

Nestors Seniorrådsmöte

Tid: Fredagen 10 mars 2023, kl. 10-12.30
Deltagare: *Fysiskt på plats:* Erland Bridell, Värmdö, Björn Persson, Tyresö, Karin Nordh, Huddinge, Bengt Johansson, och Ing-Marie Yang, Södertälje, Ilse Forsberg, Salem, Carina Röjdner, Handen, Alf Andersson, Region Stockholm
Digitalt: Anders Magnusson, Botkyrka, Berit Westergren, Huddinge Kari Strömngren Gerhardsson, Botkyrka, Brita Nyman, Nacka, Birgitta Brynnel, Haninge, Monica Fransson, Värmdö
Eva Öhbom Ekdahl, Region Stockholm, Camilla Andersson, Helén Lieberman-Ram, Karin Högstedt och Sara Cederbom (del av mötet), Nestor

Minnesanteckningar

1. Välkommen!

Idag deltog lika många deltagare fysiskt på plats på Nestor som på Teams, vilket var glädjande. Det var flera nya ledamöter med för första gången. I flera kommuner har det skett skifte i representationen från KPR; för andra sker dessa val lite senare i vår. Innan vi gick in på dagens program gjorde vi en presentationsrunda där var och en presenterade sig med namn, organisation och om man var på mötet i egenskap av ordinarie eller suppleant.

Camilla presenterade dagens agenda.

2. Minnesanteckningar från föregående möte

Inga kommentarer

3. Nestors verksamhetsberättelse 2022

På förra Seniorrådsmötet gick den preliminära verksamhetsplanen igenom. Den är nu klar och ligger på Nestors webbplats. Vi bifogar planen med minnesanteckningarna. Camilla gick igenom de stora dragen i Nestors verksamhetsberättelse 2022, se vidare i bifogade pp-bilder. Vi stannade lite extra vid några områden, där gruppen ville veta mer.

Någon ställde frågan om hur **forskningsprojekten som Nestor är involverad i**, initieras? I vilken utsträckning är det egna initiativ och hur förankras idéerna i regionen? Camilla förklarade att forskningsidéerna ofta utgår från angelägna områden som har fångats upp och där mer kunskap behöver tas fram. Ibland kontaktar universitet Nestor för eventuellt samarbete och ibland uppkommer en idé i samband med ett pågående arbete på Nestor. En idé oavsett om det är ett forskningsprojekt eller ett utvecklingsarbete går alltid till styrgruppen för beslut. Där deltar alla kommuner och även representant från regionen. Gäller det ett forskningsprojekt skrivs ofta ett s.k. "letter of intent" där styrgruppen visar att de ställer sig bakom idén. Även Seniorrådet har möjlighet att ge idéer till projekt, och någon påpekade att Seniorrådsmötena är bra tillfällen att lyfta fram idéer som ni tycker ska bli projekt.

En fråga väcktes när det gäller projektet att titta på vad som händer med **personer med missbruksproblematik som fyller 65 år och därmed flyttas över till äldreomsorgen** (SAMSOK-

projektet). Frågan gällde om Nestor även undersökt hur det ser ut inom säbo med denna problematik. Vissa säbo har särskilda platser för personer med missbruk, det är angeläget att titta på hur det fungerar på vanliga äldreboenden. Det kan finnas många utmaningar med detta, handlar bla om kompetens inom äldreomsorgen. Det kan vara svårt att skapa lugn och stabilitet, både för de andra som bor där och för personalen. Vore intressant med en kartläggning kring hur kompetensförsörjningen ser ut. Nestor noterar och tar med sig frågan tillbaka.

Ing-Marie från Södertälje nämnde ett forskningsprojekt som pågår i samarbete mellan kommunen och Södertörns högskola kring HBTQI- frågor på säbo, en del handlar just om utbildning för personal.

En fråga kom upp om Nestors projekt **”Hemtjänstens arbete för äldre hälsa”**- om vi även tittar på handläggarnas del i att utveckla det hälsofrämjande. De har en avgörande roll eftersom det är där besluten fattas om vad hemtjänsten ska utföra. De är absolut viktiga, men det gäller också att titta på vad hemtjänsten gör och kan göra inom de givna ramar som de har för sina insatser. En fundering var hur ett mer flexibelt arbetssätt passar ihop med införande av IBIC (individens behov i centrum). IBIC ska leda till mer noggranna beslut och precisa beslut, betyder det att utrymmet minskar för att göra egna bedömningar utifrån behov? Men IBIC handlar också om att sätta upp delmål och diskutera med den äldre om hur man ska nå det. På det viset kan man skapa utrymme för att fylla på med insatser som man formar tillsammans.

Hälso-och sjukvård på säbo – rapporten kommer vara klar under våren. I nästa del kommer ett utvecklingsarbete genomföras på ett eller några säbon kring hur man kan arbeta mer förebyggande och hälsofrämjande. De äldre själva har lyft områden som måltider och aktiviteter på säbo som kan behöva utvecklas

Nestors reviderade **webbutbildning om fall** innehåller inte mycket ny faktakunskap men är uppdaterad och genomarbetad vad det gäller pedagogiken och interaktiviteten och med flera fallbeskrivningar. LSS är en ny målgrupp som utbildningen också vänder sig Allt om webbutbildningen finns på vår hemsida, och Seniorrådet kan gå in och använda den, gratis. Här är länken: <https://www.nestorfou.se/utbildning-2/gora-webbutbildningar/gora-webbutbildningar-agarorganisationer-ny/webbutbildning-om-fallprevention-minska-risken-for-fall/>

Materialet **”Rigga för samverkan”** som blev klar i höstas är bra, menade flera i rummet. Kan gärna spridas. Här är länk om ni vill ladda ner eller skriva ut: https://www.nestorfou.se/nestor_publicationer/rigga-for-samverkan/

Hur **nå ut med forskningsresultat och andra typer av resultat diskuterades**. En idé kan vara att hitta goda forskningskonsumenter i kommunerna, personer som är uppskattade och respekterade av arbetskamrater, de kan vara bärare av de nya kunskaperna. En annan idé var att starta forskningscirkel i kommunerna. Utifrån de frågor man vill ha mer kunskap om, får några i uppdrag att ta fram relevant kunskap och presentera för övriga. Gemensamt är att det är en utmaning att tillgängliggöra resultat från undersökningar och utvecklingsarbeten. Det gäller att kunna plocka ut de viktigaste budskapen för olika målgrupper. Något som Nestor kommer arbeta mer handfast med under året.

4. Diskussion - Seniorrådets uppdragsbeskrivning

I dagsläget finns ett välkomstbrev som skickas ut till nya Seniorrådsledamöter där det kortfattat står beskrivet vad man förväntas göra i rådet. Nestor har förslag på att ta fram en uppdragsbeskrivning, som tydligare förklarar uppdraget och förväntningarna. Vi tittade på förslaget tillsammans och diskuterade detta.

Punkter om vad Seniorrådet ska kunna bidra med är:

- Informera från sitt KPR: utmaningar, kommande aktiviteter och projekt
- Bidra med uppdragsidéer till Nestor samt tankar om hur vården och omsorgen om äldre kan förbättras, mer generellt
- I Senior-rådet ge Nestor återkoppling på projekt- och aktivitetsförslag presenterade av Nestor genom kritisk granskning, konstruktiv kritik och idéer
- I Senior-rådet diskutera konkreta frågor och i förekommande fall bistå med vägledning och kontakter till representerade brukarorganisationer under utformningen av projekt
- Informera om Nestors aktiviteter i det kommunala pensionärsrådet

Gruppen diskuterade att KPR i vissa kommuner heter andra saker (tex HPR), men det har ingen praktisk betydelse för Nestors arbete. Det viktiga för Nestor är att ni är utsedda i era kommunala eller regionala organ på ett officiellt sätt. Regionen har inte seniorråd utan pensionärsråd, det ska vi förtydliga i uppdragsbeskrivningen. Vi förtydligar också att det handlar om att man är utsedd av KPR eller motsvarande.

Vi ska lägga till att seniorrådets medlemmar också kan delta aktivt i projekt. Annat att uppmärksamma är att det behövs lokal samverkan och information om vilka aktörer i kommunen som deltar i Nestors projekt. Många gånger vet inte kommunen vilka projekt man är med i, sådan information får man ofta på Seniorrådet. Den informationen är tillagd i årets verksamhetsberättelse.

Gruppen menade att det är viktigt att lyfta fram att Seniorrådet ska vara rådgivande innan styrgruppen beslutar om projekt. Man vill inte bara vara informationsmottagare, som det är på vissa fall på KPR-mötena. Nestor behöver se över vårt årshjul och säkerställa att Seniorrådet kan komma in tillräckligt tidigt i processen inför start av projekt. Sedan tidigare har det varit vissa oklarheter kring vad man som representant i rådet ska informera om på Nestors möten: info om vad som händer i kommunen eller mer info om vad som sker i de lokala pensionärsorganisationerna. Kommer klargöras i samband med att uppdragsbeskrivningen blir känd för berörda.

Nestor skickar ut uppdragsbeskrivningen på remiss inför nästa Seniorrådsmöte.

5. Diskussion – hur kan vården och omsorgen förbättras utifrån ledande värderingar i ny socialtjänst om delaktighet, förebyggande och en kunskapsbaserad socialtjänst

Vad kan detta betyda i verkligheten? Gruppen fick välja ett av begreppen att diskutera. Det blev delaktighet och frågan gällde hur seniorers delaktighet främjas och inom vilka områden. Här är några exempel på vad som lyftes fram:

- inflytande finns i olika grad. Information mellan flera parter blir kommunikation
- delaktighet kan betyda att man frågar vad andra tycker, men sedan inte tar hänsyn till svaret. Det kan också betyda att man får vara med och bestämma vad som ska göras
- självbestämmande handlar om att man får bestämma själv inom vissa ramar, fritt självbestämmande betyder att man bestämmer helt själv
- viktigt att börja fundera och diskutera i god tid vad det innebär att bli pensionär/senior, hur livet förändras och vad man behöver ordna för sin ålderdom. Bra att börja redan vid 50–60 år
- viktigt också att involvera sina anhöriga, de kan längre fram i livet fungera som ombud, dvs de vet vad som kommer fungera för den äldre. Inte alla anhöriga är mogna eller intresserade av att diskutera sådana frågor.
- det kan handla om att förbereda sin egen pension bättre. Tex viktigt att fundera på bostadsfrågan.
- viktigt för barn och anhöriga och andra i samhället att diskutera ålderism, vad har vi för syn på personer över en viss ålder? Bra att prata ihop med seniorerna själva.
- säbo kommer bli ännu mer ett palliativt boende i framtiden, tror många
- vården och omsorgen kommer förändras mycket i framtiden, resurserna räcker inte till och alla behöver tänka i nya banor kring hur man ska klara sig och må bra i sin ålderdom.

6. Presentation av ny rapport ”Äldres användning av kommuners digitala information och tjänster” (Sara/Karin)

Karin Högstedt och Sara Cederbom från Nestor redogjorde för tredje delen av projektet om kommuners digitala information och tjänster. Denna del har fokus på seniorerna själva som användare. Bifogar pp-bilderna från deras presentation.

Många ville kommentera rapporten och dela erfarenheter från hemmaplan, här är några exempel:

- I Botkyrka bjuder man in till digitalträffar med ungdomar som lärare, I-paddar används. Inte så bra erfarenheter. För att man ska lära sig, behöver man hålla på med I-padden ofta, annars glömmer man. Använder Seniornet också.
- Pedagogiken viktig- finns inte alltid hos de digitala fixarna. Räcker inte med de tekniska kunskaperna.
- Samarbete mellan Södertörns kommuner borde kunna utvecklas när det gäller de digitala frågorna.
- Saknas ofta tillräckligt med kunskaper om hur det är att bli äldre hos dem som utvecklar digitala tjänster och information i kommunerna
- I Södertälje har omsorgskontoret en digitaliseringsgrupp, där tre personer från pensionärsorganisationer ingår. Där har man tagit upp Nestors rapporter inom ämnet. Man hoppas kunna vara med och påverka, lämna synpunkter.
- Det kan vara svårt att veta vilka sökord som ska användas när man vill åt information på kommunen. Tex medborgare, invånare, senior, äldre, pensionärsråd etc. Borde vara möjligt att ange fler ord för samma sak. Sökmotorerna skulle behöva utvecklas.

Slutligen fick vi ett tips om att ta kontakt med KTH för att höra mer om vad de gör i olika projekt som rör digitalisering.

7. Övriga punkter:

Under nästa möte ska vi ägna mer tid åt ett specifikt tema, som vi kan diskutera mer på djupet.

Aktuellt från Nestor:

- **Nestorcafé om ålderism 19 april** på Ingenjörshuset, Citykonferensen. Seniorrådet är välkomna! Inbjudan bifogas minnesanteckningarna
- Gemensam workshop med Styrgrupp, FoU-råd och seniorråd till hösten
- Nestor 20 år kommer firas i slutet på november.

Nästa Seniorråd äger rum **fredagen 2 juni kl. 10-12.**

Vid pennan

Helén Lieberman-Ram

helen.lieberman-ram@nestorfou.se