skulle haft bättre prioritering.

Vård, generellt

Behovet av fler vårdplatser innan och under pandemin lyfts, samt en större beredskap för att klara av att möta pandemin. Om fler vårdplatser funnits initialt, så hade det inte varit så stor brist under pandemin. Vidare lyfts förslaget att regionen

borde ha tvingat de privata vårdgivarna att ställa upp och hjälpa till med att avlasta i större utsträckning.

Respondenterna lyfter att hälsocentralerna inte är byggda för att hålla avstånd och förebygga smitta, men att anstormningen av patienter hanterades så bra som det gick. Vissa lyfter att de har fått vänta utomhus i vinterkyla med feber. Trots det anser man att det mesta har skötts väl och att personalen har gjort ett bra jobb med tanke på förutsättningarna. Vissa lyfter att de har fått vänta längre på operationer. Önskemål framfördes om att det borde varit lättare att digitalt få kontakt med vården, samt lättare kontakt med vården via telefon.

Barn och ungdomar

Respondenterna lyfter att barn med särskilda behov har varit särskilt utsatta under pandemin och det borde finnas fler psykologer inom elevhälsan och Barn- och ungdomspsykiatri. Den digitala verksamheten kunde ha varit bättre utbyggd, med till exempel digitala föräldragruppträffar på mödravårdscentralen. Önskemål om större tydlighet om vad som gäller för barn under pandemin och några efterlyser större beredskap för om nästa pandemi skulle smitta barn i högre utsträckning.

Restriktioner och rekommendationer

Många respondenter har efterfrågat striktare regler och direktiv kring restriktioner. Detta för att få fler att, till exempel, ta på sig munskydd på bussen. Vissa respondenter lyfter att det borde ha införts restriktioner för vårdpersonal i ett tidigare skede, exempelvis användning av munskydd, och användning av skyddskläder och munskydd i arbete med äldre. Några efterfrågar att familjeisolering borde ha inletts tidigare. Vissa personer har velat se nedstängningar tidigare och längre. En del personer beskrev att restriktionerna upplevdes ologiska. Vidare lyfts det att kristänkandet i Sverige alltid måste finnas med i regionens planering, budgetering och genomförande. Andra respondenter har haft en annan syn på restriktionerna och önskat lättare restriktioner för exempelvis partner till gravida. De upplevde också att många blev väldigt ensamma och isolerade under pandemin.

Information

Vissa önskade tydligare och snabbare information på digitala plattformar. Några synpunkter fanns att information önskades på ännu fler språk. Andra menar att Region Västerbotten gjorde bra med den tydliga informationen som gavs av smittskyddsläkaren till allmänheten. Många respondenter anser att regionen har gett bra och tydlig information, men hade önskat större kapacitet på hemsidor för att klara toppar för information och vaccinationsbokning. Samlad enklare information har också framkommit som synpunkter.

Beredskap

Flertalet respondenter lyfter fram vikten av bättre beredskapslager, men även i form av personella resurser. Det efterfrågas en redundans, en mindre slimmad organisation och fler vårdplatser för att möta upp ökade behov vid till exempel kris.

Personal

Vad gäller personal så lämnas synpunkter att vårdpersonalen borde få högre löner generellt, men framför allt för de som arbetar patientnära. Personalstyrkan borde inte vara så slimmad utan ha en bättre bemanning och en bättre strategi för att snabbt ha högre personaltäthet och beredskap för ett långvarigt behov av personal. En del lyfter bättre förutsättningar för personal och mer resurser inom vården för att ge personalen en bättre arbetsmiljö.

Beredskapen för att möta det psykosociala bland personalen borde ha varit större. Synpunkter finns på att personal som jobbade med intensivvård och sjuka människor skulle ha fått vaccinet först, och att krav på vaccination för personalen skulle ställts. Synpunkter om att skyddskläder och skyddshjälpmedel kom för sent har också lämnats.

Kollektivtrafik

Pandemin har gjort att vissa inte har vågat åka buss. Det har också framkommit att det borde ha satts in fler bussar under pandemin för att minska trängsel.

Psykisk hälsa

Det efterfrågas möjlighet att få samtalsstöd digitalt. Vissa menar att de saknat fokus på att undvika psykisk ohälsa och att psykisk vård borde prioriteras mer, samt att det saknades stöd för ökade psykiatriska besvär på grund av pandemin.

Respondenter uppger att väntetiden för specialistvård inom psykiatri är lång. Vissa äldre personer har känt sig stigmatiserade och isolerade, vilket varit negativt.

Från medborgardialoger på gator och torg

Respondenter lyfter vikten av bättre beredskap, att det borde finnas lager av skyddsutrustning och medicinskt lager av olika akuta läkemedel. Det skulle ge bättre rustning inför kriser som covid-19. Köerna inom sjukvården skulle ha varit mindre innan pandemin, det hade gett bättre förutsättningar. Samtidigt finns det synpunkter på att vården har varit bra trots pandemin. Vissa beskriver det att de hade önskat en tydligare bild av om personer dog av covid som dödsorsak eller indirekt med covid-19-smitta men med annan dödsorsak.

Vidare om vården så beskrivs det att personalen är det viktigaste regionen har och att regionen ska se till att de blir kvar, bland annat genom bättre löner till vårdanställda.

Vaccinationen tycker de flesta kom i gång bra, men synpunkter finns att det borde kommit i gång ännu snabbare. Vaccinationens organisation var jättebra och fungerade väl. Vaccinationerna klarades bättre av regionen än någon från privat sektor. Respondenter nämner att det skulle ha gått snabbare att skydda de äldre. Det var bra att regionen och kommunerna kunde samarbeta under pandemin.

Även här fanns det synpunkter på att antal personer i bussar och i kollektivtrafiken borde ha minskats.

4.3 Analys av det riktade uppdraget

Alla har påverkats av pandemin, inom olika områden och i olika stor grad.

Beredningen kommer under analysdelen att lyfta och nyansera några områden som sticker ut.

När det gäller respondenter på de digitala medborgarenkäterna och medborgardialogerna på gator och torg är det tydligt att det är stor skillnad på antalet män, människor med utomnordisk bakgrund och utbildningsnivå. På den digitala medborgarenkäten var svaranden endast drygt 10 %, män, medan andelen män vid medborgardialog på gator och torg var 55 %. Människor med utomnordisk bakgrund på svaranden från digitala medborgarenkäten var 6 %, motsvarande vid medborgardialog på gator och torg var drygt 50 %. Svaranden på digitala enkäten hade generellt sett en högre utbildningsnivå än svaranden vid medborgardialog på gator och torg. Detta beror till stor del på att beredningen vid medborgardialoger på gator och torg kunnat rikta sig mer mot speciella grupper som i låg utsträckning hade svarat på den digitala enkäten. Det vill säga att vid medborgardialoger på gator och torg riktade beredningen sig mer mot män. Det gjordes också riktade insatser att föra medborgardialoger med personer som nyligen kommit till Sverige, exempelvis fördes dialoger med de personer som läste svenska för invandrare. Därav fångade dessa medborgardialoger fler svaranden från andra målgrupper än den digitala medborgarenkäten.

Trots att respondenterna i de två olika grupperna är relativt heterogena kan vi inte skönja så stora skillnader i svaren på frågorna på gruppnivå. Det verkar vara mer beroende på individnivå hur pandemin har drabbat en. Det enda kommentar som stack ut mellan grupperna var att det var svårare att lära sig svenska när lektionerna var digitala.

Det är mycket tydligt att isoleringen under pandemin har varit mycket svår för många, detta trots försök att mildra isoleringen med digitala verktyg eller, om möjligt, möten utomhus. Behovet att få träffa andra, nära släkt eller vänner är mycket viktigt för oss människor. Flertalet har också lyft att det minskade resandet också har påverkat deras vardag, inställda resor till sjukvård, familj som bor på annan ort, men också andra resor.

Flertalet respondenter är nöjda med de flesta av Region Västerbottens insatser. Det framkommer i svaren till flera av frågorna. Framför allt gäller det provtagningen av covid-19 samt genomförandet av vaccinering i flertalet omgångar. Men det finns också förbättringsområden för regionen. Det är tydligt att regionen behöver se över sin beredskap och sitt beredskapslager inför framtiden. Regionen måste också fortsätta att värna om sin personal.

5. Redovisning av uppdraget från reglementet

Nedan följer en redovisning av beredningens uppdrag från reglementet. Uppdraget var att "Verka för att medborgarna ska känna förtroende för den representativa demokratin. Beredningen ska också samverka/föra dialog med olika aktörer för att uppmärksamma behov inom ramen för folkhälsa och demokrati".

Restriktionerna för covid-19 har under senvintern kunnat plockats bort succesivt och från 1 april 2020 är covid-19 inte längre klassad som allmänfarlig- och samhällsfarlig sjukdom i Sverige. Det har möjliggjort för fler fysiska möten.

5.1 Metod för uppdraget från reglementet

Beredningen har deltagit i alla folkhälsoråd i Umeåregionen, vid folkhälsofrågor i hållbarhetsrådet i Umeå kommun, samt möten med UmeBrå (Umeå brotts- och drogförebyggande råd). Möten har varit både digitala och fysiska på grund av pandemin.

På förfrågan har beredningen, tillsammans med utskottet för primärvård och tandvård, genomfört ett dialogmöte med Funktionsrätt Umeå. Beredningen valde att anordna mötet med utskottet då många av Funktionsrätt Umeås frågor var inom utskottets ansvarsområden. Dialogmötena med de lokala pensionärsföreningarna har varit vilande.

Den sedan tidigare planerade Livslustdagen tillsammans med patient- och funktionshinderföreningar genomfördes digitalt, med tanke på smittläget, den 29 november 2021.

5.2 Resultat av uppdraget från reglementet

Nedan följer resultat av uppdraget från reglementet.

5.2.1 Resultat av dialoger med folkhälsoråd i Umeåregionen, Umeå kommuns hållbarhetsråd och UmeBRÅ

Bjurholms, Robertsfors och Vindelns folkhälsoråd har fått information om och lämnat synpunkter till ett kommande 10-punktsprogram för att främja barns och ungdomars psykiska hälsa. Regionens tre fullmäktigeberedningar hade under 2020 ett uppdrag att, via medborgardialoger ta fram medborgarnas synpunkter vad som kan göras för förbättrad psykisk hälsa för barn och ungdomar, vilket mynnade ut i förslaget att ta fram ett 10-punktsprogram i ett samarbete mellan regionen och kommunerna i länet. Bjurholm lyfter på folkhälsorådet också nyheter som startats, bland annat HälsoDigitalen och folkhälsorådet i Robertsfors får bland annat information om det aktiva HLT arbetet (Hälsa, lärande och trygghet) i skolorna.

Nordmalings folkhälsoråd håller på att ta fram en handlingsplan för suicidprevention och har arbetat på att ta fram en hälsoslinga med frågor via QR-

koder. Vidare har de arbetat med att motivera till folkhälsoinsatser genom möjlighet att vinna kommunens folkhälsopris.

Folkhälsorådet i Vännäs informerar om nya folkhälsoaktiviteter i kommunen, exempelvis utegym, cykelpark och Naturpasset med orienteringskontroller.

Beredningen är adjungerad i Umeås hållbarhetsutskott när det gäller folkhälsofrågor. Umeå hållbarhetsråd har sammanställt slutrapporten av enkäten unga 20. Kommunen arbetar också aktivt med Seniortorget, som ger tips till seniorer och hjälper till inom flera olika områden, exempelvis digitalisering och friskvård.

På UmeBRÅ (Umeå brotts- och drogförebyggande råd) har polisen informerat om nuläget och kommande satsningar, exempelvis jobba med att försöka sänka medelhastigheten på vägarna samt att vara mer på Internet.

5.2.2 Resultat av dialoger med pensionärsföreningar, patient- och funktionshinderföreningar

Dialogmötet mellan beredningens presidium, presidiet för utskott primärvård och tandvård och Funktionsrätt ägde rum den 30 mars 2022. På mötet gavs det information från tjänstepersoner om Vårdguiden och Hälsodigitalen. Övriga frågor handlade om bland annat sjukresor. Funktionsrätt Umeå har ofta frågor som rör hälso- och sjukvårdsförvaltningen, vilket inte är fullmäktigeberedningens ansvarsområde. Regionen får tillsammans med Funktionsrätt Umeå hitta en bra lösning på det framöver.

Livslustdagen den 29 november arrangerades som tidigare nämnts helt digitalt. Dagen innehöll föreläsningar om god och nära vård. Sofia Åhman delade med sig av flera tips för att må bra i vardagen. Parasport berättade om olika insatser som gjorts för att göra träning tillgänglig för alla. Dagen avslutades med underhållning med sång och musik. Dagen var mycket uppskattad av deltagarna.

5.3 Analys av uppdraget från reglementet

Den pågående pandemin har naturligtvis också påverkat utförandet av uppdraget från reglementet. Vissa dialogmöten har ställts in och vissa har ägt rum via digital uppkoppling med ljud och bild. Beredningen har aktivt deltagit i de möten som hållits.

De restriktioner som funnits över relativt lång tid har påverkat vår hälsa på många olika sätt, inte minst den mentala hälsan. Därför har det varit väldigt viktigt att försöka hitta nya, smittsäkra sätt att umgås och att samverka. Många möten har varit digitala, även möten med det civila samhället. Samverkan har kunnat upprätthållas under pandemin tack vare den digitala omställningen.

Restriktionerna för sjukdomen (covid-19) har under senvintern succesivt minskat,

Beredning för folkhälsa och demokrati
i Umeåregionen

2022-11-09

RS 1525-2022

och sjukdomen är inte längre klassad som en allmänfarlig och samhällsfarlig sjukdom här i Sverige. Det har medfört att samhället har öppnats upp och fysiska möten har åter kunnat äga rum.