

115, Åldersvänlig bygd Vingåker, transkribering

Intro:

Senioren är ju i fokus och sen är det ju många delar som behöver samverka för att stärka seniorerna. Det är civilsamhälle, näringsliv, det är personliga nätverk och det är offentliga verksamheter.

Poddmusik

Lena

Hej och välkommen till FoU-podden! Det här avsnittet spelas in på en spridningskonferens med projektet Ekosystem för en åldersvänlig bygd. Jag som gör podden heter Lena Stenbrink och i det här avsnittet så kommer ni att få höra både arrangörer och deltagare på konferensen. Med mig just nu är Anna Åkerberg, Jan Norberg, Camilla Andersson och Johanna Eliasson. Varmt välkomna!

Vi börjar med att ni får presentera lite noggrannare.

Anna

Anna Åkerberg heter jag. Jag är forskningsledare på FoU i Sörmland.

Johanna

Johanna Eliasson, huvudprojektledare för ekosystem för en åldersvänlig bygd, jobbar på Vingåkers kommun.

Camilla

Jag heter Camilla Andersson. Jag är delprojektledare i projektet Ekosystem för en åldersvänlig bygd och arbetar i Vingåkers kommun där.

Jan

Jag heter Jan Norberg och jobbar som forskningsledare i FoU i Sörmland.

Lena

I dag ska vi prata om hur har gått med projektet Ekosystem för en återställning bygd. Så börjar med att berätta Varför har ni den här konferensen idag?

Camilla

Vi har den här konferensen i dag för att samla projektets resultat och erfarenheter och knyta ihop säcken och också hitta riktningen framåt i det fortsatta arbetet i omställningen.

Lena

Vi har ju tidigare spelat in ett avsnitt om åldersvänligt Vingåker. Det var nummer 104 och där berättar ni om hur det låg till då i projektet. Och hur har det gått med allting? Och vad är det som händer nu?

Johanna

Ja, sen vi var med i podden senast så har vi även jobbat mycket med att implementera de digitala lösningarna inom hemtjänsten i staden.

Vi har också involverat civilsamhället mer för att medvetandegöra dem om hur de kan bidra till en åldersvänlig bygd. Vi har också i kommunen jobbat fram en strategi för att säkra att det här arbetet vi gör i projektet även fortsätter framöver. Och Vingåkers kommun har också gått med i Världshälsoorganisationens globala nätverk för åldersvänliga städer och samhällen.

Lena

Vilka är det i första hand ni vänder er till i det här projektet helt enkelt?

Camilla

Det här projektet syftar till att möta den demografiska utvecklingen genom piggare och friskare seniorer och förändrade arbetssätt inom äldreomsorgen. Vi riktar oss till en ganska bred målgrupp, men senioren är ju i fokus och sen är det ju många delar som behöver samverka för att stärka senioren.

Det är civilsamhälle, näringsliv, det personliga nätverk och det är offentliga verksamheter och inte minst de olika förvaltningarna i den kommunala organisationen.

Lena

Så även om det är seniorer som är själva målgruppen så är egentligen hela samhället inblandat kan man säga.

Johanna

Precis så är det.

Lena

Okej, och Anna och Jan från FoU i Sörmland ni också här. Vad kommer det sig?

Anna

Vi kom med i fas tre implementering fasen och vår roll har väl främst handlat om informationsspridning för vi är ju spindeln lite i nätet ute i länet och vi har också haft lite erfarenhetsutbyte med projektet här. Vad som är på gång både på FoU och ute i länet och utbytt information. Sedan har vi också bidragit med vetenskaplig kompetens, då främst med den här uppgiften som vi har fått att söka information om några forskningsområden.

Lena

Kan du berätta lite mer om det, Jan?

Jan

Ja, det har varit lite olika forskningsområden. Till exempel var det fysisk aktivitet. Det har handlat om social aktivitet. Det har handlat om volontärer och det handlat om fristående organisationer och det också varit lite om fallprevention.

Lena

Och vad är det ni har gjort?

Jan

Vi har gjort en informationssökning om de olika områdena och presenterat vilken forskning det finns inom de områden.

Anna

Som vi har levererat en rapport till projektet en skriftlig rapport som vi också har presenterat muntligt och så. Vi har också presenterat här idag på konferensen då.

Lena

Och alla de här sakerna som Jan rabblade upp nu har de visat sig vara viktiga för äldres hälsa?

Johanna

Ja, men det har ju visat sig vara jätteviktigt och för oss i projektet har vi hela tiden utgått från seniorernas behov som är ju att kunna delta i fysiska och sociala aktiviteter. Men vi vill ju också veta att det ger en bra effekt och ha belägg för det. Och det är ju svårt att mäta. Men att genom de här litteratursammanställningarna så har vi kunnat se att det vi gör kommer att ge en god effekt på lång sikt. Vi är jättetacksamma för det.

Lena

Ja, det här är ju då ett väldigt stort projekt så att jag tänker att det måste ju varit en hel del utmaningar. Kan ni berätta lite om dem?

Camilla

En av de viktigaste sakerna vi har jobbat med i projektet är ju förändrade arbetssätt och att få verksamheter och medarbetare att driva förändring och engagera sig är ju en av de utmaningar vi har jobbat med och där har vi jobbat mycket genom att prata om behov och bakgrund och förståelse för varför gör vi det här och hur ser ni att vi kan lösa det tillsammans?

På det sättet har vi hanterat mycket av det motstånd som har funnits i organisationen. En annan utmaning är ju det här med stuprör mellan olika verksamheter och mellan olika organisationer där vi också har fått jobba en del för att hantera det.

Lena

Men jag antar att det har lett till bra saker ändå. Kan ni berätta lite om det projektet har lett till faktiskt?

Johanna

Ja, men i dag har vi ju ett mer tillgängligt utbud av aktiviteter för seniorer. Det finns tillgängligt via en ny seniorportal. Vi har också gjort utbudet tillgängligt via foldrar för dem som inte har möjlighet att ta del av digital information. Vi har också en digital vägledare som vi har testat olika former för under projektets genomförande. Alltså en person som är anställd av kommunen för att stötta seniorer i digital teknik just för att möjliggöra att kunna ta del av information. Och så har vi även ny teknik inom hemtjänsten som möjliggör mer effektiva arbetssätt, frigör tid för personalen och ger en högre kvalitet för omsorgstagarna.

Lena

Har ni även fått återkoppling ifrån själva målgruppen och hur de ser på det hela?

Camilla

När det gäller läkemedels automaterna, till exempel, som är en av de lösningar som vi har infört inom äldreomsorgen, så har några av de som har fått dem visat väldigt stor uppskattning. Man tycker det är väldigt skönt att klara sig själv. Anhöriga har tyckt att det är väldigt skönt att kunna få vara ifred hemma. Det är ett exempel på vad man har återkopplat om projektet.

Vi har också Bubblan, den här digitala kommunikationsplattformen där man från flera håll har sagt att ja men bubblan, den har gett mig livsgnistan tillbaka. Och man tycker att de samtalsgrupper som man är med i är oerhört värdeskapande, väldigt värdefulla. Så just att man får vara del i ett socialt sammanhang även om man kanske isolerade i sitt hem.

Johanna

När man tänker att En viktig del under hela projektet är ju att vi har jobbat nära målgruppen och just invärderat innan de till exempel har fått vara med i en samtalsgrupp i bubblan så har vi ställt några frågor Hur är din situation i dag? Och även gjort uppföljande frågor hur de uppfattar det efteråt.

Och då har vi fått sån här fin respons som Camilla här beskriver, Så är några exempel på hur vi har jobbat för att hela tiden utvärdera de små insatser som blir stora effekter för den enskilda individen.

Anna

Och de fanns ju representerade i då också på erfarenhets konferensen så det var jätteroligt att de var här och tog del av allt och bidrog.

Lena

Nu tog ju själva projektet slut vid årsskiftet, men hur kommer arbetet gå vidare?

Johanna

Vi har ju tagit fram en mängd resultat från projektet och det vi har tagit fram finns ju också mottagare i den kommunala organisationen så det är ju ett sätt. Vi har också som jag nämnde tidigare, en långsiktig strategi för hur Vingåker ska fortsätta omställningen till en åldersvänlig bygd.

Arbetet på är inte slut bara för att projektet är slut, utan det här behöver ju fortsätta jobbas med. Och konkret så har vi nya arbetssätt inom hemtjänsten där ett antal nya tekniker finns nu. Så här ligger fokus på att breddinföra det här. Vi har också en rekrytering som pågår för en ny tjänst som heter Samordnare för åldersvänlig bygd som ska jobba vidare med de här övergripande frågorna.

Och en viktig sak är att vi håller på att etablera en träffpunkt på i Vingåker som ska bli en samlingspunkt för seniorer som vi bygger upp i kommunen tillsammans med de tre pensionärsföreningarna där det ska finnas öppna aktiviteter för alla seniorer att kunna ta del av. De ska också kunna finnas information om vad jag kan göra i Vingåker eller hur jag kan främja min egen hälsa. Så det är några saker så att det kommer att fortsätta.

Lena

Ja, om man nu vill veta mer än vad vi har sagt. Var kan man hitta mer information?

Johanna

Jo, det är ju på Vingaker.se/aldersvanligbygd. Där finns information om projektet. Sedan har vi även skapat den här seniorportalen. Där finns ju hela projektets summerade resultat förpackat till seniorer och det är vingaker.se/senior.

Lena

Är det någonting annat som ni känner att vi har missat, som ni vill lägga till?

Johanna

Ja men, den här omställningen till en åldersvänlig bygd. Det har ju varit ett fantastiskt arbete och vi har ju fått medel genom Vinnovas program för utmaningsdriven innovation och vi har jobbat, Vingåkers kommun, i samarbete med flera projektparter där varit privata aktörer, civilsamhälle och akademi som tillsammans jobbat med det här och tillsammans med seniorerna och tillsammans med det lokala civilsamhället. Och det är det som gör styrkan i det.

Lena

Men tack så hemskt mycket för ni vill vara med! Nu tar vi och lyssnar på vad deltagarna på konferensen har att säga.

Deltagarintervju 1: Kjell Stenberg och Anna Magnell

Lena

Hej, Vem är du?

Kjell

Jag heter Kjell Stenberg och jobbar i Vingåkers kommun.

Lena

Och vem är du då?

Anna M

Jag heter Anna Magnell och jobbar också i Vingåkers kommun.

Lena

Vad kommer det sig att ni är på den här konferensen i dag?

Anna M

Jag jobbar som välfärdsteknik i Vingåkers kommun och jag har medverkat och varit aktiv i det digitala ekosystemet.

Kjell

Och jag jobbar idag som digital vägledare i kommunen och är också med i vårt stora projekt och ekosystemet för en åldersvänlig bygd.

Lena

Vad innebär det att vara en digital vägledare?

Kjell

Det är att hjälpa till med det digitala, med telefoner, datorer med mera. Jag har tre platser som jag besöker varje vecka då man får komma utifrån och få hjälp med sin telefon helt enkelt. För det är ju så vi får en äldre befolkning. Man har svårt med det digitala och då sitter jag där och hjälper till med telefoner och så.

Lena

Det låter jättebra! Anna vilken roll har du haft i det här projektet just nu då?

Anna M

Min roll i projektet har varit att ta fram digitala trygghetslösningar och hjälpmedel i hemmet till exempel.

Lena

Till exempel, vad skulle det kunna vara?

Anna M

Trygghetslarm, GPS larm, medicinautomater, fallarm?

Lena

Vad tänker ni är det viktigaste som det här projektet Ekosystem för en åldersvänlig bygd har bidragit till?

Kjell

Vi har nog börjat tänkt på ett annat sätt för att klara av framtiden med det här med att vi blir färre och färre som jobbar och fler och fler som blir äldre. Och jag har ju också jobbat i projektet med den här bubblan. Det är ju en kommunikationsplatta som vi jobbar med också då.

Lena

Ja, jag har hört om den här bubblan tidigare, men hur långt har det kommit nu med den?

Kjell

Ja, vi har olika samtalsgrupper där vi har en samtalsledare och sen fyra till fem deltagare som träffas typ en gång i veckan. Då. Och det är människor som sitter ensamma hemma, kanske inte kommer ut utanför lägenheten eller huset då. Så Bubblan tror jag betyder väldigt mycket för många och det är något vi kommer satsa på i framtiden också, efter projektet.

Lena

Är det utifrån speciella ämnen eller är det bara fritt de möts?

Kjell

Det beror väl på gruppen för det är så olika personer. En grupp har väldigt strikta teman varje gång och en annan grupp, de pratar om allt mellan himmel och jord. Så det är så väldigt olika.

Lena

Och vad tänker du då Anna?

Anna

Jag tänker att engagemanget att inte göra skillnad på ålder eller funktionshinder eller funktionsnedsättning samt att vi har sett en lösning på alla behov och att låtit dom vara delaktiga i livet. Det har varit det största som vi har bidragit med tycker jag.

Lena

Så skulle du säga att Vingåker har blivit mera åldersvänligt?

Anna M

Det skulle jag absolut säga. Det finns så mycket människor här som vill så väl för dom äldre och att alla ska vara delaktig i den kommunen man bor i. Vi är en liten kommun men väldigt stort hjärta och då blir det lättare att engagera sig också.

Lena

Kjell på vilket sätt skulle du säga att Vingåker har blivit mer åldersvänligt?

Kjell

Jag tror att vi har fått insikt i det för framtiden. Alla förvaltningar, alla i kommunen, jobbar mot det här målet att vi måste bli en ålders vänlig kommun.

Lena

Är det någonting tror ni som invånarna märker av, alltså de äldre?

Kjell

Det tror jag. Det tror jag. Jag jobbar ju mycket mot pensionärsorganisationer som har varit med och startat upp egentligen den här seniordagen, som vi började med för fyra år sedan, så jag tror många är medvetna om det idag.

Anna M

Jag tänker på att vi har sett olika behov hos olika människor när man kommer hem till dem och de berättar vilka hinder som finns och hur vi skulle kunna lösa det. Om jag får ta ett exempel. Det var en kvinna som inte handla själv. Hon har inte varit på affären på hur länge som helst. Och så fick vi fram det här med digitala inköp och hon kunde själv titta på en surfplatta och beställa vilka blommor hon ville ha. Och det blev inte fel. Eller hon ville ha den här mjölken och det var en lycka i sig.

En annan kvinna, Hon kände sig inte trygg när hon lämnade bostaden, därför gick hon inte ut. Vi hittar ett larm som fungerar i hela kommunen som har en GPS funktion och nu ser man henne på gatorna i Vingåker och då blir man lycklig som medarbetare att man har lyckats. Det är så lite medel som krävs för att göra någon annan människa lycklig och det tror jag att på det här sättet. Så här har de märkt av det.

Kjell

Jag kan väl fylla på då. Jag har också en kvinna som bor och förra sommaren, då hade vi inget Bubblan-samtal på hela sommar. Hon ringde mig kanske varannan vecka och frågade När ska vi köra igen? Och hon sitter ju där ensam så det är inte så konstigt egentligen för det är hennes stora grej varje vecka att hon får vara med och prata med andra så att ja, det är fantastiskt tycker jag just den biten.

Lena

Och hur ser ni på framtiden för Åldersvänliga Vingåker? Vad kommer hända?

Kjell

Ja, men vi har ju jobbat mycket mot de olika förvaltningarna i Vingåker som har varit tvungna att ta upp det här i sina förvaltningar. Så det kommer ju bli en fortsättning på olika sätt i de olika grupperna i kommunen. Och det är ju tråkigt annars med projekt som har hållit på så pass länge att det bara försvinner. Tack och adjö och sedan blir det ingenting mer. Men här har vi lyckats väldigt bra tycker och får en fortsättning.

Anna M

Och jag tänker har vi tydliga mål och visionerna som vi har och engagerar oss tillsammans så kommer Vingåker alltid vara ungt och delaktigt. För att det finns många eldsjälar som jobbar i den här kommunen, så vi kommer att driva det vidare.

Deltagarintervju 2: Marcus Ternstedt

Lena

Hej! Vem är du och vad kommer det sig att du är på den här konferensen?

Marcus Ternstedt

Hej! Mitt namn är Marcus Ternstedt och jag representerar ett privat företag som heter SENSAP och är en av de projektpartners som är med i projektet och vi har varit med sedan starten. Sen Steg ett så vi har varit med i sex år. Så Teknikpartner har vi väl gått under men har varit involverad i många delar i projektet då projektet i grunden inte är ett teknikprojekt. Det ska vara ett verktyg till metoden och förändringen i det stora hela, så vi ska egentligen vara sekundära och finnas i bakgrunden.

Lena

Men ni har alltså varit rent teknikstöd. Man säger med till exempel de här larmen eller med bubblan eller med vad?

Marcus

Ja men, precis inom hela välfärdstekniska delen har vi varit både med och utvecklat och tagit fram och levererat. Vi började väldigt teknikrenodlade mot enklare lösningar och sen så har det utefter projektet och omvärldens behov kopplat till den åldrande befolkningen och den utmaning man står inför. Så har det lett in oss till att skapa ett tekniskt ekosystem för kommuner att kunna framtidssäkra trygghetslarm och plattform och kunna då motverka ofrivillig ensamhet. Och det här som är gjort med Bubblan. Bubblan är ju ett verktyg som helt och hållet kommer utifrån projektet som vi har utvecklat.

Lena

Vad tycker du är det viktigaste som det här projektet Ekosystem för en åldersvänlig brygd har bidragit till?

Marcus

Jag skulle nog säga att det viktigaste har ändå varit förändringsresan som verksamheten har gjort. Att man har tagit sig an utmaningen. Sen är ju teknik och verktyg och system det som vi måste ha, men det är inte det som kommer att vara det stora avgörande. För spelar ingen roll om vi tar fram massa bra lösningar, men människan vill inte använda den eller kan inte använda den. Så spelar det ingen roll.

Lena

Men som du känner att det har gjort en skillnad. Vingåker har blivit mer åldersvänligt eller?

Markus

Jag definitivt, på alla nivåer har man ju jobbat väldigt hårt med det. Det är inte lätt att få till. Utan projektet hade vi aldrig gjort det.

Lena

Och hur tänker du där i framtiden? Tror du att det kommer fortsätta att utvecklas mer och mer?

Marcus

Ja, men det kommer det garanterat. Sen är ju alltid risker med ett sånt här stort projekt att det är svårt att hålla i och hålla ut och fortsätta. Och det tycker jag ändå vi har försökt jobba mycket med utifrån också Vinnovas krav och kriterier att det ska vara hållbart i längden. Man kan säga vår roll som systemleverantör kommer ju fortsätta in i kommunen i flera år. Det jag tror man kan få lite utmaningar med, det är ju att jobba vidare med attityden, inställningen och förändringsprocessen. Den är ju jobbig att hålla i det att man verkligen står fast vid det här att vi skall hit. Vi måste jobba både långsiktigt samtidigt som vi kan jobba kortsiktigt.

Men jag är övertygad om att Vingåker har tagit ett jättekliv in i framtiden. Det är många större kommuner som tittar på Vingåker och säger att oj vad ni har lyckats åstadkomma mycket med projektet och det ni har gjort så att det får ju verkligen Vingåker ta med sig.

Lena

Tack så jättemycket för att du vill vara med!

Deltagarintervju 3: Ralf Hedin

Lena

Hej! Vem är du? Vad kommer det sig att du är på den här konferensen?

Ralf

Hej! Jag heter Ralf Hedin, jobbar som kommundirektör och det är i den egenskapen jag är här.

Lena

Vilken roll har du haft i det här projektet och vilka utmaningar har du sett?

Ralf

Jag har varit styrelseordförande i första etappen och i den nu tredje och sista. Egentligen känner jag mest bara glädje, värme och kärlek i det här. Det är ett sånt enormt fint projekt i ett sånt enormt viktigt område så det går till alla stora projekt där det är många parter inblandade som ska samarbeta och man bryter ny mark att det finns såklart utmaningar men de har varit helt hanterbara och även de som handlar om ändrade arbetssätt. Det klart att våra medarbetare vill förstå och lära sig och få det att fungera i sin vardag. Men på det stora hela känner jag bara att här är så positivt.

Lena

Och det känner du från medarbetare och personal och allting? Att folk är positiva helt enkelt?

Ralf

Ja, på det stora hela absolut. Sedan är det klart att under den här resan med så här mycket omställningar i en redan pressad arbetsdag så behöver man hålla på massera frågan tag innan man får nya rutiner och sätta sig och alla är på banan. Men på det stora hela så skulle jag säga att alla förstår vikten av allt detta och att den här frågan fångar upp allt det goda arbete kring åldersvänlighet som har gjorts för många, många år både i omsorgen och i föreningslivet. Att vi nu kraftsamlar och spetsar vår kompetens i det. Det upplever jag att alla är på i den frågan.

Lena

Vad tänker du att det är det viktigaste som har kommit med det här projektet?

Ralf

Det är en jättebra fråga. Jag tror inte att det går att lyfta fram en sak, men jag tror att det är att vi inte, lite slarvigt uttryckt, *bara* har effektiviserat den omsorg vi ger. Det är viktigt i sig, utan att vi också har jobbat med att förebygga att man alls behöver omsorg att man genom sociala aktiviteter fallförebyggande träning och allt föreningsliv. Att man ska kunna leva som senior aktivt, socialt och självständigt längre tid och inte behöva vår omsorg alls, eller förrän senare och i mindre omfattning. Det ökar livskvalitén och det så klart minskar våra kostnader. Så jag trodde att de där två delarna, att vi jobbar med båda sakerna.

Lena

Nu har det varit inne på det. Men på vilket sätt skulle du säga att Vingåker har blivit mer åldersvänligt?

Ralf

Återigen, man får inte glömma av allt det åldersvänliga som har gjorts. Innan vi började här så fanns ju föreningarnas arbete, vår egen omsorgsarbetet också. Så det vi gör är att vi kraftsamlar. Vi samarbetar mycket mer strukturerat och nära varandra med alla berörda, inklusive universitet och näringsliv, utöver föreningar och media och studieförbunden. Och vi

har ökat vår kunskap och projekt har tagit fram ny välfärdsteknik som kommit fram under resans gång.

Vi har byggt vidare vi på ett väldigt bra sätt och vi har satt en grundstruktur och det är så många som varit inblandade och så med i den här mentala resan, inte minst även i vår egen organisation. Så jag känner mig så trygg i att det här kommer fortsätta. Det är alltid vanskligt att avsluta projekt. Vad händer nu då? Det här är så väl underbyggt och så många inblandade så det kommer att fortsätta. Och det känns också väldigt, väldigt ...

Lena

Ja, för en fråga jag har är ju också hur kommer här att fortsätta? Men du tror att det kommer fortsätta?

Ralf

Absolut och av flera skäl. Dels för att det är nästan en överlevnadsfråga för en kommun att jobba med åldersvänlighet för Sveriges kommuner kommer inte att klara att bygga ut omsorgen i den takt som det kommer behövas, men också att det är så otroligt gediget jobb i det här projektet med så många inblandade, så nära och så väl dokumenterat.

Så vi kommer också kunna sätta in nya medarbetare i det på ett ganska enkelt sätt. Man måste också nämna den här träffpunkten, Sättragården, att vi har en fysisk plats som är symbolen för det här arbetet som finns där, den är synlig, den är fysisk, man kan gå dit. Det är så mycket i detta som gör som jag gör mig trygg i att det kommer att drivas vidare, utöver att det är för mig som kommundirektör en överlevnadsfråga för kommunens ekonomi.

Lena

Vet du om ni har inspirerat andra kommuner att sätta fart med liknande arbete?

Ralf

Ja, det tror jag och dels har vi ju så klart stulit från andra och inspireras av andra. Även ifall här blir det en strukturerad form, är det inte jättestort det här arbetet? Men det finns ju kommuner som ligger lite före oss såklart. Som vi har hämtat idéer och inspiration ifrån och det finns andra kommuner så vi har pratat med. Och vi har fått pris för det och vi har varit och pratat kring det och vi har bjudit med de här nätverken och det finns flera kommuner som har hört av sig till de privata företag som vi har med i projektet för att för att de vill lära sig mer om välfärdsteknik, saker som har tagit fram det.

Deltagarintervju 4: Eva Humble

Lena

Hej! Vem är du? Vad kommer det sig att du är med på den här konferensen?

Eva

Jag heter Eva Humble och jag är avdelningschef för Studieförbundet Vuxenskolan här i Sörmland och vi har varit med i projektet i det här steg tre och där är vi en del av civilsamhället. Det är därför vi är med som studieförbund och jag också varit med i styrgruppen och i delprojekt *Socialt ekosystem* och jag är också konferencier i dag.

Lena

Men vilka utmaningar har du upplevt i det här projektet?

Eva

Jag tycker att det var lite svårt att komma in så här i steg tre. Att de flesta hade varit med i steg

ett och två och hade bakgrunden och det tog ett tag innan vi förstod vad det gick ut på som vi också. Vi är ju liksom en representant för civilsamhället, men civilsamhället är jättestort. Så det vart liksom mycket tänkande om hur vi ska få in hela civilsamhället. Alltså det är inte bara föreningar det är människor, trossamfund, allt möjligt.

Det tog ett tag innan vi fick det på rull om man säger så. Vad är vår del i det här projektet? Så det har varit en utmaning.

Lena

Men ni har fått med civilsamhället och kan du ge exempel på vilka som är med?

Eva

Ja, absolut, för Vingåkers föreningsliv är ju väldigt stort och brett så jag tycker absolut att vi har med dom på olika sätt.

Vi själva har ju kontakter med de andra studieförbunden och de har ju i sin tur kontakter och nätverk med sina föreningar. För det är ju så att i ett studieförbund har man ju mycket medlemsföreningar så på det sättet har vi fått in. Och sen har vi också ett naturligtvis fått hjälp av föreningskoordinatören på kommunen för att liksom hejta kontakt med övriga civilsamhället som vi själva inte har nätverk inom men SV har hållit i de här föreningsdagarna.

I de första föreningsdagarna var vi med och la upp för att alla skulle känna sig välkomna, att det var liksom ett för civilsamhället bra ställe att vara på och det har vi lyckats med och nu har vi överlåter de här förenings dagarna på tillbaka till kommunen igen som från början hållit dem. Vi har utvecklat dem mycket för att civilsamhället ska kunna komma till sin rätt och få komma till tals där.

Lena

Vad tänker du? Är det viktigaste som det här ekosystem för en åldersvänlig bygd har bidragit till?

Eva

Om vi pratar för civilsamhället och för oss som studieförbund så tror jag det är att förstå hur en kommun fungerar, men också hur mycket man kan göra med samverkan och att det verkligen är samverkan som betyder något och det är det som gör att man kommer framåt. Sen kan jag också se att vi har ju fått väldigt stor inblick i kommunerna i hemtjänst och i övrig sjukvård, att man har haft en väldigt stor användning av det här också. Så det finns flera bitar som jag ser, men främst samverkan skulle jag säga mellan olika aktörer som gör att det går framåt och det drivs framåt. Alltid finns det någon som driver och det är bra när en kommun är den drivande. Då finns det mycket incitament att jobba med.

Lena

Och om du ser det från din synvinkel då? Hur tycker du att Vingåker har blivit mer åldersvänligt?

Eva

Det är svårt att säga. Jag bor ju inte själv Vingåker tyvärr och det har ju alltid funnits mycket aktiviteter för äldre men idag så är de mera synliga vid synliggör dem. Det finns olika webbar med seniorboende och vi föreningar har det här medvetet och pratar om det. Så jag tror att det har blivit mer synligt det som finns aktiviteter och verksamhet och sen ...ja, jag kan bara prata för det, för annars är det väl åldersvänligheten i hemvården och så vidare. Det är något annat, Men det syns mycket mer om man kan. Men man pratar också mycket om det här med

att det finns olika system som man kan använda i hemtjänst också. Det använder vi också i civilsamhället, berättar. För vi har ju många deltagare som är äldre så då finns det liksom en medvetenhet om det.

Lena

Och du tänker att även civilsamhället kommer att fortsätta jobba med det här, eller hur det ser ut framåt?

Eva

Det tror jag absolut att vi kommer att göra. Att vi kommer att se den här samverkan och även liksom synliggöra all den verksamhet vi gör, men också där det kommer fram flera saker som vi kan bli bättre på att samverka med, men också att göra andra hälsofrämjande aktiviteter och studiecirkel sådant så det tycker jag absolut.

Lena

Är det något helt annat som du skulle vilja lägga till som du tycker skulle vara bra att veta?

Eva

Nämen ett sådant här samverkansprojekt är på många plan? Det finns många saker som man berättar om det. Jag är verksam i hela Sörmland och har också verksamhet i studieförbunden i Sverige om vi säger så. Och då liksom när man berättar om det här så blir de ju väldigt nyfikna och tycker att det låter som att det är en jätte bra satsning och det är ju också. Jag är stolt över att vara en del av det här projektet faktiskt.

Deltagarintervju 5: Per Lindar

Lena

Hej! Vem är du och vad kommer det sig att du är med på den här konferensen?

Per

Jag heter Per Lindar och jag är ordförande i Ekparkskyrkans församling i Vingåker och vi har deltagit i en del sådana här informationsträffar tidigare och tycker att det är ett viktigt område så att vi deltar gärna.

Lena

Och om man nu tänker på detta med ett åldersvänligt Vingåker eller en åldersvänlig bygd. Vad tycker du är det viktigaste med det?

Per

Ja, det var en svår fråga om man ska bestämma vad som är viktigast. Men det är något viktigt att nå ut till de som berörs, det vill säga pensionärerna och framför allt de pensionärer som kanske inte är så aktiva utan behöver mer stöttning och mer hjälp. Kanske också genom det här projektet.

Lena

Har du själv som senior märkt någon skillnad? Har du märkt att de har blivit mer åldersvänligt?

Per

Nej, det kan jag nog inte säga att jag har märkt. Så är det för att jag tror att ibland så tänker man att seniorer och pensionärer är en homogen grupp. Men det är den ju inte. Det finns ju i min bekantskapskrets folk som är både 85 och 90 år som är väldigt aktiva och på och så, medan det också finns de som sitter hemma kanske väldigt mycket och inte når ut och så

behöver stöttning för att få hjälp i det vardagliga. Så inte minst kanske vad det gäller gemenskap och sådant.

Lena

Så du tänker att kanske de som har mer behov av det faktiskt har märkt av det? Eller?

Per

Jag kan ju hoppas att de har gjort det, men jag vågar inte svara på det för att jag pratar med mina kamrater pensionärer så är det många som inte känner till projektet. Men däremot så känner man ju kanske till delar av det här med anhängstöd det då. Ja, framför allt det som så många uppskattar väldigt mycket.

Lena

Nu när du har hört talas om de olika delarna som finns med, om du tänker framåt, om du själv får lite större behov. Är det någonting som du tycker verkar speciellt bra?

Per

Ja, det är det. Det är nog kanske kontaktytorna som man kan få genom de digitala verktygen som finns. Om jag skulle bli så att jag inte blir så rörlig och att jag blir mer isolerad och så finns de här möjligheterna. Sen tänker jag att en viktig aktör i ett sådant här projekt och överhuvud taget i samhället är de olika organisationer som finns. Och där kanske jag tycker att projektet inte riktigt har lyckats att knyta an ordentligt till civilsamhället. Det finns ju mängder av föreningar, mängder av volontärer som jobbar inom olika organisationer med både praktiska saker men också gemenskapshöjande saker och så vidare. Där tror att projektet skulle kunna jobba mycket, mycket mer med den kontakten och bygga volontärverksamhet och man kanske inte kan kalla det volontär verksamhet. Det låter så märkvärdigt. Att hitta kontakter, kontaktytor för det.

Lena

Och om vi förstod rätt, när Anna och Jan hade sin föreläsning också här nu, så är det ju bra för hälsan även att vara volontär.

Per

Absolut, För det är ju spännande och det är roligt och med mycket kontakter och så vidare och man känner att man gör en insats så det är jätteviktigt.

Lena

Är det något annat du känner att du skulle vilja dela med dig av?

Per

En fråga som jag tycker är jätteviktig och det är tillgänglighet. Och tillgänglighet, ofta så tänker man på rörelse och man gör sådana här ramper eller ser till att man alltid har handikapptolett och så, men en funktionsnedsättning som man ofta glömmer bort. Det är hörselnedsättning. Det är ju mer än hälften av pensionärer över 75 år som har hörselnedsättning och jag pratade med folk ifrån kommunerna som sa;

Vi har ju ingen hörselslinga exempelvis inom alla våra lokaler, så det är jätteviktigt faktiskt. För det innebär ju att nej, jag går inte på det där mötet för jag har ändå ingenting så det lika bra att stanna hemma.

Deltagarintervju 6: Maia Sievert

Lena

Hej! Vem är du och vad kommer det sig att du är med på dagens konferens?

Maja

Hej Maja! Sievert heter jag och jobbar som anhörigsamordnare i Vingåkers kommun och det är i den rollen jag är här i dag.

Lena

Och om vi tar hela projektet vad har din roll varit där?

Maia

Min roll i projektet har varit att dels bejaka anhörigperspektivet i de samtliga delarna i projektet men också. Vad gör man? Jag har varit med i en av projektgruppen.

Lena

På vilket sätt har ni jobbat med de anhöriga då?

Maia

Jo men på många olika sätt. Dels genom att belysa att anhörig perspektivet är en viktig del i en åldersvänlig bygd. Att mycket av den vård och omsorg som ges till äldre utförs av anhöriga och därför är anhöriga en viktig del i en åldersvänlig bygd och det har varit alltifrån att försöka synliggöra den omsorg som anhöriga utför varje dag, men också att fånga in vilka behov som finns för anhöriga i en landsbygdskommun.

Lena

Vad är det som har varit speciellt utmanande med det arbetet?

Maia

Dels att nå anhöriga i ett tidigt skede men också fånga upp deras olika behov. För det ser ju väldigt, väldigt olika ut var man är och vem man är. Å vilket behov man har.

Lena

Om man ser på hela det här projektet med åldersvänlig bygd. Vad skulle du säga är det viktigaste som ni har gjort? Och kanske hur kan man märka i Vingåker att det här projektet har genomförts?

Maia

Det viktigaste tror jag är att visa på att det här inte bara är en fråga för socialförvaltningen och äldreomsorgen, utan att det faktiskt är ett kommunövergripande arbete där både kommunen och civilsamhället tillsammans har en stor samhällsutmaning som man måste arbeta tillsammans med.

Lena

Hur ser du att Vingåker har blivit mera åldersvänligt?

Maia

Jag tror att det är ett fortsatt arbete framåt. Det inte så att vi har nått framme och kan säga att Vingåker är ett åldersvänligt samhälle idag. Men vi har börjat arbeta framåt och också liksom öppnat upp för att möta de här utmaningarna vi är i och vi har framför oss på nya sätt. Och det är en del i det tror jag.

Lena

Hur kommer ni att fortsätta arbeta med din del om man säger så, framöver?

Maia

Anhörigstödet är en väldigt, väldigt viktig del i små kommuner skulle jag säga och det arbetet fortsätter som vanligt tänkte jag säga. Men framför allt tror jag att den stora skillnaden nu mot före projektet är att man ser att många av de här frågorna som kanske innan bara rymdes inom socialförvaltningen eller äldreomsorgen. Att man börjar förstå att det är folkhälsofrågor som är kommunövergripande.

Lena

Finns det något annat som du tänker skulle kunna vara intressant?

Maia

Men det är att kolla i den kommun där man bor och hur anhörigstödet och anhörigsamordnarna arbetar. Vi har ett utvecklat anhörigstöd i samtliga kommuner i Sörmland så det är klokt att gå hem och kolla. Hur ser det ut hemma hos mig?

Tack så jättemycket för med och till dig som har lyssnat, tack så mycket för att du har lyssnat på det här avsnittet. Ha en toppenfin dag! Hej då!

Poddmusik