

## Minnesanteckningar Nestors seniorråd 220304

Datum: Fredagen 4 mars 2022  
Tid: 10.00-12.00  
Plats: Både fysiskt på plats i Nestors lokaler och digitalt, på TEAMS.

Närvarande på Nestor: Ilse Forsberg Salem, Cecilia Carlén Salem, Brita Nyman Nacka, Alf Andersson Region Stockholm, Ing-Marie Yang, Södertälje, Eva Lindqvist, Helén Lieberman-Ram och Joana Grevér, Nestor

Närvarande digitalt: Monia Sturén, Nacka, Björn Persson Tyresö, Anders Magnusson, Botkyrka, Jean-Pierre Zune, Botkyrka, Berit Westergren Huddinge, Birgitta Brynell, Haninge, Gunvor Kyller, Haninge, Monica Fransson Värmdö, Maja Bodotter Myrup Värmdö, Inez Granström, Nynäshamn

### Dagordning

#### 1. Välkomna!

Fem seniorer var med fysiskt på plats idag. Övriga deltagare var med på Teams, vi fick det att fungera ok denna gång även om det stundtals var problem med ljudet. Vi börjar vänja oss vid dessa hybridmöten nu, men ser stora fördelar med att ses fysiskt!

#### 2. Presentationsrunda och vad händer hos er? Nämn en viktig lokal fråga

Vi gjorde en traditionell presentationsrunda, med presentation av namn, pensionärsorganisation och kommun. Var och en fick också passa på att säga en (eller ibland två) viktig fråga som är uppe i resp. lokalförening just nu. Exempel på aktuella frågor är: syrgas på särskilda boenden, anhörigstödet, äldredag till hösten, folkhälsa, ensamhet, ålderism, kontantupproret, digitalisering för att klara sin privata ekonomi, krisberedskap inom särskilt boende, lokalfrågan för pensionärsorganisationerna, det politiska läget och valsamverkan samt oro och osäkerhet kring kriget i Ukraina.

#### 3. Minnesanteckningar från föregående möte

Inga kommentarer eller anmärkningar.

#### 4. Presentation av rapporten: *Äldre som användare av kommuners digitala information och tjänster- Kommunens perspektiv-* och diskussion om planen för nästkommande del i projektet: att fånga in åsikter från seniorer som är sällananvändare (Karin Högstedt och Sara Cederbom) *Presentation i powerpointbilder bifogas anteckningarna.*

Karin presenterade projektet kring digitalisering som är indelat i 3 delar. Den första var en kartläggning av våra tio ägarkommuners hemsidor med fokus på hur utbud och utformning av digitala kommunala tjänster ser ut. Den andra delen, som den aktuella rapporten handlar om är kommunens perspektiv. I ett antal intervjuer med representanter från några av våra kommuner har frågan varit hur de utformar digitala tjänster som kan passa äldre personers behov och förutsättningar.

Många var intresserade och ville diskutera både möjligheter och utmaningar med den ökade digitaliseringen. Här är några kommentarer från gruppen:

- SeniorNet är en ideell, nationell och oberoende förening som hjälper seniorer att ta del av de möjligheter digitaliseringen ger. Idén bygger på att seniorer hjälper seniorer att använda digital teknik, Cecilia från Salem är engagerad i föreningen. På gång är utbildning av seniorer i Botkyrka, och även i Nacka pågår utbildning. Ett arbete pågår i Botkyrka med utbildning av personal inom särskilda boenden. Tanken är att de ska lära sig mer först så att de sedan kan utbilda seniorer som är intresserade.
- mycket handlar om att våga ta första steget och komma över tröskeln. Motivation är viktigt, man behöver förstå vilken nytta man har av att använda den digitala tekniken och på vilket sätt det kan underlätta tillvaron.
- svårt att förstå det tekniska språket och instruktioner om hur man ska gå tillväga för att tex ladda ner appar, uppdatera osv. Språket är onödigt komplicerat för lekmän.
- att många funktioner och appar hela tiden ska uppdateras och förändras i utseende och innehåll var ett annat problem.
- privatekonomi är ett annat hinder, att ha tillgång till nätverk hemma är inte en självklarhet för alla.

Sara, nyanställd projektledare hos oss, beskrev kortfattat planerna för den tredje delen av digitaliseringsprojektet, den som handlar om tankar och åsikter från sällananvändare av digital teknik. Syftet är att kommunerna ska få ökad kunskap om målgruppen sällananvändares erfarenheter av kommunal digital information och tjänster samt hur de ser på utbudet av dessa. Studien vill även undersöka hur sällananvändare ser på sin medverkan i utvecklingen av kommuners digitala information och tjänster. Målgruppen är personer från 65 år som minst en gång i kvartalet, men inte dagligen, använder sig av internet. De som aldrig använder digital teknik eller de med starkt sviktande kognitiv förmåga inkluderas inte. Insamling av data kommer ske via gruppintervjuer. Karin och Sara behöver komma i kontakt med seniorer inför intervjuerna och ber att få vända sig till Seniorrådet för hjälp med det.

- 5. Nestors satsning på fallprevention under 2022-** en beskrivning ( Helén och Karin)
- Risken för fall ökar kraftigt med stigande ålder och är en stor utmaning för vården och omsorgen. Fallskador innebär ett stort lidande för personen och innebär höga kostnader. Det finns mycket att vinna på att förebygga fall och det handlar både om vad den enskilde personen kan göra i sitt hem och i sitt vardagsliv för att förhindra fall, men även vad vård- och omsorgen kan behöva arbeta med för att förebygga fall. Med anledning av detta gör Nestor en särskild satsning under 2022, som vi kallar ”Förebygg fall”. Vi kommer erbjuda föreläsningar, workshops och även arbeta med systematisk uppföljning kring fallförbyggande arbete på några särskilda boenden. En satsning vänder sig direkt till seniorer, vi genomför en digital föreläsning ” *Minska risken för fall- ha koll på läkemedel, träning och bra mat*” för seniorer inom våra ägarkommuner. Samma föreläsning ges vid två tillfällen, *21 april och 3 maj, kl 10-12*. Mer information om hur man anmäler sig osv, finns i bifogat informationsblad och vi hoppas på er hjälp att sprida denna inbjudan till era vänner och kollegor inom pensionärsorganisationerna. Ni får gärna hänga upp inbjudan i era lokaler, skicka vidare till era medlemmar, hänga upp på

biblioteken, på särskilda boenden, vid Mötesplatser för seniorer och annat ni kommer på för att öka spridningen. Vi får alla hjälpas åt!

**6. Lägesrapport från ett pågående projekt som tar upp hemtjänstens upplevelser under pandemin-** hur de behövde ställa om och lära nytt. (*Från Nestors Chefsmorgon*)  
(Karin Johansson)

Det kom en fråga till Nestor om ni från Seniorrådet kunde få vara med på Nestors Chefsmorgnar som vi sedan en tid tillbaka genomför ett par gånger per termin. Syftet med dessa är att presentera ett aktuellt projekt från oss, och ge möjlighet för cheferna (främst enhetschefer från hemtjänst och särskilda boenden) att få reflektera och diskutera projektresultat och vad de kan betyda för resp verksamhet samt hur arbetssätt osv kan utvecklas vidare. Nestor anser att det är viktigt att cheferna får ha en egen stund att prata med varandra, däremot kan vi gärna ta upp vissa av presentationerna på Seniorrådet. Så var det med denna punkt om hemtjänstens upplevelser under pandemin. Karin J berättade kort om betydelsen av lärande och hur kunskap skiljer sig från att bara ta emot information och instruktioner (vilket var fallet under pandemin). Hon lyfte några av fynden som kommit fram i den enkätundersökning och tillhörande gruppintervjuer som gjorts med representanter från hemtjänsten. Exempel på några fynd: utmanande att hantera ett stort och föränderligt informationsflöde, hantera kaos med lärande, professionell kompetens en viktig förutsättning för lärande och att fysiska möten också är viktigt för lärandet. *Presentationsbilderna bifogas minnesanteckningarna.*

**7. Nestors verksamhetsberättelse.** Presentation i korthet och synpunkter (se verksamhetsberättelse)

Eva visade ett antal bilder om vår verksamhetsberättelse 2021 och vår verksamhetsplan för 2022. Många tyckte att vi gör ett bra arbete, har många intressanta projekt som borde uppmärksammas mer. En intressant diskussion tog vid när det kom fram att många i seniorrådet tycker att de inte får någon information om Nestors arbete av sin egen kommun. All information de får är via Nestor. Några menade att det är upp till er själva att på KPR-möten efterfråga information om vad Nestor har på gång. Andra menade att Seniorrådet kan vara en än mer pådrivande kraft, både hur projektresultat kan komma till än mer nytta, men även när det gäller val av projektområde. Att en diskussion kan föras om vilka frågor seniorerna ur sitt kommunperspektiv tycker är relevanta att driva som Nestorprojekt. Hur kan seniorerna få höra mer om dessa, kunna påverka att de genomförs och involveras mer osv. Det finns önskemål om att den dialogen borde utvecklas vidare mellan kommunen och KPR.

**8. Vad händer på nationellt och regionalt plan inom Nestors intresseområden?**

a. Arbete med förslaget till en Äldreomsorgslag (Linda Nyholm). Denna punkt fick utgå, Linda var inte på plats och tiden var knapp.

**9. Övriga punkter**

a. Nestorcafé äntligen tillbaka på Ingenjörshuset, den 26 april kl 13-16! Temat är Äldrandets sjukdomar, alla från Seniorrådet är välkomna. Inbjudan kommer inom kort.

- b.** En lokal pensionärsorganisation i Tyresö (SPF) har sökt pengar från Allmänna arvsfonden till ett projekt om ålderism, som ska rikta sig brett till olika professioner och seniorer i samhället. Nestor har visat intresse att vara ett stöd i projektet.
- c.** Nästa Seniorrådsmöte äger rum *fredagen den 13 (!) maj, kl 10-12* på Nestor eller digitalt på Team.

Eva Lindqvist och Helén Lieberman Ram