

19  
Mars  
2021

## Välkommen till nyhetsbrev från kommunens äldreombudsman i Norrtälje

Påsken närmar sig och vi alla ser fram emot att fira den som vanligt med nära och kära. Men det är en ökad smittspridning både nationellt och regionalt så det gäller att göra allt vad vi kan för att bromsa pandemin genom att följa råd och rekommendationer.

### Vaccinationer för personer som är födda 1941 eller tidigare är nu igång

Personer som är födda 1941 eller tidigare erbjuds nu vaccination. Det är den vårdcentral där man är listad hos som kontaktar dig för tidbokning. Region Stockholm kommer att skicka ett informationsbrev till personer 65-79 år när det är dags för vaccination.

#### Vaccinationerna vid äldreboende är klara

Alla som inledningsvis tackade ja till vaccination, 91 procent, har nu fått sin andra dos vaccin. Nya personer som flyttar in på ett äldreboende erbjuds successivt vaccination.

#### Ta del av kommunens vaccinationsstatus per den 19 mars

<https://www.norrtalje.se/nyheterna/2021-03/vaccinationsstatus-19-mars-vaccinationerna-pagar-i-de-forsta-prioriterade-grupperna/>

#### Frågor och svar

Jag får många frågor som rör vaccinationer mot covid-19. Här finns frågor och svar samlade. <https://www.1177.se/Stockholm/sjukdomar-besvar/lungor-och-luftvagar/inflammation-och-infektion-ilungor-och-luftror/om-covid-19--coronavirus/om-vaccin-mot-covid-19/>

#### Smittläget i Norrtälje kommun

Det är hög smittspridning i regionen med många bekräftat smittade av covid-19. I Norrtälje kommun visar den senaste statistiken för vecka 10 på 75 bekräftat av covid-19 som är i nivå med veckan innan. Norrtälje sjukhus gick upp i stabsläge den 18 mars på grund av ett ökat tryck av antal patienter i deras covidflöde. Förra veckan, konstaterades även ett antal bekräftade smittade på ett äldreboende.

### Se upp för bedrägerier!

Polisen, Region Stockholm och 1177 Vårdguiden varnar för bedrägerier i samband med coronaviruset och vaccinationer. Det allra viktigaste är att ALDRIG ge ut personnummer, kontonummer eller bank-id vid telefonkontakt eller om någon ringer på dörren ber om de uppgifterna. De är dina personliga "nycklar" som du aldrig ska ge till någon annan. När vårdcentralen ringer dig som är 80 år eller äldre för att boka tid för vaccination begär de aldrig att du ska logga in med bank-ID eller uppge kontonummer. Vaccinationen är kostnadsfri.

Sida 1/2

#### 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



## Badhusen har öppnat för dig med behov

Från och med 10 mars har badhusen öppnats för dig med rehabiliterings- eller habiliteringsbehov. Du behöver boka tid. Här kan du läsa mer.

[https://www.norrtalje.se/nyheterna/2021-03/motionssim-for-dig-med-rehabiliterings--eller-habiliteringsbehov/?fbclid=IwAR3\\_QXcZQKT7\\_LPur27MtQxZUzH9DIHF72XI9M-QWb5GGMWiYB59leKievM](https://www.norrtalje.se/nyheterna/2021-03/motionssim-for-dig-med-rehabiliterings--eller-habiliteringsbehov/?fbclid=IwAR3_QXcZQKT7_LPur27MtQxZUzH9DIHF72XI9M-QWb5GGMWiYB59leKievM)

## Rapport om livet för de äldre under första vågen

Stiftelsen Stockholms stads Äldrecentrum har presenterat en rapport om hur livet var för de äldre under första vågen. Rapporten visar att de äldres vardag förändrades mycket och påverkade de sociala kontakterna, fysisk aktivitet och den psykiska hälsan försämrades. Fler besvärades av ensamhet än innan pandemin.

Det lyfts några positiva tecken i rapporten bland annat har en del kunnat hjälpa andra att klara sig bättre. En tredjedel använder videosamtal i större utsträckning. 20 procent har hittat nya intressen eller tagit upp tidigare intressen. Det var fler kvinnor som kände sig begränsade i sina aktiviteter och upplevde jobbigt att inte få träffa människor som stod dem nära. Det var också fler kvinnor än män som upplevde ensamhet. Via länken "kan du också se en video om rapporten. <https://youtu.be/FNOJaYkSxxg>

## ALL DIGITAL WEEK 2021

Den 22-23 mars arrangerar Digidelcenter, All Digital Week. Här kan du öka dina digitala färdigheter, läs mer här.

<https://kultur.norrtalje.se/web/arena/all-digital-week>

## Enkät om seniorcenter

Det är många som har engagerat sig för att svara på enkäten om att kunna inrätta ett seniorcenter som kan vara en mötesplats för äldre i kommunen. Vill du också bidra med dina synpunkter? Passa på för svarstiden förlängd till den 28 mars. Tack för ditt svar, det är värdefullt.

<https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=HQKzMa0A8U2y7j7KfEmH7ZY4C8BChpxFqbfMJRZZnWhUMVZZOUI4M1hHNTdIVEdFVUVRREwSk04Wi4u>

## En Glad Påsk önskar jag redan nu!

### 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. 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

NORRTÄLJE  
KOMMUN

