



Velferdsteknologi

- Hvordan tilrettelegge boligene for å kunne bo trygt i alle livets faser?

Vestboseminar 21.10.23

v/Tor Sætrang - Teknologioptimist
Nettverkskoordinator velferdsteknologi Innlandet

KS Kommunenettverk for innføring av velferdsteknologi og digital hjemmeoppfølging

Huset som passer på deg

Hus full av sensorar, og teknologi vil gjere at vi kan bu lenger heime i framtida. På Slettebakken er teknologien allereie på plass.

HANS K. MJELVA
hans.mjelva@bt.no
foto ØRJAN DEISZ

– Og viss han står opp om natta for å gå på toalettet, som jo skjer, så ...

Tor Sætrang reiser seg opp frå senga. Lyset kjem på i heile leilegheita. Sætrang set seg ned att, og lyset går av.

– Samtidig står det på heimesjukepleiens heimeside at no ligg det nokon i senga.

FAKTA

Velferdsteknologi

- Teknologisk støtte som skal forsterke brukarane sin tryggleik, mobilitet og mogleggjere auka fysisk og kulturell aktivitet.
- Skal styrke den enkeltes evne til å klare seg i kvardagen, og gje støtte til pårørende og/eller forbetre tilgjengelegheita, ressursutnytting og kvalitet på tenestetilbodet.
- Blir sett på som ein måte å gjere livet betre for pleie- og



HUSHJELP: – Ein del av løysinga for å møte eldrebølgja, seier kommunal- og moderniseringsminister Jan Tore Sanner om velferdsteknologien han fekk demonstrert på Slettebakken av Tor Sætrang i Fornebu Consulting.

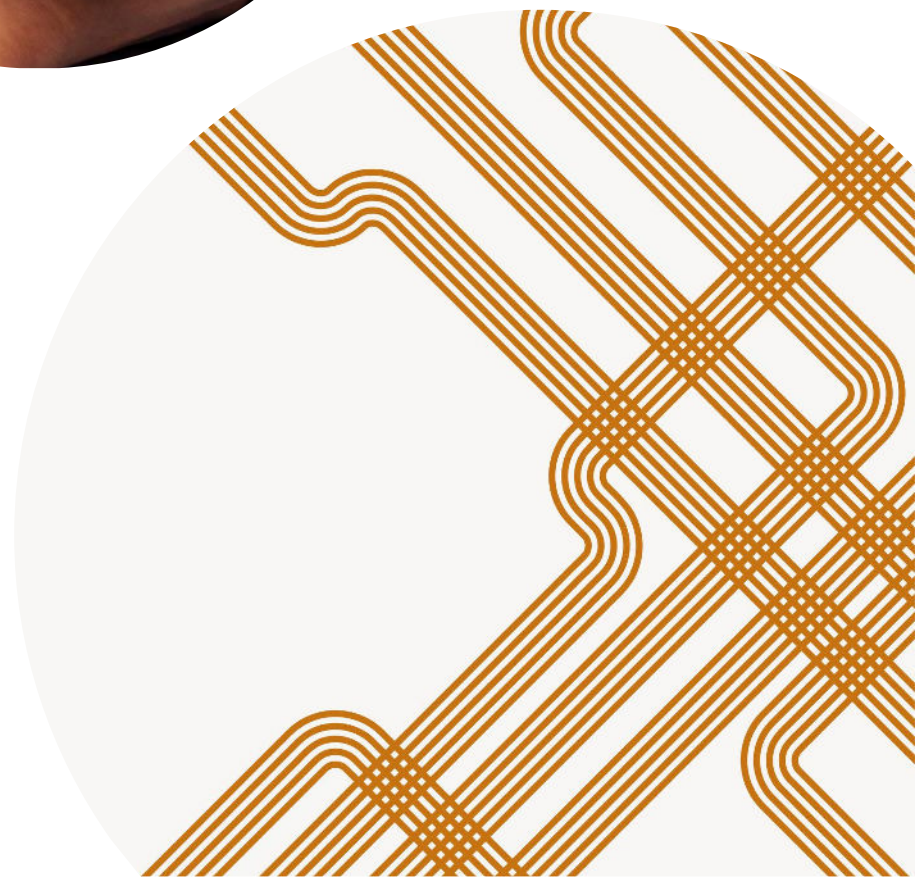
tisk når du treng det, seng og utgangsdør som varslar pårørende viss gamlemor legg ut på nattvandring og ein haug andre teknologiar som skal hindre skade

logiske løysingar. Bybo, Husbanken, Høgskulen i Bergen, Fornebu Consulting, Bergen kommune og det private omsorgsselskapet Orange samarbeider om å utvikle

lønningar og den komande eldrebølgja gjer at det òg er mykje pengar å spare på smarte løysingar som gjer at eldre kan klare seg sjølv lenger.

Hva er velferdsteknologi?

Velferdsteknologi er en samlebetegnelse på forskjellige typer teknologi i kombinasjon med en tjeneste, som gir personer bedre mulighet til å mestre eget liv og helse.



Teknologien er bare et verktøy

**Teknologi satt sammen med
tjenester gir de gode løsningene**



Begreper



Medisindispenser



Sengesensor



Bevegelsessensor



Vanntåkedyse

- Hjelpemidler
- Smarthusteknologi
- Omsorgsteknologi
- Trygghetsteknologi
- **Velferdsteknologi**
- IoT (Internet of things)



Løsningene baserer seg i stor grad på standard teknologi - Det er *anvendelsen* som er "ny"

En ny velferdsmodell

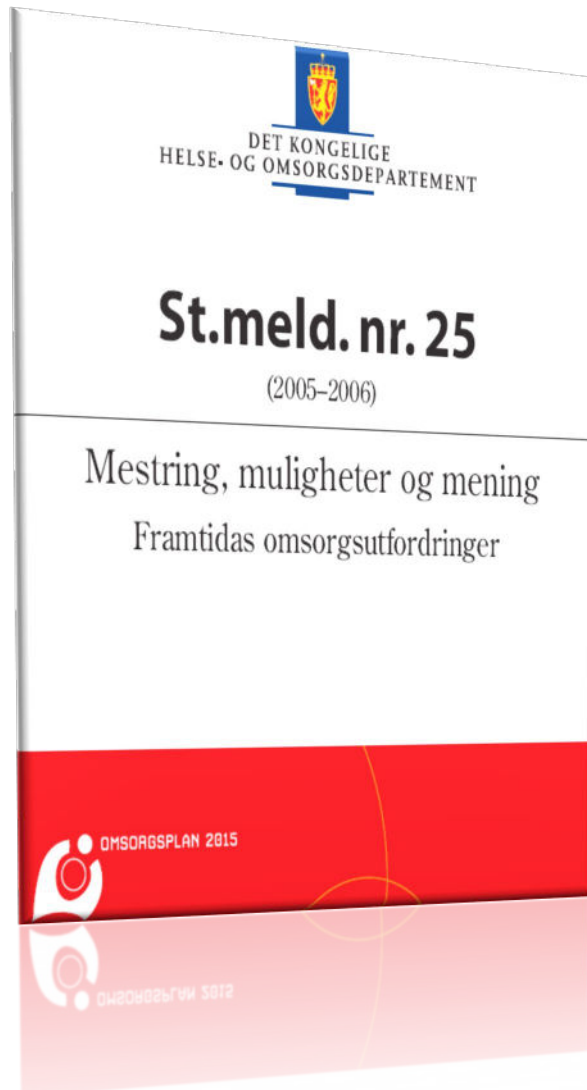
Digitalisering = **Paradigmeskifte!**

Vi står midt oppe i den mest omfattende omleggingen av helse- og omsorgsfeltet siden vi forlot storfamiliemodellen



Teknologi kan hjelpe oss å ta tilbake noe av det vi mistet da vi forlot storfamiliemodellen!

Mestring, muligheter og mening – anno 2005!



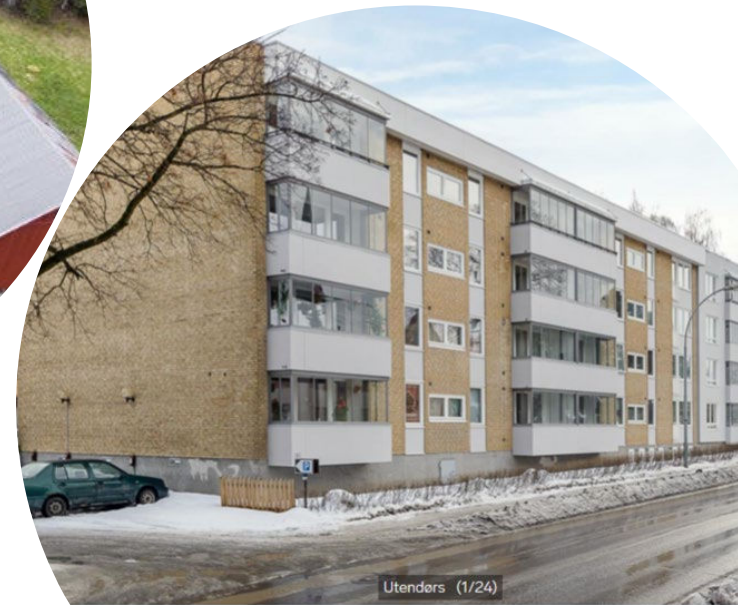
*”Allerede nå er det mulig å begynne en gradvis utbygging og foreta investeringer i forebyggende tiltak, kompetanse, ny teknologi, tekniske hjelpemidler, **boliger** og anlegg.”*

”Slik skal alle sikres muligheten til å kunne leve et mest mulig meningsfullt og selvstendig liv til tross for sykdom eller funksjonstap”.

Mål for både primær- og spesialisthelsetjenesten:

Vi skal levere helse- og omsorgstjenester der folk bor

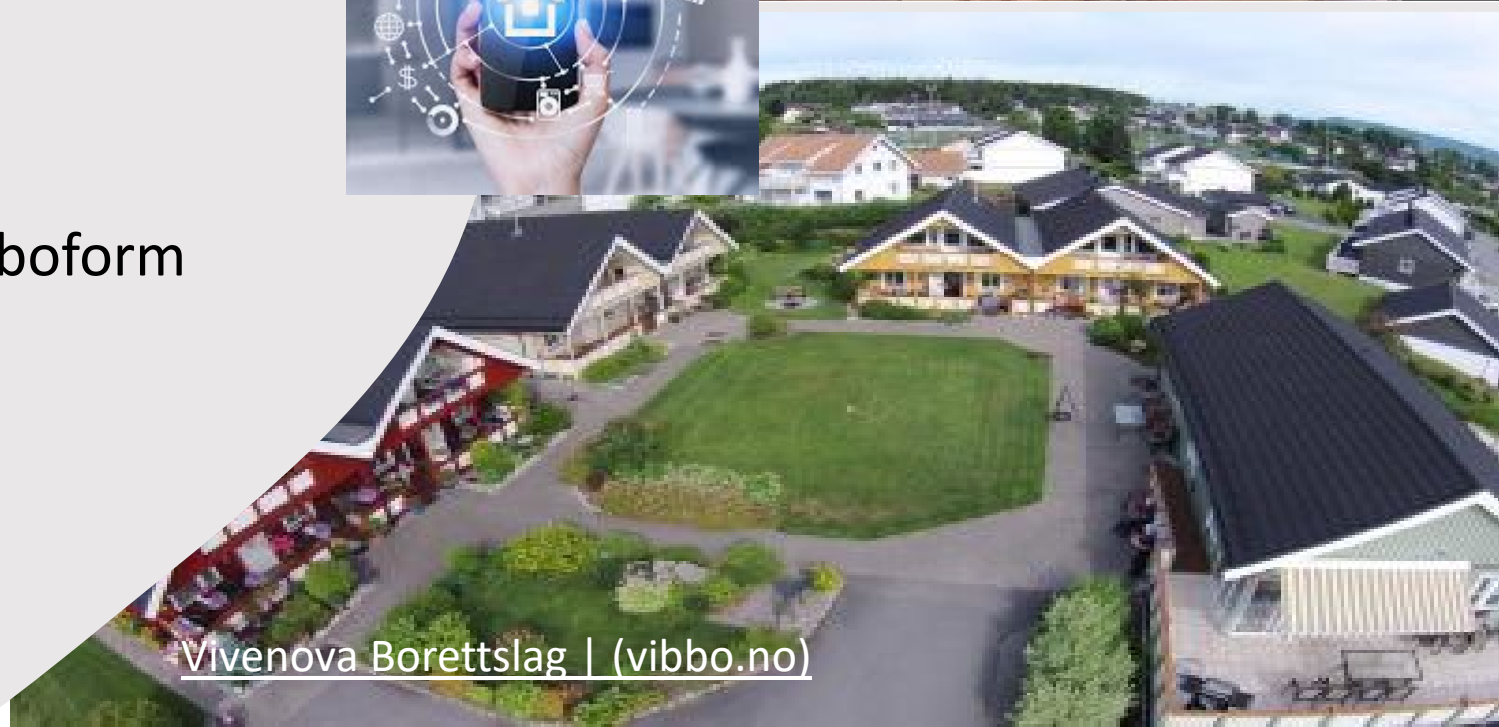
- Vi må bruke teknologi til å skape nærhet på tross av avstand
- Teknologi brukes for å få vite når det er behov for bistand fra andre



Skal vi gjøre dette på en trygg og god måte, må hjemmene bli intelligente, og knyttes til internett (toveis kommunikasjon med omverdenen)!

Vi skal tilrettelegge for gode liv

Det optimale er å tenke både boform
og teknologi sammen



Vi må ta mer ansvar
for egen alderdom!

– Hver enkelt av oss må
gjøre mer for å planlegge
for en alderdom, sier
Kjerkol.

Kontroversielt???



Utfordringer og muligheter for innbyggerne



...legg til rette for at du skal kunne bo lengre, tryggere og bedre i eget hjem.

Vurder bosituasjonen, og gjør tiltak i tide.

Det er smart å tenke forebyggende –
Sørg for å bli fortrolig med teknologien mens du fortsatt kan lære!

Men hvem har ansvaret ?
Hvem skal betale for hva?



En
livskvalitet vi
skal
underbygge



NRK TV

-Det er no best å klara seg sjølv.
-Ja, det er det absolutt.

1. Husøya

Sesong 20 · Tillatt for alle · 39 min



Hjemmet som passer på deg

Hvordan gjøre det forsvarlig å
leve i egen bolig i faser en er
avhengig av bistand utenifra?

Dette perspektivet må inn i
allerede i planleggingsfasen av
nye boligprosjekter!

De fleste boliger folk skal bo i
de neste 50 årene er allerede
bygget – tenk oppgradering og
hvordan teknologi kan bidra i
FDV



Historier fra virkeligheten



nattevakten når hun setter seg opp på sengekanten. Sykepleier 1 Aud komme seg inn til Bjørgs rom før hun faller. FOTO: BRYNJAR EIDSTUEN

– Verktøy for økt trygghet

- Min hjemmeboende tante (84) falt på gulvet – funnet etter 1 døgn
- En eldre enkes betraktninger over kaffekoppen - alle hennes nærmeste hadde gått bort...
- Eldre mann på Nøtterøy fikk bo hjemme på tross av sviktende helse/kognitiv svikt



Tilgjengelig teknologi kan gjøre en stor forskjell!

Vi må unngå flere slike!



Hamar Arbeiderblad (04.11.05)

Implementering av VFT handler om at
Innbyggerne skal ha et best mulig liv

Som velferdsstat har vi ansvar
for at de som er avhengig av bistand
for å mestre livet sitt,
får den hjelpen de trenger – også i
framtida



Vi vet at vi ikke kan fortsette slik vi gjør

- det er laget mange utredninger og blitt tatt mange initiativer og blitt tatt mange initiativer



Vi har ikke nok hender!

– om vi fortsetter slik som nå

Utfordringer:

Beholde helsepersonellet

Redusere arbeidskraftbehovet

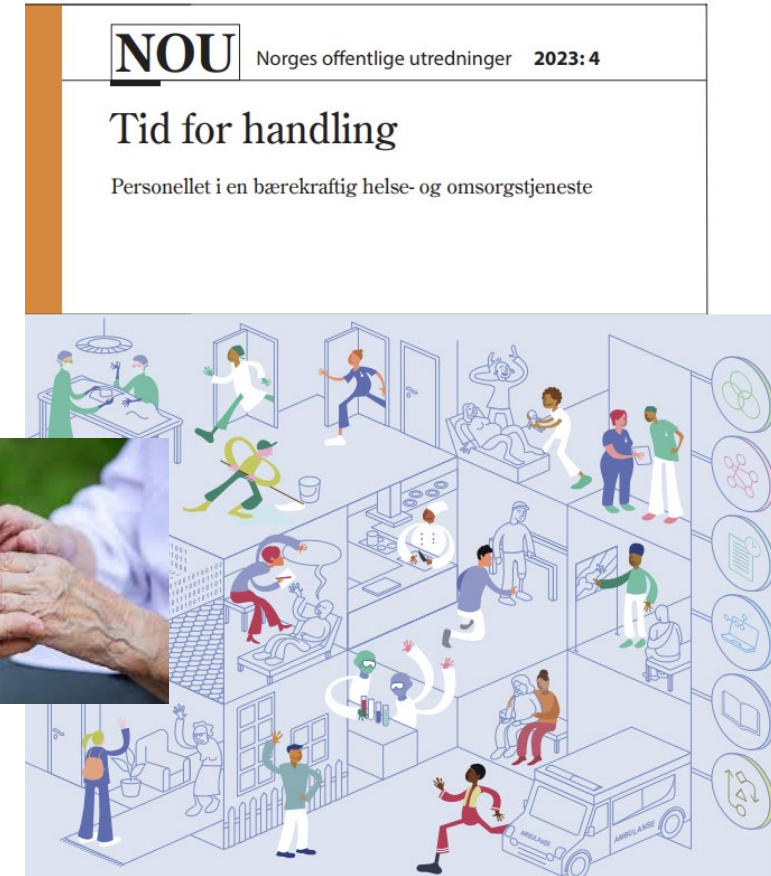
Forventninger til tjenestene

Vi må fokusere på:

- **Oppgavedeling** (nevnt 242 ganger i rapporten)
- **Automatisering** (fjerne unødige oppgaver)

«Vel 10 år etter samhandlingsreformen har vi fortsatt samhandlingsutfordringer, til tross for god vilje fra alle.» (systemfeil?)

«Situasjonen kan etter alt å dømme håndteres. Men det krever kraftfulle tiltak» «Helse og omsorgstjenestene må bygges nedenfra»



Helsepersonellkommisjonen
v/Gunnar Bovim

Meld. St. 24

(2022–2023)

Melding til Stortinget

Fellesskap og meistring

Bu trygt heime



Fellesskap og meistring

«Bu trygt heime» reformen

Fra 2024



«Bygge videre på tidligere arbeid»
6 departementer er involvert

Levende lokalsamfunn

Tilpassede botilbud – bo trygt hjemme lenger

Kompetente og myndiggjorte medarbeidere

Trygghet for brukere og støtte til pårørende

Nye forestillinger om veien til et godt liv

- Du skal kunne hjelpe deg selv. Det offentlige kan hjelpe deg til å gjøre deg i stand til å hjelpe deg selv.
- Innbyggeren skal være aktiv - ikke passiv. Det vil si at innbyggeren skal samarbeide og samarbeides med. Innbyggerene skal selv være med å skape de løsningene som virker. Det kalles "samskaping".
- Motiverende dialog, som frigir potensiale og identifiserer ressuser så innbyggeren selv kan bidra til egen livsmestring.



Vi trenger en helt ny velferdsmodell!

- hvor vi med ulike roller løser oppgavene i fellesskap



- Da vi profesjonaliserte helse- og omsorgsarbeidet, var det nødvendig å definere rettigheter og hva som var offentlig ansvar/plikt.
- Vi har kommet til et punkt hvor vi må definere roller og ansvar på nye måter
- Evner vi å ta med oss de gode intensjonene videre til en tillitsbasert velferdsmodell hvor vi sammen tar ansvar for de som er avhengig av bistand for å mestre livene sine?



Vi må bort fra «dere» og «vi» og finne fram til hvordan vi skal løse utfordringene i fellesskap!

Behovet for en ny rolleforståelse blir tydelig

Fra å fronte krav og rettigheter til samarbeid og felles oppgaveforståelse - oppgavedeling



- **Innbyggerrollen** – fra passiv tjenestemottager til opplyste og aktive deltagere. Mer fokus på ansvar for eget liv og livsmestring.
- **Nærstående og frivillige** – fra uforpliktende bistand "på siden av" offentlig tjenesteyting, til definerte roller i samarbeid med de offentlige tjenesteyterne.
- **Kommunens rolle** og ansvar – fra "å løpe etter " med tjenester når behovene oppstår til forebygging og samhandling med innbyggerne i et livsløpsperspektiv.
- **Spesialisthelsetjenestens rolle** – spisskompetanse og behandleransvar. Samhandling med helsepersonell "ute i feltet".

Nytt mindset: Bort fra «oss» og «dere» til et felles «vi» - digitalisering kan bidra til å operasjonalisere endringen



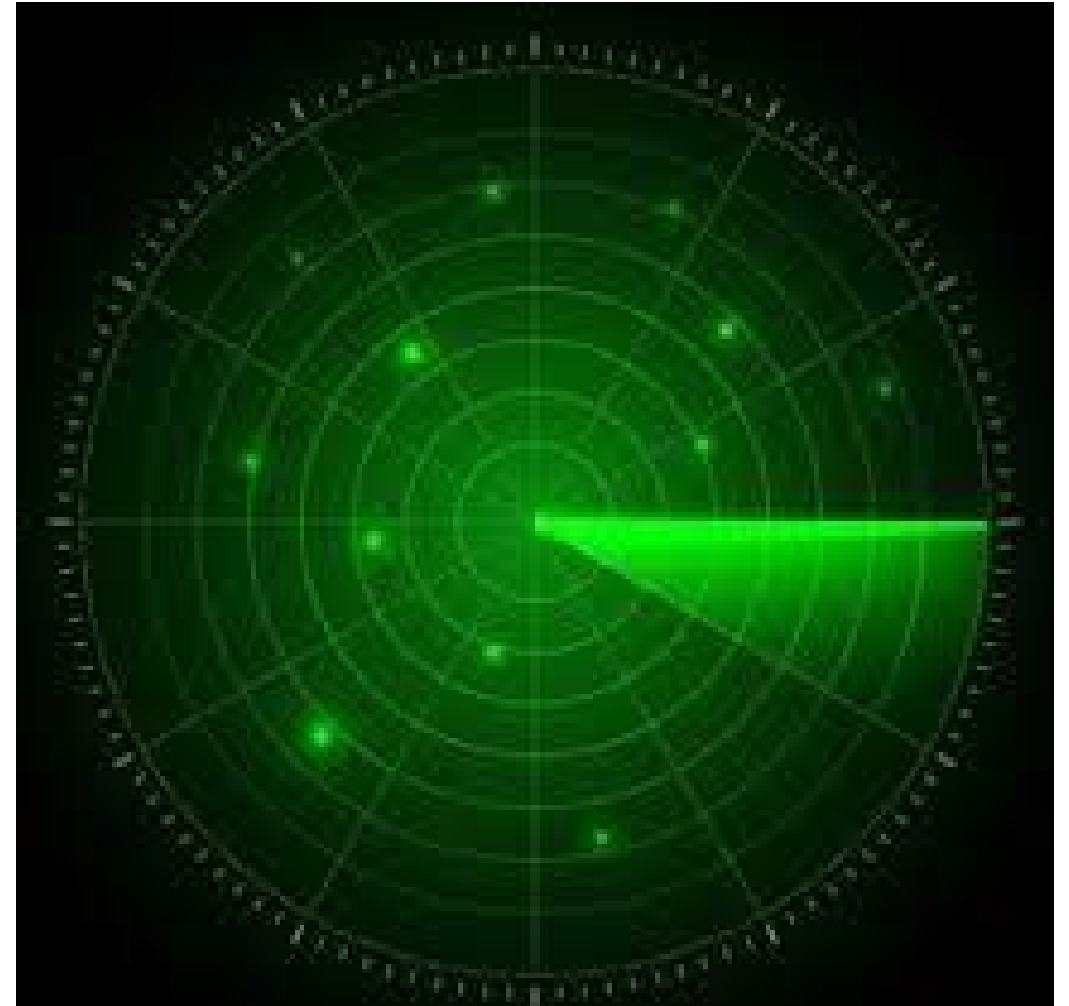
Selv om vi
profesjonaliserte
omsorgstjenestene,
sluttet aldri pårørende,
nærnettverket og
frivilligheten å være der!

Hvordan støtte og involvere dem?

Konsekvens

Implementering av trygghets- og mestringsteknologi skaper nye gråsoner ved at personer som tidligere var avhengig av fysisk nærhet til tjenesteapparatet, kan fortsette å bo hjemme i faser de tidligere bodde i institusjon eller tilpasset bolig med bemanning.

Vi må ha dette på "radaren" **før** vedtak om tjenester fra det offentlige!



- Ensomhet er Norges "usynlige" folkehelseproblem. (Bent Høie)

- Fire av ti i aldersgruppen 16-24 og personer over 80 år oppgir at de er ensomme.
- Ensomhet gir større fare for psykiske helseutfordringer øker risikoen for alvorlige somatiske lidelser (hjerte- og karsykdommer, diabetes og andre livsstilssykdommer).
- "Å være ensom er like helseskadelig som å røyke, og er en viktig årsak til tapt livskvalitet og tidlig død. Vi er nødt til å ta dette på alvor!"
- Utenforskap i Norge 18-66 år: 222 200 (2020)



Flere eldre = flere pensjonister

Trussel eller mulighet?



- Aldrende befolkning = flere med behov for bistand for å mestre livet sitt.
- Ungt utenforskap = psykisk uhelse og somatiske lidelser

ELLER – vi kan se det på en annen måte:

Det blir flere å spille på for å løse de oppgavene som er nødvendig for å ivareta de som er avhengig av bistand for å mestre livene sine.

Kan vi se på "problemet" som en del av løsningen?



Hvordan inkludere alle tilgjengelige ressurser i omsorgsarbeidet?

Vi må etablere ressursteam omkring de som er avhengig
av bistand utenifra for å mestre livet sitt



Vi er avhengige av å inkludere sivilsamfunnet i oppgavene – det vil samtidig ha en forebyggende effekt!

Teknologien gir oss mulighetene!

Teknologi og digitalisering er effektivt verktøy som kan brukes for å ta vare på de **verdiene** velferdssamfunnet er tuftet på.

Situasjonen krever at vi bruker de ressursene vi har på nye måter – men også om å benytte andre ressurser enn det vi har gjort tidligere.

Hjemmene må rigges på en måte som legger til rette for livsmestring, deltagelse og hensiktsmessig oppgavefordeling.

*Hvordan kan boligbyggelaget bidra i dette?
- hvordan ta en aktiv rolle?*



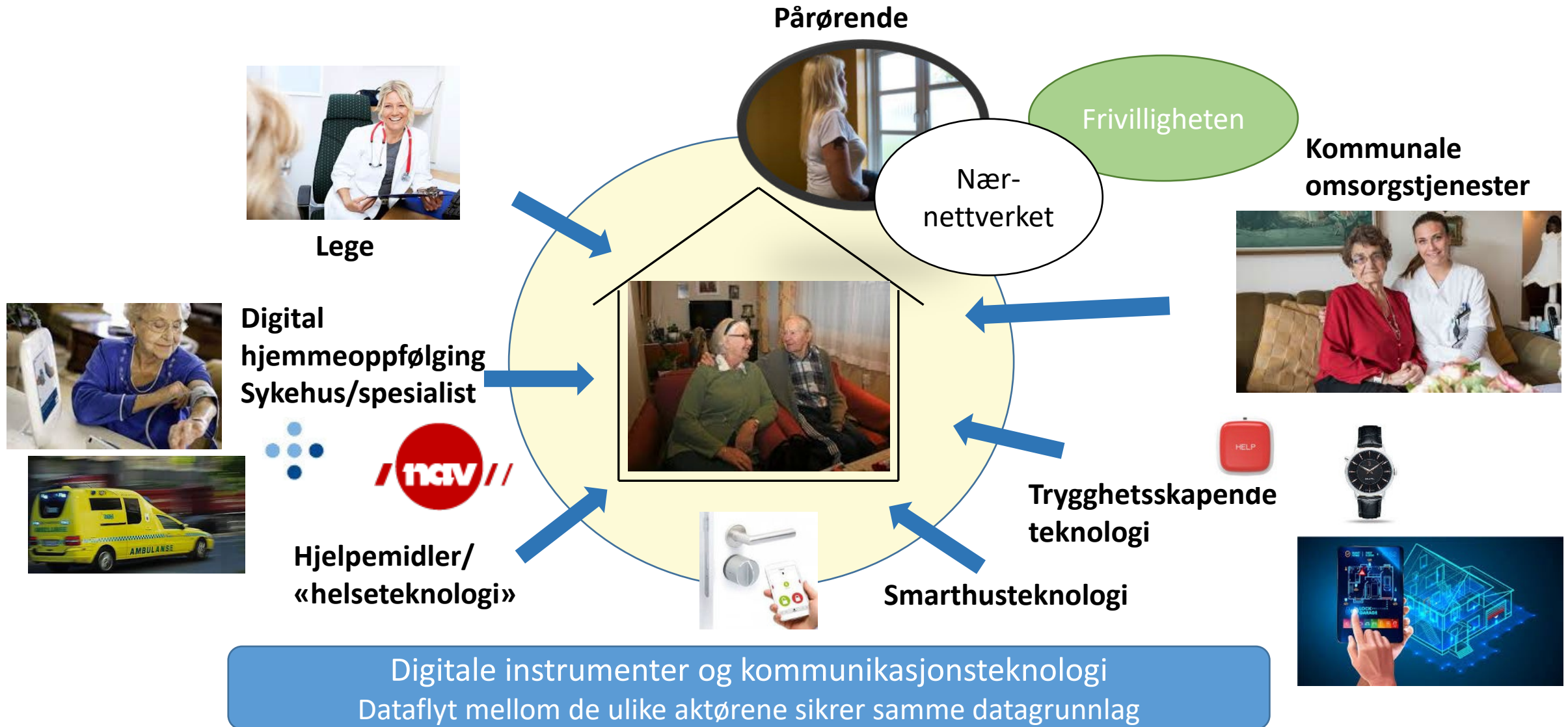


Hvordan sørge for at det er forsvarlig å leve i egen bolig i faser av livet da vi er avhengig av bistand utenifra?

Hvordan legge til rette for at dette kan være bærekraftig?

Hjemmet som arena for helse og omsorgstjenester

- Den offentlige omsorgen møtes i den private sfæren



Hjemmene må være intelligente, og teknologi må benyttes som en plattform for samhandling!

Hva er behovet?

Hva skal til for å skape trygghet?



1. Frykt for å komme i en kritisk situasjon uten å få varslet
2. Ensomhet/isolasjon
3. Brann – kan ikke evakuere
4. Kontroll på døra



BRL'ene berøres av tiltakene vi må gjøre – hvordan være pådriver?



Funksjoner i boliger

– hva trenger vi å vite for å ta vare på de mest sårbare?

- Passiv og aktiv varsling når det oppstår noe som krever aksjon fra omgivelsene!
 - Fall
 - "Ute av seng"/"Ut av bolig" (passiv varsling)
 - Vandring (passiv varsling)
 - Inaktivitet (vann/kjøleskap osv. - passiv varsling)
 - Kliniske tilstander – (hjerte/lunge/epilepsi osv.)
 - "Panikkbryter" på strategiske steder (aktiv varsling)
- Hjemme/borte funksjonalitet
- Kompensasjonsteknologi
- Tilrettelegge for sosial deltagelse



Hva skal til?

- Digitalisering er en forutsetning



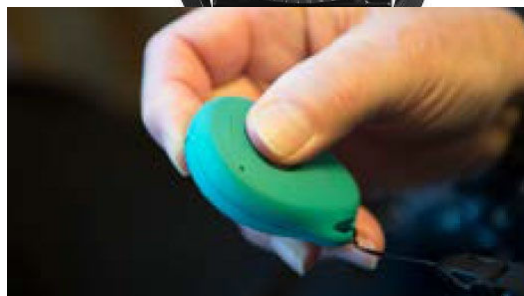
1. Vi må sørge for at omgivelsene vet når det er behov for assistanse utenifra
2. Vi må sørge for riktig aksjon fra riktig respondent (støtte og involvering)
3. Teknologi for livsmestring/hverdagsmestring (minimere behov for ekstern assistanse)
4. Vi må lære oss å bruke teknologien til å motvirke ensomhet og utenforskap

Trygghetsskapende teknologi inne og ute

Opplevelse av utrygghet har negativ innvirkning på mange områder i livet.

Frykt er pasifiserende.

Passivitet fremskynder demens osv.



Hva er en trygghetsalarm??



Bevegelsessensorer



Dørsensor



Vanntåkedyse



Medisindispenser



Medisinsk sensor



Mobile trygghetsalarmer
m/geofence



Multi sensor



Fra en rød knapp til intelligente scenarier – digitalt tilsyn

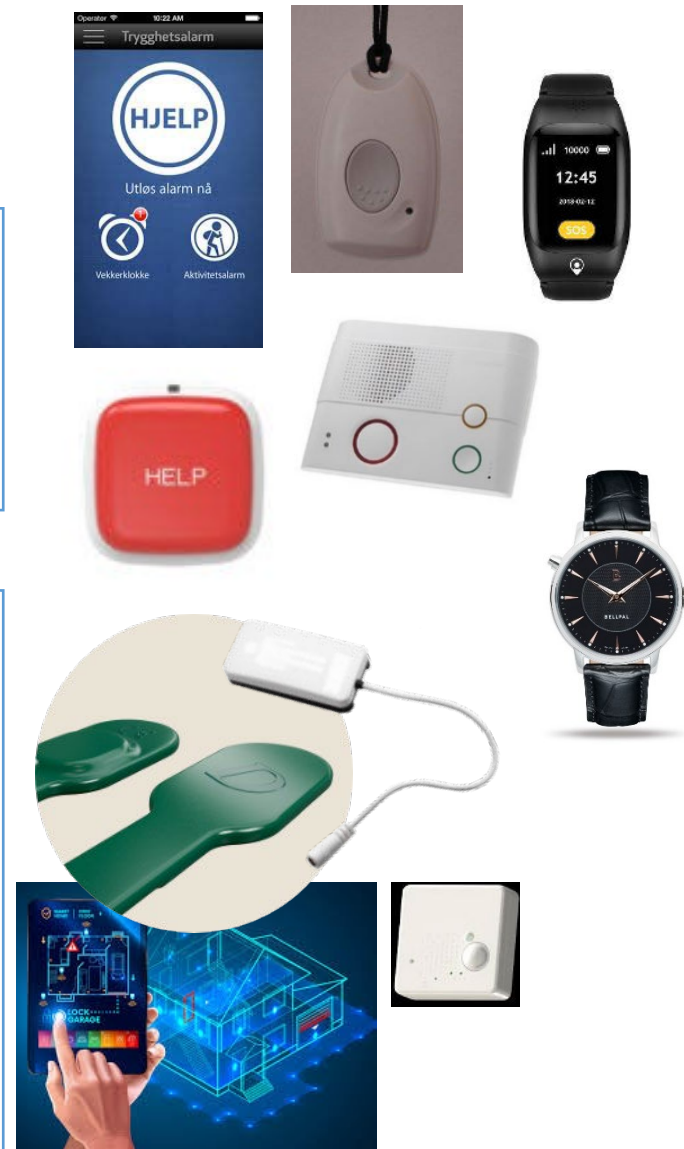
Alarmer/varslings

Aktive (brukerutløst)

- "Trygghetsalarmer" (Halssendere, armbånd etc.)
- "Nød-brytere" plassert på strategiske punkter i bygninger
- Mobile enheter (Mobiltelefoner/smartklokker, Mobil TA m/GPS etc.)

Passive (teknologiutløst)

- Alarm fra smarthusteknologi (Programmerte scenarier hvor en henter info fra ulike "givere").
 - Eks. på "informasjonsgivere": Bevegelsessensorer, sensorer ved dør/vindu, intelligente røkvarslere/slukningssystemer, intelligente gulv, fuktvarslere, temperaturfølere, Co2 osv.
- Mobile enheter med GPS, falldetektorer og lignende.
 - Eks. – alarm går om brukeren beveger seg utenfor definert område.



"Jeg er en optimist!"



- Det er nok ressurser i dette landet til å møte de store utfordringene 😊
 - Men vi klarer det ikke hver for oss
- Vi har gode verktøy som stadig blir bedre
 - Men vi må ta dem i bruk!
- **Samskaping og oppgavefordeling på tvers av faglige, organisatoriske, institusjonelle og teknologiske barrierer er veien som kan ta oss inn i neste nivå i samfunnsutviklingen.**



Transformasjon



Takk for meg !

tor@gennema.no