

4 sep
2020

Välkommen till nyhetsbrev från kommunens äldreombudsman i Norrtälje

Överallt talar man om det **digitala språnget** vi har tagit i samband med Corona. Bara i år innan viruset drog igång har regeringen och regionen avsatt miljarder till digital utveckling inom vården och omsorgen. **Se till att även du och dina närstående tar det digitala språnget!** Du har allt att vinna för din egen skull.

Vårdguiden 1177

Nu finns e-tjänster inom vård och omsorg som till exempel Vårdguiden 1177 där du kan skriva brev, beställa tid, recept och läsa din journal. Det finns e-tjänster med chattar som är digitala samtal, digitala ansökningar och anmälningar och e-tjänster där man kan lämna synpunkter och klagomål runt om i kommuner och regioner. Vet ni att det finns minst ett 40-tal olika tekniska och digitala verktyg för att öka välfärden för äldre? Några exempel är GPS-larm, trygghetslarm, avvikelserlarm, larmmattor, digital natt-tillsyn, digitala nycklar, sensorer av olika slag, digital medicinering och att kunna träffa läkare digitalt. Många fler är på gång. Testa här att logga in på 1177.se/Stockholm/. OBS! Du behöver ett Bank-ID.

Internetstiftelsens undersökning

År 2010 använde drygt 2 av 10 av de som var äldre än 75 år internet. Idag använder närmare 7 av 10 av vår äldsta befolkning internet. Bara det senaste året har en ökning av användningen av internet skett från 58 till 69 procent. Vill du läsa mer om att många behöver hjälp med det digitala och om det digitala utanförskapet? [Mer om det digitala utanförskapet på internetstiftelsens webb](#)

Vision e-hälsa 2025

Regeringen och Sveriges Kommuner och Regioner, SKR, har tagit fram en gemensam vision för e-hälsoarbetet fram till år 2025. Målsättningen är att Sverige ska bli bäst i världen på att använda digitaliseringens och e-hälsans möjligheter. En av strategins huvudpunkter är att individen ska vara medskapare. Därför är det viktigt att lära sig och använda så mycket som möjligt kring det som är digitalt.

KONTAKT

Madeleine Rietschel
aldreombudsman@norrталje.se
0176-717 81

Senaste nytt från kommunen

www.norrталje.se/corona

Norrtäljehjälper.se

Plattform för att matcha invånarens behov av hjälp i vardagen med frivilligas möjligheter att bidra under den pågående Coronakrisen. Hjälpen är kostnadsfri.

KSON

Behöver du mer varaktigt stöd och hjälp kontaktar du mottagningsenheten. 0176-714 17 eller e-post bistandsavdelningen@norrталje.se. Måndagar, onsdagar, torsdagar och fredagar 09.00 – 12.00 och 13.00 – 15.00 samt tisdagar 10.00 – 12.00 och 13.00 – 15.00. OBS! Dag före röd dag 09.00-12.00

Anhörigstödssamordnare

Ann-Marie Mattsson
anhorigstod@norrталje.se
0176-746 74

På www.anhoriga.se kan du som närstående bland annat delta i digitala träffar för stöd.



Hur kan man bli digital?

Steg 1: VÅGA.

Steg 2: Du behöver något av dessa verktyg, en dator, surfplatta eller en smartphone som är en telefon som är digital (en vanlig mobil telefon är inte alltid digital)

Steg 3: Du behöver ett abonnemang som ser till att du kan koppla upp dig på internet eller på nätet som man mer säger numer.

Steg 4: Lära sig hur smartphone fungerar och hur man laddar ner appar.

Steg 5: E-postadress och ett mobilt bank-ID är också viktigt att ha.

Det här är grunden. Allt det här är inte helt enkelt att klara själv, så därför har kommunen startat Digidelhjälpen som är ett stöd för dig att bli mer digital. Passa på att ta hjälp!

Digidelhjälpen – stöd att bli mer digital

Här kan du få hjälp! Norrtälje bibliotek har fått beviljat bidrag från Statens kulturråd för att påbörja uppbyggnad av en Digidelverksamhet på kommunens bibliotek. Det är ett led i kommunens satsning på digital delaktighet. Samverkansdialog har också inletts med bland annat Roslagens Sparbanks stiftelse, ICA Kvantum Flygfyren, Seniornet, Sensus och Vuxenskolan. Syftet är att stödja kommunens invånare att bättre kunna nyttja alla de digitala tjänster och produkter som redan finns och fortsätter utvecklas. Biblioteken är redan en självklar plats att vända sig till med dessa frågor. Det är ett långsiktigt arbete med siktet inställt på ett mer permanent DigidelCenter på Norrtälje bibliotek.

Digidelhjälpen är hjälp till självhjälp

- Tryckta guider med steg-för-steg-instruktioner som tagits fram och distribueras av Lexicon
- Särskild IT-support
- Personlig hjälp via telefon 0176-283463 eller e-post Digidelhjalpen@norrtaelje.se

Guiderna finns att hämta på Stadsbiblioteket, Hallstaviks bibliotek, Väddö bibliotek, Rimbo bibliotek samt Biblioteksbussen. Du kan också få dem skickade per post eller e-post. Hjälpen är kostnadsfri.

Om Norrtälje kommuns äldreombudsman

Äldreombudsmannen verkar för äldre som är 65 år och äldre samt att utveckla Norrtälje mot en äldrevänlig kommun. I uppdraget ingår också att bevaka frågor som rör funktionshindrade och nationella minoriteter. Denna funktion samverkar med Kommunalförbundet Sjukvård och omsorg i Norrtälje (KSON) och civilsamhället samt ingår i Kommunala pensionärsrådet (KPR) och Rådet för funktionshindrade (RFF).

Känner du dig nedstämd, ensam eller orolig?

Kontakta Äldrelinjen på telefon 020-222 233.

Vill du veta mer om läget i Sverige?

www.folkhalsomyndigheten.se

YHTEYSTIEDOT

Madeleine Rietschel

aldreombudsman@norrtaelje.se

0176-717 81

Kunta tiedottaa

www.norrtaelje.se/corona

Norrtäljehjälper.se

Täällä koordinoimme kunnan asukkaiden avuntarpeen ja kansalaisjärjestöjen sekä yhdistysten tarjoaman avun.

www.norrtaljihjalper.se

tai 0176-710 00

KSON

Jos tuentarpeesi muuttuu, jos esimerkiksi tarvitset enemmän kotiapua, ota yhteyttä avuntarpeen käsittelyn asiakaspalveluun.

0176-714 17 tai sähköpostitse bistandsavdelningen@norrtaelje.se

. maanantaisin, keskiviikkoisin, torstaisin ja perjantaisin 9.00-12.00 ja 13.00-15.00 sekä tiistaisin 10.00-12.00 ja 13-15.00

NORRTÄLJE
KOMMUN

