

Omsorg i utveckling – framtidens äldreomsorg i Storumans kommun

STORUMANS KOMMUN VÄRDESÄTTER SENIORER OCH ALLA SOM TAR HAND OM DEM



Främja inkludering och sociala kontakter

Stödja anhängivårdare

God information

Stödja äldre att behålla sina förmågor

Bidra till ökad självständighet

Använda våra anställdas hela kompetens

PREHABILITERING: att arbeta preventivt mot ohälsa och med rehabilitering från olyckor eller sjukdom

BOENDE

Lägenheter anpassade för äldre
Information om boendefrågor och tekniska hjälpmedel

ÄLDREKLUBBEN

Aktiviteter för äldre och anhängivårdare
Gruppaktiviteter med fokus på rehabilitering

OMSORGSPLANERING

Bättre beredskap för att möta behovet av omsorg
Rådgivning och stödnätverk för anhängivårdare

ARBETSPLANERING

Trygg ärendehantering med en individuell kontaktpunkt
Mer tid för hemtjänstpersonal att interagera med brukare

DIGITALISERING

Använda digitala verktyg för bättre hälsa och omsorg
Utveckla personalens digitala kompetens

STORUMANS KOMMUN: EN BÄTTRE ARBETSPLATS

Säg vad du tycker: skriv till patrik.nilsson@storuman.se eller delta på våra seminarier i februari och mars 2022.

Projektet Storuman Cares 2050 – en ny äldreomsorgsplan

Bakgrund

Projektet - Storuman Cares 2050 - startade i april 2021. Syftet var att identifiera och föreslå alternativ för att utveckla äldreomsorgen i kommunen. Planeringen behöver ta hänsyn till en åldrande befolkning och en befolkning som bor inte bara i de största tätorterna Storuman och Tärnaby, utan även i många mindre byar. Projektet utformades för att:

- Uppskatta hur efterfrågan på äldreomsorg kommer att förändras mellan 2020 och 2050.
- Tydliggöra behovet av äldreboenden och hur kommunen ska hjälpa människor att hitta bostad.
- Identifiera aktiviteter inom hemvård och äldreomsorg som kan förbättra vårdkvaliteten och hjälpa till att hantera de långsiktiga vårdkostnaderna.

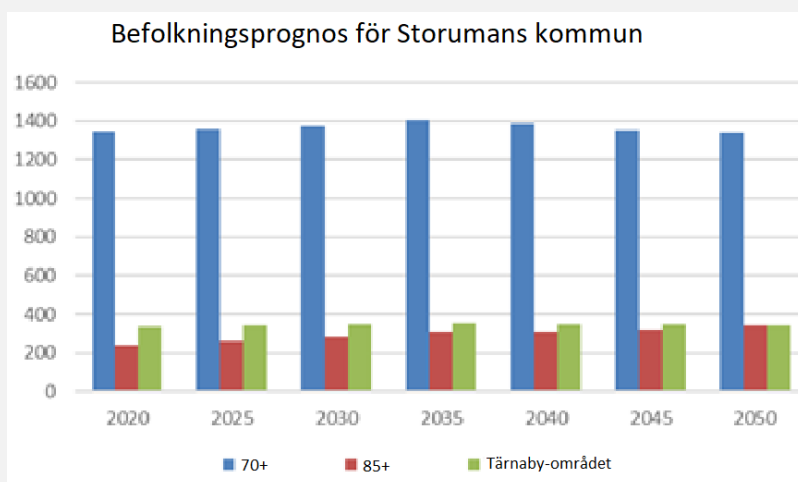
Projektet har analyserat data om de äldre i kommunen och deras användning av vårdtjänster. Idéerna kommer från en genomgång av vetenskaplig forskning om äldreomsorg på landsbygden, etablering av en internationell expertgrupp (Äldreomsorg på landsbygden (ACRA) och samråd inom kommunen och med samhällsgrupper som är intresserade av och engagerade i äldreomsorgsfrågor.

Planen innehåller en filosofi för äldreomsorg och en uppsättning aktiviteter som kan bidra till att uppnå målsättningarna. Vi vill nu ha synpunkter och inspel på filosofin och föreslagna aktiviteter, samt idéer till andra aktiviteter som du tror kan förbättra äldre personers välbefinnande.

Efterfrågan på äldreomsorg

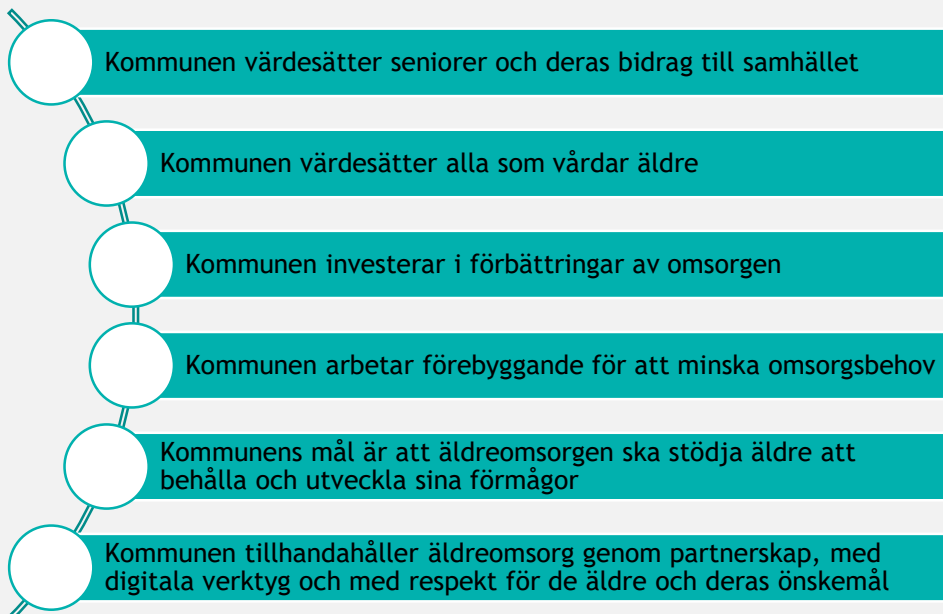
Storumans kommun är en utmanande miljö att bedriva äldreomsorg i. Mer än 15 % av befolkningen är 70 år eller äldre. Över 40 % bor i små byar som ofta är avlägsna från hälso- och sjukvårdstjänster. Enligt Statistiska Centralbyrån (SCB) bodde nästan 1300 personer som var 70 år eller äldre i kommunen år 2020. Befolkningen år 2050 kommer att vara ungefär densamma, men det kommer att finnas fler personer över 85 år och en något större befolkning i Tärnabyregionen.

Med vår nuvarande modell för att bedriva äldreomsorg skulle effekterna av denna åldrande befolkning leda till krav på cirka 30 - 40 nya äldreboendeplatser. Att förbättra hälsostatusen, förändra hälsotekniken och samhällets attityder till omsorgsboende och god och nära vård innebär dock att särskilt boende i nuvarande form inte med självklarhet är det enda och bästa alternativet för framtidens äldreomsorg. Vi behöver erbjuda alternativ till särskilt boende och hjälpa människor att leva självständigt så länge som möjligt.



En ny äldreomsorgsfilosofi - prehabilitering

Projektet Storuman Cares har tagit fram ett förslag till äldreomsorgsfilosofi för kommunen. Filosofin innebär att äldreomsorg inte bara handlar om tjänster för människor som redan är sjuka eller sköra. Det handlar om att förbättra alla äldre invånares hälsa och välbefinnande. Vi kallar filosofin "prehabilitering", som är en blandning av de orden prevention (förebyggande) och rehabilitering. Prehabilitering har sex nyckelvärden:



Sex målsättningar hjälper oss att förverkliga denna filosofi:



Insatser

Projektet Storuman Cares 2050 föreslår aktiviteter som kan bidra till att nå målen inom följande områden: boende, dagverksamhet (Äldreklubben), omsorgsplanering, arbetsplanering och digitalisering.

Gemenskapsboende

Projektet har producerat ett separat dokument som innehåller mer detaljerad information om rekommendationer för äldreboende. Sammanfattningsvis ger kommunen för närvarande äldreomsorg till personer som bor i eget boende (hemtjänst) eller bor på ett äldreboende (särskilt boende). För många människor ger dessa alternativ inte alltid den optimala miljön för självständigt boende och god vård. Många privata hus (särskilt i de mindre byarna) är dåligt utformade för äldre att bo i, även om de inte behöver den dygnetruntvård som tillhandahålls på ett särskilt boende.

Vi rekommenderar ett "tredje alternativ" för bostäder, lägenheter som är utformade speciellt för äldres behov men integrerade med samhället. Det kan kallas för "gemenskapsboende". Detta skulle innebära att ha några lägenheter på bottenvåningen i ett större lägenhetshus tilldelat för äldre människor att hyra. Lägenheterna i resten av huset kan hyras av vem som helst. Lägenheterna som tilldelas äldre har vårdteknik inbyggd, och ett hemvårdsteam kan vara baserat i lägenhetshuset. Det finns gemensamma ytor som främjar social interaktion (med alla boende i huset), men lägenheterna är helt fristående, vilket möjliggör integritet och ökad tillgång till vård när vårdbehoven ökar. Lägenheterna kan vara belägna var som helst i kommunen (och kan etableras på flera platser), men de måste ha nära till affärer och fritidsaktiviteter. Projektets beräkningar pekar på en möjlig efterfrågan på 15-20 sådana här lägenheter inom kommunen.



Gemenskapsboendet SällBo, Helsingborg

Projektet rekommenderar också att kommunen tar ett mer proaktivt grepp för att hjälpa människor att bedöma sina bostadsbehov och planera för att säkerställa att de har lämpliga bostäder när de blir äldre. Det skulle innebära att man gör bostadsplaner för boende över 70 år (som uppdateras vart femte år) och tillhandahåller en informationstjänst som berättar för människor om teknik och renoveringar som kan göra deras egna hus bättre att bo i.

Källor: Den här bilden och mer information om SällBo-projektet finns hos

- Arroyo, I., Montesino, N., Johansson, E., & Yahia, M. W. (2021). Social integration through social connection in everyday life. Residents' experiences during the COVID-19 pandemic in SällBo collaborative housing, Sweden. *Archnet-IJAR: International Journal of Architectural Research*.

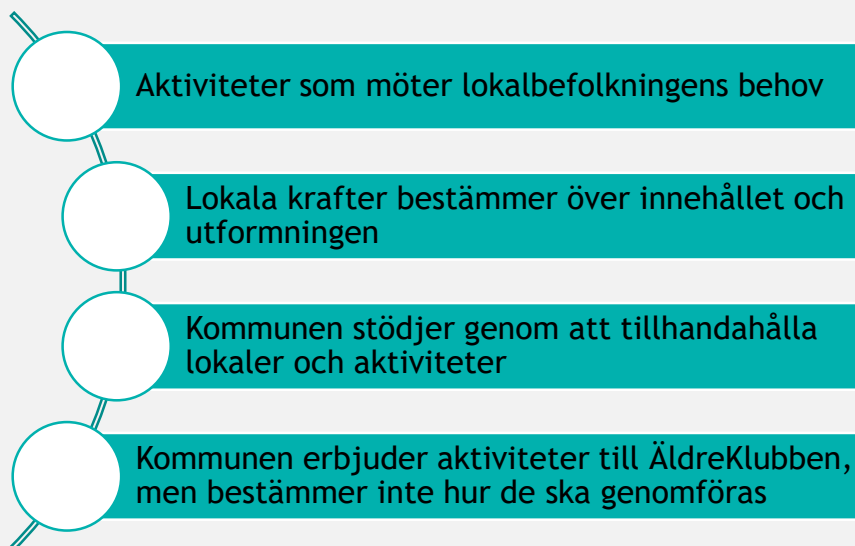
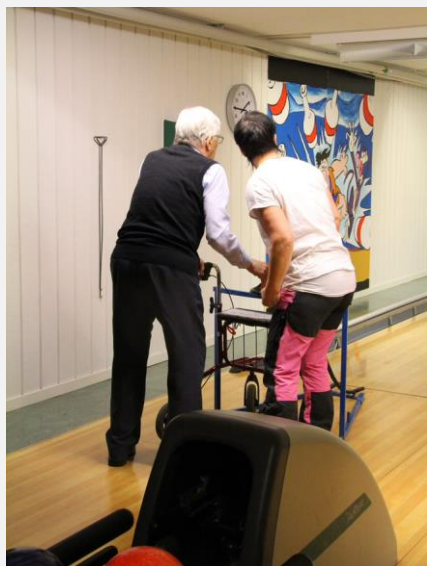
- Liu, J., Bengtsson, B., Bohman, H., & Staffansson Pauli, K. (2020). A system model and an innovation approach toward sustainable housing renovation. *Sustainability*, 12(3), 1130.

ÄldreKlubben

Det finns ett behov av att skapa fler möjligheter till social interaktion och gruppaktiviteter för äldre. Projektet rekommenderar en etablering av "ÄldreKlubben", en organisation som ska bidra till att tillhandahålla dessa gruppaktiviteter. ÄldreKlubben kan innehålla ett antal specifika platser som rymmer sociala aktiviteter, ger information om vårdtjänster och har mötesrum för vårdpersonal. Det kan också finnas en mobil ÄldreKlubben som kan besöka mindre byar.

ÄldreKlubben kommer inte bara att öka det sociala samspelet för äldre som ofta har begränsade möjligheter att lämna sina hem, utan också ge avlastning för anhörigvårdare och en plats där vårdare kan träffas och stötta varandra.

ÄldreKlubben ska stödjas av kommunen, men innehållet i verksamheterna ska beslutas av äldre och deras anhöriga och vårdare. Kommunen stödjer föreningar eller andra samhällsgrupper som vill ha ÄldreKlubben-verksamhet, var som helst i kommunen. Stödet kan omfatta att ge tillgång till en lokal och hjälpa till att utveckla en verksamhetsplan. Varje ÄldreKlubb kommer att utformas för att möta lokalbefolkningens behov och arbeta med kommunen på olika sätt. De kan helt enkelt börja som en plats där volontär- eller samhällsgrupper kan driva sina egna aktiviteter (som bygdegårdar) och sedan utvecklas för att ha en informationsdisk, hålla informationsmöten som tillhandahålls av kommun eller vårdpersonal, eller driva ett antal organiserade aktiviteter.



En aktivitet som kommunen ska erbjuda ÄldreKlubben är gruppterapier. Dessa kan vara fysiska terapier (som kan vara förebyggande övningar, terapier för att hantera artrit, eller återställa rörelseförmåga efter en olycka eller sjukdom) eller psykologiska terapier (som minnesterapier eller mental träning för att hjälpa till att förebygga eller bekämpa demens). Gruppterapier kan hjälpa individer att hålla sig till sina personliga rehabiliteringsplaner. De ger socialt stöd samt fysisk och mental stimulans. De hjälper också omsorgspersonal (formella och informella vårdare) att lära sig att övervaka individuella terapi- och rehabiliteringsplaner.

Omsorgsplanering

Vi rekommenderar att man genomför en förbättrad planering för både äldres och anhörigvårdares behov. Det finns en rad verktyg för att hjälpa till med vårdplaneringen, varav många har utvecklats eller testats i Sverige. Dessa omfattar bland annat:

- Bostadsplaner som kan innehålla en del enkel "vårdbehovsplanering" kring hur och var vård ska kunna ges (och i vilken typ av bostäder).
- Proaktiv omsorgsplanering. Detta hjälper kommunen att skaffa sig information om omsorgsbehovet innan det faktiskt uppstår. Det kan också användas för att uppmuntra äldre att engagera sig i hälsofrämjande aktiviteter (kost, fysisk och psykisk träning) som kan innefatta att gå med i Äldreklubben.
- Planering inför livets slutskede. Det handlar om att tänka på hur de sista dagarna i livet ska hanteras (en "sista vilja") och se till att rättsliga och finansiella frågor är i sin ordning.

Planering för äldre sker vanligtvis med deltagande från den familj eller de vänner som kommer att spela en roll i att ge vård och interagera med kommunens personal. Det finns verktyg som utvecklats i Sverige för att hjälpa informella vårdgivare att bestämma vilken roll de vill spela i vården och vilket stöd de tror att de kommer att behöva. Planering för vårdgivare bör ske med stöd av ett vårdnätverk, som kan vara virtuellt och/eller fysiskt (och en del av Äldreklubben, till exempel).

Det bör finnas rådgivning för anhörigvårdare för att hjälpa dem att fatta beslut om sina egna roller. Rådgivning och behovsplanering för vårdare har visat sig fördröja inflyttning till äldreboenden och håller äldre friskare längre. Det minskar också risken för att vårdare själva upplever dålig hälsa eller utbrändhet.

Arbetsplanering

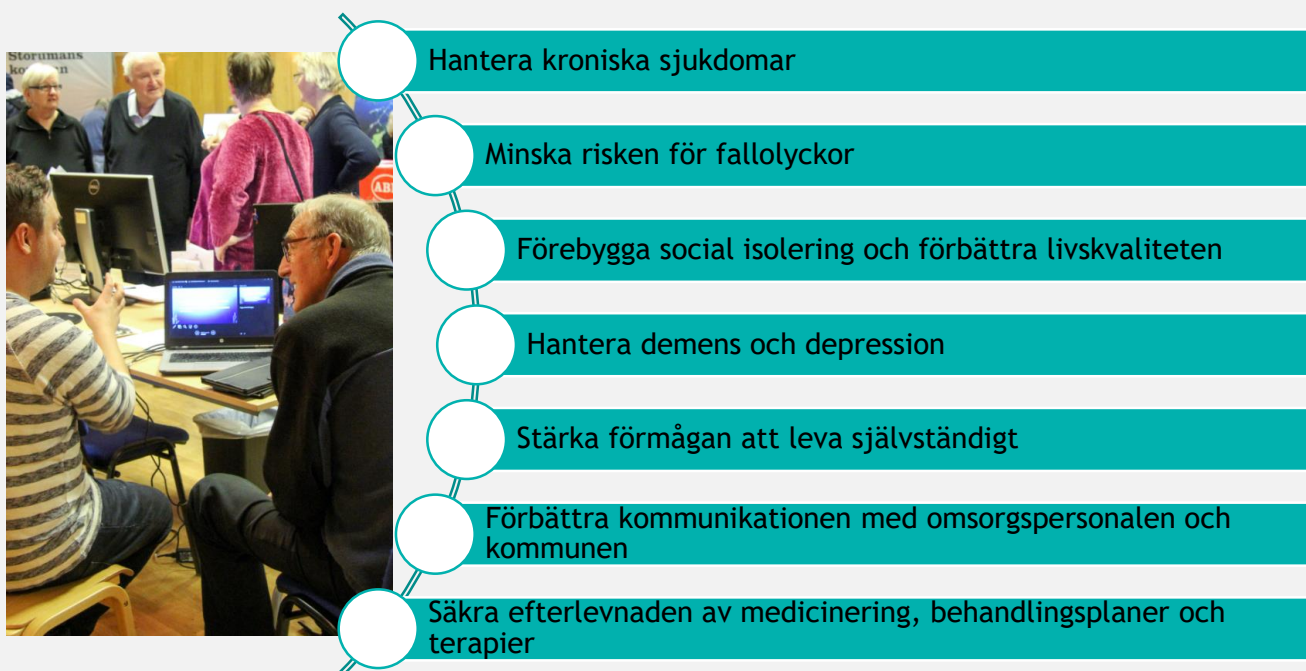
Storuman Cares vill ge vår personal större frihet att stödja brukare. Det första steget bör vara att *få besöket att räknas* – när - till exempel - hemtjänstpersonal kommer på besök ska det finnas tid för social interaktion med brukaren, möjlighet att kontrollera deras sociala välbefinnande och diskutera hur väl deras vårdbehov tillgodoses. Alla personal kan spela en roll i att utveckla kontakten mellan individen och kommunen. Personalen kan också utveckla nya kompetenser, bland annat genom att hjälpa till med gruppterapier och hjälpa brukare att följa sina rehabiliterings- och terapiplaner.

Närmare relationer mellan omsorgens brukare och kommunen kommer också att byggas genom ett nytt förhållningssätt till ärendehantering – där varje användare kommer att ha en enda kontaktpunkt inom kommunen som ansvarar för sina vårdplaner och kan svara på eventuella frågor som brukaren har.

Ärendehantering är särskilt viktigt när en äldre person behöver uppsöka sjukhus (sjukstuga eller sjukhus i Lycksele eller Umeå). En tydlig strategi för hantering av dessa ärenden kommer att förbättra samordningen av överföring av personer från sjukhus till hemmiljö. Här är ansvaret inte bara att hjälpa brukaren att återvända hem och följa sin vårdplan efter sjukhusvistelsen, utan också att arbeta med kommunens personal för att säkerställa att den äldre personens levnadsvillkor och lokala kompetenser inom vård och omsorg redovisas på sjukhus inför hemplaneringen.

Digitalisering

Äldreomsorgen i världen genomgår en digital omvandling på grund av förbättrad teknik, ökad förtroendet med att använda digital teknik (för både vårdanvändare och vårdpersonal) och behovet av att kompensera för bristen på kvalificerad vårdpersonal. Storumans kommun är en bra plats för att använda digitala verktyg för äldreomsorg, med mycket god digital infrastruktur och erfarenhet av att använda digital teknik inom hälsa och omsorg, inklusive Virtuella hälsorum (VHR) i Slussfors och Gunnarn. Storumans Cares stödjer kommunens implementering av projektet Digitalisering i vården och att det är viktigt att förbättra hur vi använder digital teknik för att:



Vi föreslår två initiativ för att starta den digitala omvandlingen:

Seniorernas informationstjänst (SIS) – Det finns ett behov av bättre information online för äldre och informella vårdgivare. En seniorinformationstjänst ska komplettera de informationstjänster som tillhandahålls via Äldreklubben. SIS bör använda principer för bästa praxis för webbdesign och ge information specifikt om äldreomsorgen i Storumans kommun. Den ska hjälpa människor att hitta mer allmän information om hälsotillstånd och gott åldrande. Det bör också finnas interaktiva inslag som gör det möjligt för vårdanvändare att kontakta kommunen för information som de inte kan hitta om SIS.

VHR i bilen – Vår personal har viss erfarenhet av att använda de virtuella hälsorummen (VHR, även kallade samshallsrum) i Slussfors och Gunnarn. Dessa rum har teknik som gör det möjligt för människor att göra enkla hälsomätningar (blodtryck och så vidare) och att kommunicera med hälso- och sjukvårdspersonal. De flesta av dessa tekniker kan användas i vårdanvändarnas egna hem och kan transporteras mellan användare av vår hemvårdspersonal. Att göra VHR mobilt kommer att ge ökad tillgång till dessa tekniker och hjälpa våra sjuksköterskor och terapeuter att övervaka patienternas framsteg.

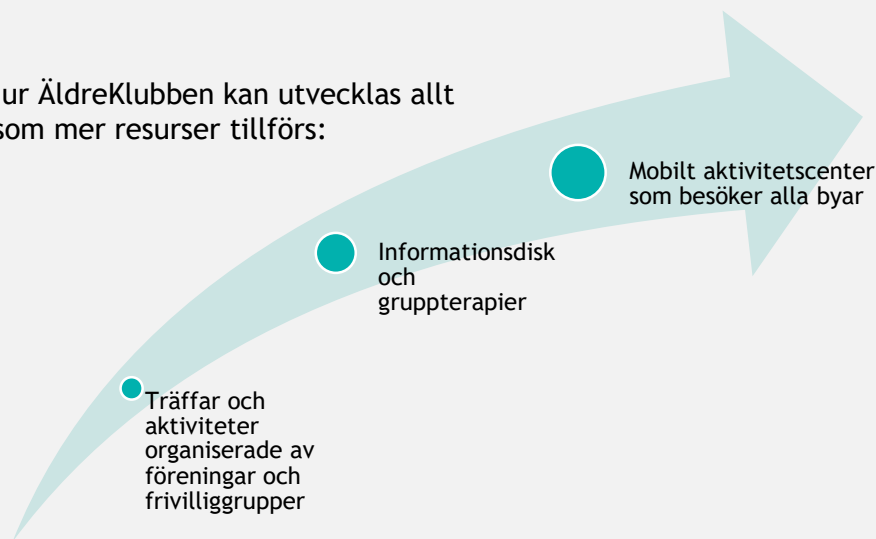
Storumans kommun – en bättre arbetsplats

Framgången för alla av projektets förslag kommer att vara direkt beroende av vår förmåga att rekrytera, behålla och stödja all vår personal inom vård och omsorg. Genom att förändra vårt sätt att arbeta och hur vi vårdar måste arbetet i Storumans kommun göras mer attraktivt och givande. Tillsammans med denna plan för att förbättra vårdtjänsterna utvecklas också en plan för att hantera rekryterings- och bemanningsfrågorna. I slutändan är målet att det ska ges fler möjligheter för arbetstagare att använda sina färdigheter och utveckla nya färdigheter, att vara aktiva deltagare i vårdplanering och att vara stolta över den vård och omsorg de levererar.

Genomförande

Projektet Storuman Cares 2050 har föreslagit en vision för äldreomsorgen, med många potentiella aktiviteter för att stödja den visionen. En del av aktiviteterna kan genomföras med befintliga resurser och personal och kan genomföras relativt omgående. Vissa aktiviteter är inte svåra att genomföra, men behöver nya resurser. Och vissa aktiviteter kommer att kräva betydande resurser och en lång tid att genomföra. Om vi tillsammans mellan kommunorganisation, invånare och politisk ledning kommer överens om värdet av visionen ska vi inrätta ett implementeringsteam för att direkt börja genomföra åtgärder, och för att fastställa och säkra de resurser vi behöver för långsiktig förändring. Det kommer att skapas en webbplats som visar hur arbetet fortskrider, och du kommer att kunna kommentera vad vi gör via den webbplatsen.

Ett förslag på hur Äldreklubben kan utvecklas allt eftersom mer resurser tillförs:



Säg vad du tycker!

Projektgruppen för *Storuman Cares 2050* kommer att presentera denna plan genom möten under februari och mars 2022. Vid dessa möten kan du lämna dina synpunkter direkt till oss. Vi kommer också att arrangera möten med föreningar och intresseorganisationer.

Du kan komma i kontakt med oss för att boka ett möte eller direkt lämna dina synpunkter på adressen patrik.nilsson@storuman.se.