

Seniorvägledare

Ulrika Hellmo

Omvårdnadsförvaltningen



Seniorvägledare

- Förebyggande och uppsökande hembesök
- Använda information från medborgarna
- Hälsosamtal och ofrivillig ensamhet
- Bidra till utveckling för våra seniorer ex digital mentor, Digiguiden, Träffpunkter, förebyggande initiativ av olika slag.

Positiva framgångar för Falu Kommuns förebyggande arbetssätt

- Socialstyrelsen 2023 – Fallprevention
- Utskick till alla regioner och kommuner där Falun nämns som gott exempel
- Stöd till många kommuner i Sverige som vill jobba med uppsökande hembesök.
- Deltar som representant i olika hälsofrämjande nätverk

Statsbidrag ”Motverka och förebygga ensamhet bland äldre genom hälsosamtal”

Ska användas för att **starta, förbättra** eller **utöka** arbetet med hälsosamtal

- Studier visar att ensamhetsproblematiken är störst bland de allra äldsta. Hälsosamtal bör därför i en första fas riktas mot denna grupp.
- Fokus på de personer som för vilka det kan saknas etablerade kontakter för att fånga upp signaler om ofrivillig ensamhet
- Metod – Fallförebyggande projekt, utökning av frågor.

Behovsområden

- Transporter
- Digital mentor
- Flytthjälp, söka boende
- Kontakt person/ring grupp?
- Samtal efter dödsfall
- Anpassad dagverksamhet/grupp lättare kognitiv svikt

- Riktade aktiviteter för olika åldersgrupper, 67-100 år
- Fysisk förmåga – grupp träning
- Information från kommunen
- Volontär organisation

Personliga berättelser



”Det tyngsta är att ingen frågar efter mig. Finns jag?”

”Jag känner mig utesluten från samhället för jag klarar inte av att beställa biljetter från nätet!”



”Jag är mycket nöjd över vårt möte och önskar fortsatt kontakt. Denna dag är räddad.”



”Tänk att det finns piller mot allt men inte mot ensamhet”



”Min dotter hon vet nog inte om hur det är att bli gammal, hon förstår inte. Har fullt upp med sitt och är uppjagad jämt.”

”Min största önskan är att lägga mig och att inte vakna nästa dag”



”Önskar att flytta men orkar inte det längre. Har slagit det ur hågen”



”En vän hämtade mig och tog en biltur till Rättviks byar. Var underbart att se”



”Önskar grupper där jag får träna hjärnan med de som är i början av sjukdomen”



”Är mycket tröttare nu och jag har fått en ny personlighet jag inte känner igen”



”Nu vet vi vart vi vänder oss och vi väntar lite med hemtjänst”

Några reflektioner

- Erfarenhet visar att det ofta inte är tillräckligt att identifiera rätt aktiviteter, äldre kan behöva få ett **aktivt stöd** att etablera kontakt och komma igång med aktivitet.
- Flera berättar om svårigheter att ta initiativ till att medverka i aktiviteter. De önskar att **någon bjuder in** eller handgripligen tar med sig personen.
- Ibland är det inte nya möten eller gruppaktivitet som behövs, utan **ett förtroligt samtal** med någon som kan lyssna, ha god tid på sig och har rätt kompetens.

Förslag på åtgärder

- Utveckla verksamheten utifrån de behov som framkommit direkt från seniorerna.
- Verkställa det som nämnden fattat beslut om i Träffpunktsutredningen sept 2023
- Annonsera i "Lokalt i Falun"
- Har sökt statsbidrag för att prova Digital Mentor och mobila träffpunkter
- Använd och sprida info om Digiguiden som Falu Kommun har konto hos.
- Tänka nytt, våga prova och samverka mycket mer över gränserna!
- Volontär verksamhet, kan vi starta det? Har lämnat in ett skriftligt förslag till Förvaltningschef.
- Föreningsbidrag- kan fler föreningar rikta sig mot seniorer?

Reflektioner? Tankar? Frågor?



Fallprevention – en kostnadseffektiv åtgärd?

Hälsoekonomiska beräkningar av fallpreventiva åtgärder för äldre



Inspirationsruta: Falu kommun-Fallförebyggande hembesök med teambaserad kartläggning av medborgarens behov

I Falu kommun startades år 2018 ett utvecklingsarbete och en undersökning av metoden fallförebyggande hembesök med teambaserad intervju. Arbetsgruppen bestod av fysioterapeut, arbetsterapeut, distriktsköterska, dietist och biståndshandläggare. Arbetsgruppen diskuterade riskfaktorer för fall och sammanställde intervjufrågor utifrån de olika professionerna. Intervjufrågorna kunde sedan användas vid hembesök av arbetsterapeut ensam, vilket gjorde att information och åtgärder till personerna vid hembesöken omfattade flera professioners kompetens.

Hembesöken initierades med brevutskick åt personer i ordinärt boende som var 80 år eller äldre, därefter bokades hembesök in per telefon. Cirka 75 % av de kontaktade personerna svarade ja till ett fallförebyggande hembesök. En framgångsfaktor som identifierades i projektet var att inkludera ett fotografi på personen som utförde hembesöket i brevet, samt att följa upp med ett motiverande telefonsamtal.

Projektet utvidgades senare till att även omfatta projektmaterial med enklare fallförebyggande träningsprogram från Socialstyrelsen, samt att hembesök initierades till personer som ansökte om trygghetslarm. Ansökan om trygghetslarm kan ofta vara den första kontakten en äldre person har med socialtjänsten, vilket gör dessa personer till en bra målgrupp för att fånga upp personer med fallrisk tidigt. Ett år efter att denna förändring initierats kunde man konstatera att av personerna som fått trygghetslarm och ett kompletterande fallförebyggande hembesök så var det färre som avled och färre som hade behov av fler biståndsinsatser, jämfört med personerna som endast fått trygghetslarm.

Vad leder hembesöket till?



Stor nöjdhet, **ökad trygghet** och **ökad riskmedvetenhet**

Nästan samtliga har **gjort sitt hem säkrare**

(T.ex. halk-skyddat, ökat belysning, köpt hjälpmedel på hjälpmedelsshopen)

Flera uppger **ökad aktivitetsnivå** efter hembesöket

(t.ex. promenerar mer, gör övningar, går på gymnastik)

Flera uppger att de efter hembesöket tagit **nödvändiga**

kontakter med vården (t.ex. vårdcentral, hörcentral, syncentral)

Inga fallolyckor efter hembesöket

Ofrivillig ensamhet

”Tänk att det finns piller mot allt men inte mot ensamhet”

”Det tyngsta är att ingen frågar efter mig – finns jag?”

”Min dotter hon vet nog inte om hur det är att blir gammal, hon förstår inte, har fullt upp med sitt”