

11 feb  
2021

## Välkommen till nyhetsbrev från kommunens äldreombudsman i Norrtälje

Solen skiner, snön gnistrar och det är magiskt vackert. Det ger hopp om att våren snart är här. Dagarna blir ljusare, kylan ger snart med sig, snödropparna tittar fram och våra dagliga promenader blir allt lättare och lite varmare.

### Bidra till utredning om seniorcenter i Norrtälje kommun

Som äldreombudsman har jag fått i uppdrag från kommunfullmäktige att utreda förutsättningarna för att inrätta ett seniorcenter. Tanken är att ett seniorcenter ska kunna fungera som en träffpunkt med tillgång till sociala aktiviteter för seniorer och äldre i kommunen. Nu har du möjlighet att bidra genom att svara på en enkät som tar cirka 10-15 minuter att besvara.

**Besvara gärna enkäten i nedanstående länk så snart som möjligt men senast 28 februari 2021.** Dina svar är värdefulla. Både män och kvinnor uppmuntras att besvara frågorna. De flesta enkätsvaren har hittills inkommit från kvinnor.

<https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=HQKzMa0A8U2y7j7KfEmH7ZY4C8BChpxFqbfMJRZZnWhUMVZZOUi4M1hHNTdIVEdFVUVRRVEwSk04Wi4u>

Tack på förhand för dina svar! Om du inte kan svara på enkäten digitalt kan du ringa till kommunens kontaktcenter 0176-710 00 så får du enkäten hemskickad. Enkäten finns även i en finsk version. Har du frågor du vill ställa på finska? Kontakta Sam Grandell, 0176-713 22

### Aktuellt om vaccinationer mot covid-19

Många har frågor om vaccinationer mot covid-19. Vem kan vaccinera sig nu? Kan jag boka tid och hur gör jag? Det och många fler frågor får du svar genom att besöka 1177.se. Du kan också ringa den nationella telefonlinjen telenummer 08-123 680 00 på vardagar mellan kl 9-12 och 13-15. Den finns på flera olika språk.

I dagsläget har drygt 5 procent av Norrtälje kommuns invånare över 18 år blivit vaccinerade. Det är Kommunalförbundet för sjukvård och omsorg i Norrtälje (KSON) som ansvarar för samordningen av vaccinationerna enligt planering och beslut från Region Stockholm. Vaccinationen genomförs i olika faser utifrån Folkhälsomyndighetens rekommendationer och tidplanen är beroende på tillgången av vaccin.

Alla äldre, initialt 91 procent, som bor på äldreboende får nu sin andra dos vaccin. Parallellt pågår också vaccinationer av personal inom vård och omsorg. Nu pågår också planering tillsammans med utförarna i Norrtälje kommun för nästa prioriterad grupp så snart vaccin finns. Det gäller personer som är 18 år och äldre med omsorgsinsatser från hemtjänst, hemsjukvård och de boende i bostad med särskild service enligt LSS, personlig assistent och vuxna som bor med dem. Personer med enbart serviceinsatser som städ, inköp och trygghetslarm omfattas ej i just denna prioritering. Aktuell tidplan finns på 1177.se

### KONTAKT

Madeleine Rietschel  
aldreombudsman@norrtalje.se  
0176-717 81

### Senaste nytt från kommunen

[www.norrtalje.se/corona](http://www.norrtalje.se/corona)

### Norrtäljehjälper.se

Plattform för att matcha invånares behov av hjälp i vardagen med frivilligas möjligheter att bidra under den pågående Coronakrisen. Hjälpen är kostnadsfri. Ring kommunens kontaktcenter 0176-710 00

### Behöver du mer varaktigt stöd och hjälp?

Det kan till exempel handla om hemtjänst, trygghetslarm eller liknande. Då kontaktar du mottagningsenheten på Kommunalförbundet Sjukvård och omsorg i Norrtälje. 0176-714 17 eller e-post [bistandsavdelningen@norrtalje.se](mailto:bistandsavdelningen@norrtalje.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.

### Anhörigstödssamordnare

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

Nu kan du som anhörig till en närstående med demenssjukdom få tips och råd genom en webbkurs. Läs mer <https://www.norrtalje.se/info/stod-och-omsorg/sjukvard-och-omsorg/anhorigstod/> eller kontakta Ann-Marie Mattsson.

NORRTÄLJE  
KOMMUN



## Alla 65 år och äldre ingår i fas 2

Enligt Folkhälsomyndighetens prioriteringsordning ingår alla personer som är 65 år och äldre i fas 2 och de som är äldst vaccineras först. Region Stockholms preliminära tidplan är succesiv från mitten av mars. Det går ej att boka tid utan alla 65 år och äldre kommer att få personligt utskick från Region Stockholm i sin brevlåda med information.

## Smittläget

Smittläget de senaste veckorna är oförändrat. Dock finns en oro hos Region Stockholm vad gäller tillgång till vaccin, mutation av viruset och en tredje våg. Så trots att läget känns lite stabilare just nu så gäller att ta Region Stockholms oro på allvar genom att fortfarande att hålla i och hålla ut, hålla avstånd och följa restriktioner och rekommendationer.

## Lokalt besöksförbud på äldreboenden

Det tillfälliga lokala besöksförbudet på äldreboenden i Norrtälje kommun har ytterligare förlängts och gäller nu fram till och med den 23 februari 2021. Detta är en extra försiktighetsåtgärd under andra dosen av vaccineringsen. Make/maka eller sambo till den boende undantas från besöksförbudet. Äldreboendena kan fortfarande erbjuda besök utomhus. Kontakta alltid personalen på boendet inför ett besök för att höra vilka lokala rutiner som gäller.

## Få inspiration att bli mer digital

Säsong 2 av SVTs populära serie Seniorsurfarna startade den 9 februari. Att bli mer digital är ett av det viktigaste man kan göra för sig själv just nu förutom att se till att motionera, äta bra och näringsrik kost och följa folkhälsomyndighetens rekommendationer. Vill du ta del av första säsongen så har du länken här och sprid tipset om Seniorsurfarna gärna vidare.

<https://urplay.se/sok?query=Seniorsurfarna>

Länsstyrelsen kommer också att starta den 17 februari – Podden/program för dig som vill bli mer digital - via Skärgårdsradion. <https://www.lansstyrelsen.se/stockholm/om-oss/pressrum/nyheter/nyheter---stockholm/2021-02-11-ny-podd-ska-inspirera-lanets-seniorer-att-bli-mer-digitala.html?fbclid=IwAR3W6saW2Sy17sbiWEGurGII4nAv2sJnMI9h0yziHlfQMhkwzsGubJFXxoQ>

## Fikeringar – trevliga träffar och nya kontakter

Vill du prova ett nytt sätt att upprätthålla sociala kontakter under pågående pandemi? Då ska du prova att fikeringa. Den som vill kan starta en egen fikering och hålla kontakt med nära och kära. Läs mer här. <https://www.norrtalje.se/info/stod-och-omsorg/omsorg/roslagsmodellen/fikeringar---hall-kontakten-via-telefon/>

## Radiostund med äldreombudsman

Just nu pågår planering inför - Radiostund med äldreombudsman - via Skärgårdsradion som är ett test och pilotförsök under våren 2021. Sändningarna sker via Skärgårdsradio på 107,8 och 104,1. Trolig start i mars 2021. Sändningstider kommer att finnas i Skärgårdsradios programtablan, Mitt i Roslagen.

## 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](http://www.folkhalsomyndigheten.se)

## YHTEYSTIEDOT

Madeleine Rietschel  
[aldreombudsman@norrtalje.se](mailto:aldreombudsman@norrtalje.se)  
0176-717 81

## Kunta tiedottaa

[www.norrtalje.se/corona](http://www.norrtalje.se/corona)

## Norrtäljehjälper.se

Täällä koordinoimme kunnan asukkaiden avuntarpeen ja kansalaisjärjestöjen sekä yhdistysten tarjoaman avun. [www.norrtäljehjälper.se](http://www.norrtäljehjälper.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@norrtalje.se](mailto:bistandsavdelningen@norrtalje.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

