

## **SPF Seniorerna Blekingedistriktet**

### **Rapport från möte med Seniorgruppen KPR,KSR/ RPR- folkhälsoansvariga i Blekingedistriktet 7 oktober 2024.**

Närvarande:

Styrbjörn Gustavsson

Bengt Billemyr

Ulla Birgersson

Anita Cederqvist

Inger Ericsson

Ulla Andersson

Eva Holmberg, sammankallande

Förhinder:

Bertil Thomasson

Denna dag ställde vi kosan österut mot Karlskrona och kommunens tekniklägenhet VISBO. Bengt hade planerat ett besök för oss med seniorrådgivare Magnus Sandell. Vi välkomnades av Bengt utanför Vitus Elena där VISBO håller till. Lägenheten ger tillfälle att ta del av olika tekniska och smarta lösningar som kan underlätta vardagen för dig som senior. Magnus tog emot oss i lägenheten och visade oss olika hjälpmedel som finns för oss. Lägenheten är inredd som en bostad med bland annat sensorer som känner av om ytterdörren är låst, kaffebryggaren är avstängd och sladden till strykjärnet är utdragen. Vi fick också ta del av hjälpmedel som underlättar att ta på strumpor ( spec. stödstrumpor ,som kan vara svåra att ta på ), bära matbricka med en hand eller se i tittögat på ytterdörren vem som står utanför och vill komma in. Kändes tryggt och bra! Mycket av utrustningen som finns i lägenheten finns att köpa i vanliga affärer. Numera får man oftast köpa hjälpmedel på egen hand, men en del går att låna för att få prova en tid. Smart hjälp på toalett var mobilt handtag som går att fästa i kakelvägg utan att skada inredningen. Perfekt också att ta med vid besök hos barn eller vänner för att trygga att jag kan komma upp och ner från toalettstol utan annans hjälp!

Många lösningar för smart belysning fanns för att vara trygg då man går upp på natten ex. till toaletten. Fåtölj som hjälper dig att lättare komma upp på egen hand. Plus många fler smarta exempel! VISBO har öppet hus med jämna mellanrum så att du kan besöka och själv se och bedöma vad du kan ha nytta av. Måndag 14 okt. och 18 nov. är det öppet för allmänheten 10.00-12.00–13.00-16.00. Norra Smedjegatan 14 b, vån. 5. Ingång via entre Vitus Elena.

Du behöver inte anmäla dig. Gör ett besök, det finns mycket bra information och hjälpmedel vi kan göra vardagen enklare och säkrare med!

Höstens temafm. var vår nästa punkt sedan vi fått kaffe och fralla som Bengt fixat i husets trevliga uppehållsrum där vi fick fortsätta vårt möte.

Tisdagen 3 december inbjuder vi till en förmiddag på Soft center med *tema God och Nära vård*. Vår tanke var att få information från såväl region som kommun som arbetar med detta som syftar till att ge en personcentrerad och patientsäker hälso- och sjukvård med primärvården som nav som ska bidra till fortsatt omställning av hälso- och sjukvården. Målet med omställningen är att patienten får en god, nära och samordnad vård som stärker hälsan. Bakom projektet står SKR, Sveriges kommuner och regioner.

Målet var att bjuda in Annika Mellquist, hälso- och sjukvårdschef i Regionen som ansvarar för Nära vård arbetet. Annika var positiv till att vi är intresserade men svarar att regionen befinner sig i ett läge där politikerna har ett arbete framför sig att sätta regionens färdplan för omställningen till en god och nära vård. Hon menar att de personer i verksamheten som arbetar med detta behöver ha politikernas beslut i ryggen för att kunna ge en bra beskrivning av arbetet. Hon menar att de gärna kommer i vår då beslut är fattade. Vi håller oss redo till dess! Kommunens arbete får vi information om av förvaltningschefen i Ronneby Maria Appelskog som arbetat mycket med detta också tillsammans med regionens personal. Maria kommer att berätta för oss om det nationella omställningsarbetet "God och nära vård", på ett övergripande plan nationellt och i länet. Maria tar en av sina verksamhetschefer Karl Palm med som talar om omställningsarbetet på ett lite mer lokalt plan i Ronneby.

Annika hälsade att vi kommer att vara i goda händer tillsammans med Maria och hennes medarbetare!

Vi aktualiserade också *projektet ÅSKA- åldras i Sverige, - Kvalitet och Aktivitet. En studie av åldrandet och äldre personers delaktighet och aktivitet i samhället.*

BTH ( Blekinge tekniska högskola , institutionen för hälsa) har som vi tidigare nämnt bett seniorföreningarna i Blekinge ( SPF, PRO och SKPF ) om hjälp att delta i denna studie och göra en totalstudie på oss i dessa föreningar. Det innebär att de önskar att så många som möjligt av oss seniorer ska besvara den enkät som de kommer att skicka ut. Några kommer också att intervjuas framöver. Vårt arbete ligger nu i att försöka nå så många som möjligt av er och hoppas att ni är positiva till att besvara enkäten. Syftet är intressant tycker vi att de vill veta hur och i vilken utsträckning vi seniorer är aktiva och delaktiga i samhället. Tanken bakom är att vi har lång erfarenhet och kunskap som skulle kunna tas tillvara av samhället och som också skulle kunna ge oss större tillfredsställelse och kanske ett hälsosammare liv! Håll er uppdaterade och positiva då enkäten dyker upp! Blekinge är det första länet som inleder studien sedan följer de andra. Positivt att vi SPFare är med!

Nästa seniorgrupp blir 4 nov. i Karlshamn, Seniorernas hus.

Nu tittar solen fram och naturens alla färger sprakar efter ett antal regniga dagar!

Vid datorn 12 oktober 2024

Eva Holmberg