

Anteckningar från SeniorVärldens seminarium 15 april

Välkomna

- Seminariet är uppdelat i två delar, en del idag och en 12 maj.

Heta stolen (utfrågning): Om antologiprojektet

Fråga till Petter Ahlström, Ekon Dr, Generalsekreterare SeniorVärlden: Vad var din idé med SeniorVärlden?

- Svar: Petter har alltid haft ett intresse för samhällsbyggande, innovation, nytänkande, hälsa samt äldre vuxna och deras boende. Han har forskat och arbetat med dessa frågor i praktiken. Han tyckte att det behövdes en plattform där det teoretiska och det praktiska kunde mötas. På denna plattform skulle olika parter mötas och förstå varandra med syftet att implementera goda lösningar. Det började som en konferensserie men man ville sedan utveckla detta till något större. Då skapades en ideell förening med målet att forma branschen. Man vill även åstadkomma en diskussion om dessa frågor som präglas av mångfald.

Fråga till Petter Ahlström: Berätta om SeniorVärlden.

- Svar: SeniorVärlden är en ideell förening som vill bjuda in olika parter i branschen till ett sammanhang utan konkurrens. Man vill även ta del av synpunkter från allmänheten, främsta dels äldre vuxna, och från politiken. Föreningen har just nu formen av ett begynnande branschforum. Just nu består förningen av 11 partnerorganisationer och en rådgivande kommitté. Men även alla som deltar på dessa event och kommer med synpunkter är också en del av SeniorVärlden.

Fråga till Petter Ahlström: Varför ska vi skriva bok om antologi?

- Svar: Det var Barbro Westerholm som presenterade idén på en av SeniorVärldens konferenser. Det var en deltagare på konferensen som frågade vad alla dessa begrepp som använts under konferensen betyder. De fick då en insikt att de begrepp som de använder inte är självklara för alla. Då förslog Barbro att SeniorVärlden borde skriva en antologibok om dessa begrepp och så föddes idén. Det är Svensk Byggtjänst som har sett till att SeniorVärlden har fått möjligheten att skriva boken. Just nu är det 18 organisationer, varav två är norska, som vill bjuda på goda exempel till boken.

Fråga Jan Paulson, professor emeritus Chalmers: Behövs det en sådan här antologibok? Vad är ditt råd när vi ska skriva boken?

- Svar: Det är viktigt att diskutera innehållen av begreppen för vardagslivet i äldreboenden. Äldreboenden har funnits länge och begreppen har ändrats flera gånger. 1896 byggdes det första huset som kallades ålderdomshem och de som bodde där kallades vårdtagare. Detta var en stor förändring från begreppet fattighem som det hade använts tidigare. På 60-talet skedde en till stor förändring. Då började begreppet åldershem bli gammalt och det ersattes med nya begrepp. Idag har vi kommit till en punkt där vi behöver uppdatera och diskutera dessa begrepp igen. Dessa begrepp är mycket viktiga då de är verktyg i vårt arbete.

Fråga till Göran Lindahl, Professor Chalmers, styrelseledamot SeniorVärlden: Varför är dessa begrepp viktiga?

- Svar: Vi måste veta vad vi pratar och därför måste vi definiera vad vi håller på. Därmed är entydiga begrepp av stor vikt och skapar förutsättningar för en debatt. Att uppdatera dessa begrepp ger också en knuff att sätta i gång en diskussion om dessa frågor.

Alla dessa begrepp. Barbro Westerholm, Professor emerita, riksdagsledamot (L).

- 2006 var Barbro orderförande äldreboendedeklaration.
- De hade då uppgift att komma med förslag till boende för äldre vuxna.
- De vill komma ifrån uppfattningen att alla vill bo kvar hemma.
- Det fanns då massa olika begrepp inom boende för äldre vuxna och man vill därför komma fram till färre och entydiga begrepp.
- Man ville döpa om särskilt boende till vård- och omsorgsboende. Anledningen till det var att man tyckte att det var oklart vad som var särskilt. Var det de som skulle bo på boendet? Vård- och omsorgsboende är ett bättre namn eftersom de som bor på dessa boenden får heldygnsvård. Detta gick dock inte ändra på grund av juridiska skäl. Idag kallas dessa boenden för äldreboende.
- På Seniorval.se finns det tre olika väl definierade boendetyper vilket är en tydlig uppdelning.
- Barbros slutsats är att namnen på boendena är viktiga för att de återspeglar vad man kan förvänta sig av de olika boendena. Om namnen är otydliga finns det en risk att man kan känna sig lurad. Därför är den här antologiboken viktig för att den kommer skapa mer entydiga begrepp för exempelvis boendeformer. Vidare vill Barbro ändra namnet särskilt boende på sikt. Ett argument för att det används är att det även används för boenden för personer med funktionshinder, men Barbro tycker ändå att det går att förändra.

Bostadskvalitet och kvarboende. Ola Nylander, professor Chalmers.

- De har utfört en studie där man intervjuade 30 personer i Norra älvstranden i Göteborg och 150 personer fick fylla i en enkät.
- Man kom fram till tre begrepp som är viktiga för arkitekter när de ska rita kvarboende eller göra om nuvarande boenden till kvarboenden.
- De tre begreppen är:
 - Sovrumskapacitet: Vilket innebär att ett sovrum ska ha en viss storlek för att kunna bedriva en viss vård.
 - Rumslig närhet: Vilket innebär att det ska finnas ett visst avstånd mellan olika rum i boendet. Man kom fram till ett gränsvärde på 6 meter.
 - Funktionell autonomi: Vilket innebär att om enbart av två i ett hushåll behöver vård ska den friska kunna leva ett friskt liv. Det betyder att bara ett rum ska beröras av vårdssituationen och att det därmed ska finnas privata delar i boendet.
- Dessa begrepp är inte direkt kopplade till yta utan har med boendens planlösning att göra. Små lägenheter kan få bättre betyg inom dessa områden än större lägenheter. Det är viktigt att vårdtagarens sovrum ligger nära entrén och har nära till ett badrum.
- Med hjälp av de här tre begreppen kan en arkitekt bedöma möjligheten för ett boende att bli ett kvarboende, det vill säga om boendet fungerar som vårdlägenhet.
- Denna studie kommer att presenteras i en vetenskaplig artikel och en bok om detta kommer även att ges ut. Man hoppas att detta kan hjälpa till när man bygger nya bostäder.

Infrastruktur och utmaningar för ett åldrande samhälle. Göran Lindahl, Professor Chalmers, styrelseledamot SeniorVärlden.

- Göran tar upp ett bredare perspektiv på dessa frågor och belyser att vi står inför en socioekonomisk utmaning.
- Både vi och infrastrukturen runt om oss åldras och därför bör vi ha ett brett perspektiv när vi diskuterar frågor om boende för äldre vuxna.
- Infrastruktur innefattar den byggda infrastrukturen men även infrastruktur för dokumentation med mera.
- Genomsnittsåldern har ökat under en längre tid och är en samhällsutmaning. För att lösa denna utmaning krävs initiativ.
- Det pratas mycket om det åldersvänliga samhället och då tänker man i första hand på de äldre vuxna. Men infrastruktur runt omkring oss slits och system behöver förändras. Därför behöver vi även vara åldervänliga mot infrastrukturen.
- För att göra det behöver vi underhålla infrastrukturen vilket för med sig mycket kostnader. Dessutom underskattas ofta dessa underhållningskostnader.
- Det råder även en stor kompetens brist inom många branscher. Detta innebär att det saknas kompetens för att bibehålla vissa delar infrastrukturen. Därför behövs det mer kompetenser och då är seniorer en resurs som kan användas.
- Anledning till att det svårt att få igenom förändring inom detta område är att det finns många motsträviga intressen i samhället.

Livet innehåller alla åldrar och så även boendet. Ingmar Skog, professor Göteborgs Universitet.

- Vilka ska bo i bostäderna för de äldre vuxna?
- Vi har många åldrar inom oss men lägger hela tiden på oss nya erfarenheter.
- Det är mycket viktigt att förstå vilka som är äldre idag.
- De som är seniorer i dag är mer högt utbildade än vad de har varit tidigare.
- Ett vanligt citat är att 70 är det nya 50. Detta stämmer eftersom äldre vuxna är piggare, mer fysiskt starka och har bättre intellektuell funktion än tidigare.
- Ett annat citat är 70 är det nya 20. Detta handlar om vad vill göra och vilken syn man har på sitt liv. Många äldre vuxna vill hinna med och göra mycket innan de blir för gamla. Exempelvis åker många mer utomlands idag än förut.
- En negativ trend är att äldre vuxna dricker mycket mer idag. Men de är mer sexuellt aktiva och nöjda med sitt sexliv samt är mindre deprimerade.
- En hypotes är att födelseår är viktigare än ålder. Argumentet är att man påverkas mycket av sin generation.
- Dessa trender hos äldre vuxna tyder på vikten av innehåll av aktiviteter på äldreboende.
- Ingmar var med och genomförde ett projekt där en förskola besökte ett äldreboende varje onsdag under en tid. Man gjorde tester på de äldre vuxna innan och efter experimentet och till sin förvåning såg man enorma förändringar. Till exempel hade en del inte demens längre. Experimentet spelades in och finns på TV4play.
- Många blir passiva på äldreboenden och därför behöver de mer utmaningar.
- Det är inte bra överbeskydda äldre vuxna eftersom det bidrar till passiviteten.

- Det man bör göra är att hitta på meningsfulla saker som utmanar hjärnan och musklerna. För att detta ska bli av bör man planera in tid för dessa aktiviteter. Man bör även fråga de kommande äldre vuxna om vilka aktiviteter de vill ha tillgång till.
- Besöksförbudet på äldreboenden på grund av COVID-19 har gjort att aktiviteter har minskat.

Döda myterna om äldre. Börje Bjölke, Professor Oslo universitet, ordförande SeniorVärlden.

- Bilden som många har av att bli äldre är att det bara blir värre och värre. Detta är ingen bra bild.
- Börje tycker att man bör ha bilden att man ska leva ett friskt liv när man är äldre.
- Det finns många teorier om varför vi åldras. Den mest vanliga är att åldrandet fram till 85 beror på vår genetik och därefter beror det på vår livsstil.
- Börje tycker att vi bör gå över till att använda biologisk ålder istället för kronologisk ålder.
- När vi är 25 år gamla så är frontalloben fullt utvecklad och man kan säga att vi inte blir äldre.
- Det är de friska äldre vuxna som kostar mest pengar eftersom om man lever måste man ha pengar att leva på.
- Vad är normalt åldrande? Är det normalt att behöva använda rullator?
- Av de äldre vuxna är bara 7% multisjuka, vilket visar att de flesta är friska.
- Att bli gammal är ingen i sjukdom i sig och man kan dö frisk.
- Det sista året i livet är det dyraste när det kommer till sjukvård.
- Ett år på ett äldreboende kostar 1 miljon kronor per vårdtagare.
- En vanlig föreställning är att alla vill/skall bo hemma. Men alla bor egentligen hemma och det är enbart upplevelsen av att bo där som varierar.
- En trend är att antal friska äldre vuxna ökar.
- Börje tycker att det behöver satsas mer på personlig medicin och sjukvård.
- Börje är intresserad av samhällsbyggande eftersom det har stor påverkan på vår livskvalité. Han tycker även att diskussionen personer i samhällsbyggnadsbranschen är mycket givande.

Paneldiskussion: Begrepp och begreppsbildning

Anförande av Morgan Andersson, Adjungerad professor Chalmers: Kopplingen mellan fysisk miljö och livskvalité är mycket viktig.

Anförande av Ewa Samuelsson, ordförande Föreningen Blomsterfonden: Äldre är ingen homogengrupp och alla har olika behov och därför behövs olika boenden. Men det finns även ett eget ansvar att planera ditt eget liv så att du får det boendet du vill ha. Ewa vill även belysa att det frågan om boende för äldre ser mycket olika ut för olika delar av landet. Slutligen vill hon även trycka på vikten att göra om de bostäder som finns och att bygga nya.

Anförande av Jan Hoff, Professor NTNU (Trondheim): Passivitet och stillasittande bland äldre vuxna är ett stort problem i Norge och i världen. Många äldre blir sjuka och fler och fler dör av hjärtsjukdomar. Många äldreboenden bidrar till detta då de är passiverande. Jan vill att boenden ska ändras så att de som bor där får röra sig mer.

Anförande av Petter Ahlström, Ekon Dr, Generalsekreterare SeniorVärlden: Passivitet och stillasittande bland äldre vuxna är som sagt inget svenskt problem, utan ett problem för hela norra jordklotet. Många har undersökt detta problem eftersom vi inte har enhetlig bild av det. Ett exempel på en studie som har undersökt detta är Happy Report från England. Den har påverkat arbetet på SeniorVärlden mycket och Happy rapporten kommer vara bifogad i boken.

Anförande av Sören Runsteen, VD, vice ordförande SeniorVärlden: Hur kan vi skapa ett boende som inte bara fysiskt bra utan så att även livet i boendet blir meningsfullt? Sören tycker att den sociala infrastrukturen kan vara en del i detta. Han tycker att det är fullt görbart att ge livet i boendena meningsfullt men man måste vara engagerade i dessa frågor i så fall. Det är även viktigt att ha en helhetssyn på boendena och på så sätt fylla den fysisk platsen med liv. Slutligen tycker Sören att de bör vända sig till de som är friska och få de att flytta tidigare till ett boende. För att göra detta är antologiboken ett bra redskap som visar på goda exempel och på så sätt får upp intresset för dessa boenden.

Sammanfattning och arbetshypotes om begrepps- och kategoriseringstypologi, "hemläxa" till nästa tillfälle

- SeniorVärlden har tagit fram en karta som visualiserar begreppen och den utgår från Happy studien.
- De parametrarna man undersöker är behov, hälsa, bostad och design och ser hur dessa kan variera för olika boenden.
- Man har även skrivit upp flera begrepp som man vill reducera till färre och entydiga begrepp.
- Denna karta kan användas för att studenter ska få ett helhetsperspektiv på dessa frågor.
- Boken riktar sig först till studenter, forskare men även till andra intressenter.
- En förbild för boende för äldre vuxna är USA där det finns mycket olika boenden att välja på.

Till nästa seminarium:

- Kartan kommer laddas upp på SeniorVärldens hemsida.
 - SeniorVärlden vill ha tankar och åsikter om kartan. Fundera på det ni har hört under seminariet och skicka tankar och åsikter enligt följande:
 - Skicka dina åsikter i punktform till Petra Sandberg på följande e-postadress: petra@sehlhall.se
 - Vi önskar dina svar i punktform senast 10 maj
- Förbered gärna ett kort anförande med stöd i de argument du lyfter fram i uppföljande webinarium den 12 maj kl. 08.00-09.30