

Projekt, uppdaterad 2026 03 20

# Nära vård och digitala hjälpmedel för seniorer,

ett samarbetsprojekt SPF Seniorerna, PRO, RPG och SKPF i Västra Götaland, VGRegion, delregioner och kommuner.

## Bakgrund

Inom Hälso- och sjukvården pågår en omfattande omställning till Nära Vård. I takt med att samhället förändras och teknologin utvecklas får även vården och de verktyg som vi använder för vårt välbefinnande nya former och möjligheter. För många seniorer kan dessa förändringar både vara spännande och utmanande. Därför arrangerar pensionärsorganisationerna SPF Seniorerna, PRO, RPG och SKPF infoträffar med temat "Nära vård och digitala hjälpmedel".

Projektidén är förankrad och har stöd i det Regionala Pensionärsrådet - RPR och i pensionärsråden i Delregionala nämnd Västra och Norra. Fortsatt förankring sker efterhand i de 3 övriga delregionala pensionärsråden och kommunernas pensionärsråd/KPR eller motsvarande.

## Övergripande syfte med infoträffarna

Syftet är att ge seniorer i kommunerna en ökad förståelse för vad Nära vård innebär, hur digitala hjälpmedel kan underlätta kontakterna med vården samt att erbjuda ett tillfälle för frågor, diskussion och erfarenhetsutbyte. Träffen vänder sig till de, som vill veta mer om vad Nära Vård innebär, hur den digitala utvecklingen påverkar vården och om vilka digitala verktyg som finns tillgängliga för att förenkla och förbättra livet som senior.

## Vad är Nära vård?

Nära vård är ett begrepp som på senare år blivit alltmer centralt i svensk hälso- och sjukvård. Det handlar om att flytta fokus från sjukhusen till närmare individen, ofta i hemmet eller på den plats där du bor och lever. Tanken är att vården ska vara mer tillgänglig, anpassad efter individens behov och ges i samverkan mellan olika aktörer inom den regionala och kommunala hälso- och sjukvården och den enskilde. Vården skall vara proaktiv och hälsofrämjande och den enskilde och närstående ska vara involverad i planering och utförandet.

- Tillgänglighet: Vården ska vara lätt att nå, både fysiskt och digitalt.
- Helhetstänkande: Insatserna utgår från individens hela situation och med den enskilde som medskapare.
- Samverkan: Olika aktörer arbetar tillsammans för att skapa så bra stöd som möjligt.
- Förebyggande arbete: Fokus på att förebygga ohälsa och stödja hälsosamma levnadsvanor.

## Digitala hjälpmedel – vad finns och hur används de?

Digitala hjälpmedel är ett samlingsnamn för olika appar, verktyg och tjänster som kan användas för att underlätta vardagen och skapa ökad trygghet och självständighet. För seniorer kan dessa hjälpmedel vara särskilt värdefulla, både i kontakt med vården och i det dagliga livet.

Exempel på digitala hjälpmedel:

- Larmtjänster: Digitala trygghetslarm kopplade till hemtjänsten ger ökad säkerhet vid oväntade situationer.
- Videosamtal: Möjlighet att ha läkarbesök och rådgivning utan att behöva lämna hemmet.

- Digitala hjälpmedel för läkemedelshantering: Påminnelser och information om när och hur läkemedel ska tas.
- Digital journal: Tillgång till sin egen vårdinformation via 1177.
- Aktivitetsarmband och hälsomonitörer hjälper till att hålla koll på blodtryck, puls, aktivitet och sömn.
- E-tjänster: Boka nytt och boka om läkar-och andra vårdbesök, förnya recept och ta del av provsvar via dator eller mobil mm

### **Hur påverkar digitaliseringen vården för seniorer?**

Digitaliseringen innebär många nya möjligheter, men också vissa utmaningar. För den som är van vid datorer och smartphones kan det vara en självklarhet att använda digitala tjänster, medan det för andra kan kännas främmande eller svårt. På infoträffen kommer det finnas möjlighet att både få information och att ställa frågor kring digitala hjälpmedel – alltifrån hur de fungerar tekniskt till hur man kan använda dem i praktiken.

Föreläsare och experter från regionen, kommunen och pensionärsorganisationerna kommer att finnas på plats för att visa på olika hjälpmedel, ge tips och vägleda deltagarna genom exempel och praktiska demonstrationer.

### **Utbyta erfarenheter**

En viktig del av infoträffen är att deltagarna får chans att diskutera, dela erfarenheter och ställa frågor. Det kommer att finnas olika stationer där det går att få individuell handledning och diskutera oro eller funderingar som kan finnas kring den digitala utvecklingen.

### **Vanliga frågor bland seniorer**

- Hur säkert är det att använda digitala tjänster?
- Vad gör jag om jag glömmer mitt lösenord till en e-tjänst?
- Måste jag ha en modern smartphone för att kunna använda digitala hjälpmedel?
- Vem hjälper mig om jag fastnar eller inte förstår instruktionerna?
- Kan jag lita på att mina personuppgifter hanteras säkert?

Dessa och många fler frågor kommer att få svar under infoträffen.

### **Arrangörer i samverkan**

SPF Seniorerna, PRO, RPG Och SKPF är ideella pensionärsorganisationer som tillsammans har lång erfarenhet av att arbeta för seniorers villkor och livskvalitet. Genom att samarbeta med kommuner, Regional primärvård; Närhälsan mfl och Sjukhusen i VGR kan vi erbjuda infoträffar med föreläsare och praktisk rådgivning. KPR eller motsvarande i kommunerna är den naturliga plattformen för planering och utförande.

### **Syftet med en infoträff i samverkan**

- Stärka seniorers kunskap om den Nära Vården och de digitala verktygen
- Motverka digitalt utanförskap och öka självständigheten.
- Främja trygghet i vardagen.
- Tydliggöra sjukvårdsaktörernas gemensamma uppdrag och ansvar.

### **Praktisk information om infoträffar**

- Datum och tid: Tiden annonseras via de respektive organisationernas kanaler, kommunernas hemsidor och infokanaler, Lokalpress.

- Plats: lättillgänglig för alla.
- Kostnad: Deltagandet är kostnadsfritt; fika ingår.

### Tips inför infoträffarna/uppmana deltagarna att

- förbereda frågor kring digitala hjälpmedel eller Nära vård.
- gärna ta med egen mobiltelefon eller surfplatta om du vill öva på plats.
- inte vara rädda för att be om hjälp – det finns erfarna handledare på plats.

### Sammanfattning

Att bygga broar mellan ny teknik, trygg vård och seniorers behov är avgörande för ett inkluderande samhälle. Infoträffen om Nära vård och digitala hjälpmedel är ett initiativ för att öka kunskapen, tryggheten och delaktigheten för seniorer i kommunerna. Oavsett om seniorer är teknik-vana eller nybörjare är alla seniorer varmt välkomna till en dag full av inspiration, praktiska tips och möjlighet till frågor.

### Generellt program att anpassa

SPF Seniorerna, PRO, RPG, SKPF och andra intresserade seniororganisationer genomför i samarbete med aktuell kommun, Regionens primärvård; Närhälsan och privata vårdgivare samt aktuellt sjukhus infoträffen.

**Tid:** 13.00-16.00

**Plats:** Lokal med plats för ca 400 personer eller anpassat till kommunens storlek

### Förslag Program:

- 13.00-13.10 Välkomna! värdar aktuell Kommun och representant för seniororganisationerna
- 13.10-13.40 ”Vad är Nära vård ur seniorernas perspektiv?”?  
AC Baar, SPF Seniorerna Bohusdistriktet
- 13.40-14.50 Vad erbjuder kommun, vårdcentraler/rehab och sjukhus för att ge nära vård och hur samarbetar organisationerna med varandra och med patienter/närstående?  
  
Möjlighet att ställa frågor
- 14.50-15.10 Presentation av teknik från de digitala coacherna med uppmaning till publiken att komma fram till utställningsborden-pröva och fråga efter dragningen.
- 15.10 Kaffe/fika och tid att gå runt till de olika utställarna för att fråga och pröva teknik.
- 16.00 Avslut

Aktiviteten kommer att utvärderas av de medverkande aktörerna, datum?  
Därefter kommer infoträffar att succesivt erbjudas i regionens kommuner.

## Arbetsgång-process/beskrivning: Infoträff Nära Vård och digitalisering Från förankring till genomförande

### 1. Initiativ och brett stöd

Satsningen är initierad av representanterna i det Regionala Pensionärs Rådet (RPR) och har hittills på regionstyrelsens ordförandes uppmaning förankrats i de delregionala nämnderna., hittills Västra och Norra , som båda är positiva och vill med stöd av respektive nämnd delta med sina lokala pensionärsrepresentanter i genomförandet. I övriga 3 delregionala nämndernas p-råd genomförs förankring efter hand.

### 2. Förankra förslaget

- Projektet förankras av de delregionala nämnderna vid sina resp kommundialoger
- P-organisationernas representanter förankrar i sina respektive distriktsstyrelser
- Förslaget presenteras för pensionärsledamöterna i aktuella KPR, som i sin tur förankrar i sina respektive föreningsstyrelser. Kontakt tas med ev övriga pensionärsorganisationer.
- När P-org, som är representerade i KPR är informerade och med på tåget, nominera frågan gemensamt i KPR.
- Förslaget förankras i den politiska ledningen i KPR genom dialog och i samverkan med förvaltningschef/motsvarande inom vård och omsorg.

Hittills har aktuella kommuner: Partille, Öckerö, Kungälv, Tjörn, Härryda och Mölndal tagit på sig samordningsrollen/lokala projektansvaret inom sina respektive kommuner

### 3. Fastställ datum, medverkande och lokal

- Planeringsgrupp träffas, samordnar och kontakter
  - Kommunal primärvård och digitala coacher
  - Regionens primärvård: Närhälsan och privata vårdgivare (vårdcentraler/rehab)
  - Aktuellt Sjukhus; Sahlgrenska, Sjukhus i Väst, NÄL, SÄS, Skövde; närvårdsteam
  - Boka lokal i aktuell kommun

### 4. Planeringsträff

- Genomför en gemensam planeringsträff med alla inblandade parter för att säkerställa samordning och förtydliga upplägget. Fastställ program!

### 5. Kommunikation och annonsering

- När planering och datum är klart, skapa annons, flyers mm,
- Informera på föreningarnas lokala möten
- Pensionärsorganisationers hemsidor. SPF-appen
- Sociala medier
- Kommunens hemsida och andra digitala kanaler
- Annonsera i Lokalpress
- Kontakta Lokalpress för ev artikel och eller deltagande på infomötet

## **Infoträff: Nära vård och digitala hjälpmedel för seniorer i x kommun**

*Välkommen till en dag fylld av kunskap, inspiration och praktiskt stöd!*

Ta del av dagens och framtidens vård och lär dig mer om digitala hjälpmedel, som kan förenkla och trygga vardagen! SPF Seniorerna, PRO, Aktiva Seniorer och RPG i x kommun bjuder in till infoträff med fokus på Nära vård och digitala tjänster för seniorer.

Datum och tid: xxxxxx, kl. 13.00–16.00

Plats: xxxxxxxxx

Kostnad: Fri entré – fika ingår!

### **Vad handlar infoträffen om?**

Nära vård är ingen ny organisation utan ett nytt sätt att arbeta i samverkan mellan region och kommun – vården flyttas närmare dig och erbjuds ofta i hemmet, eller där du lever. Digitala hjälpmedel utvecklas snabbt och kan underlätta för dig som senior, både i kontakten med vården och i vardagslivet. Under infoträffen får du veta mer om:

- Hur Nära vård fungerar och vad det innebär för dig
- Vilka digitala hjälpmedel som finns – från trygghetslarm och videosamtal till appar för läkemedelshantering och e-tjänster på 1177 mm
- Hur du enkelt och säkert kan använda dessa verktyg
- Vart du vänder dig om du behöver hjälp

### **Varför delta?**

Infoträffen riktar sig till dig som vill veta mer om vårdens utveckling och hur den digitala utvecklingen påverkar vården och vilka nya möjligheter som finns. Kommunens och regionens chefer och experter kommer att svara på vanliga frågor, visa praktiska exempel och ge individuell vägledning. Deltagarna får chans att fråga individuellt/mindre grupper om

- hur man använder digitala tjänster tryggt och säkert
- frågor avseende teknik och vård
- digitala verktyg, appar mm– ta gärna med egen mobil eller surfplatta!

### **Arrangörer**

SPF Seniorerna xxxx, PRO xxxx, SKPF xxxxxx, RPG xxxx och/eller eventuella andra pensionärsorganisationer i samverkan med xxxxxxxx kommun, Närhälsan, privata vårdgivare och aktuellt sjukhus´ närsjukvårdsteam

### **Varmt välkomna!**

Ingen föranmälan krävs – kom som du är och ta del av en engagerande dag för ökad kunskap, trygghet och digital självständighet. Mer information hittar du på organisationernas och kommunens hemsida.

### **Aktuella LOGOs**



## Nära vård och digitala hjälpmedel för seniorer

**INBJUDAN TILL INFORMATIONSTRÄFF:** Ta del av dagens och framtidens vård och lär dig mer om digitala hjälpmedel, som kan förenkla och trygga vardagen! Välkommen till en dag fylld av kunskap, inspiration och praktiskt stöd!

Nära vård är ett nytt sätt att arbeta i samverkan mellan region och kommun – vården flyttas närmare dig och erbjuds ofta i hemmet, eller där du lever. Digitala hjälpmedel utvecklas snabbt och kan underlätta för dig som senior, både i kontakten med vården och i vardagslivet.

På informationsträffen får du vet mer om:

- Hur Nära vård fungerar och vad det innebär för dig
- Vilka digitala hjälpmedel som finns
- Hur du enkelt och säkert kan använda dessa verktyg
- Vart du vänder dig om du behöver hjälp.

**Tisdag 23 september**  
**Klockan 13-16**  
**Kulturum, Gamla Kronvägen 56**  
**Ingen föranmälan krävs**  
**Fri entré – fika ingår!**

Arrangören: SPF Seniorerna, PRO, Aktiva Seniorer, RPG i Partille, Närhälsan VGR, Sahlgrenska Universitetssjukhuset och Partille kommun.





## Nära vård - vad innebär omställningen för dig?

### Dagens program:

**13.00-13.15 - Välkomsthälsning**  
Dagen introduceras av Gerd Fridh, Birgitta Sjöberg,  
Yvonne Byberg och Anna Mårén.

**13.15-13.45 - Vad är nära vård?**

Ann-Christine Einar, SPF Seniorema Bohnsuddistriktet.

**13.45-13.50 - Pause/rycka**

**13.50-14.20 - Paneldiskussion: Nära vård i praktiken**

Vad gör kommunen, vårdcentraler och sjukhus för att  
ge nära vård? Hur samarbetar man sinsemellan och  
med patienter samt anhöriga?

**14.20-15.05 - Tre exempel från verkligheten**

Active Rehab och neurodrömsam, Proaktiv

Seniorvård Individuell plan vid demenssjukdom

och Kungälvss sjukhus Mobila Team berättar om

hur de arbetar med nära vård.

**15.05-16.00 - Fika och mingel bland utställare**

Vi bjuder på kaffe och fika och du kan prata med de

som har föreläst under dagen.

Varmt välkommen!

### DATUM OCH TID:

9 april, 13.00-16.00

### PLATS:

Teatern i Mimers

Kulturhus

Ingen anmälan krävs och det

är kostnadsfritt att delta.

Antalet platser är dock

begränsat.

Dagen arrangeras av PRO,

RPG, SPF Seniorema och

Kungälvss kommun.

**PRO**

**RTG**  
REhabiliterings  
Tjänster  
Gästhuset

**KUNGLÄVSS  
KOMMUN**

**SPF  
SENIORERNA**



## Nära vård och digitala hjälpmedel för seniorer

### Inbjudan till informationsträff - Nära vård och digitala hjälpmedel för seniorer

Ta del av dagens och framtidens vård och lär dig mer om digitala hjälpmedel som kan förenkla och trygga vardagen! Välkommen till en dag fylld av kunskap, inspiration och praktiskt stöd - ta gärna med egen mobil eller surfplatta.



Nära vård är ett nytt sätt att arbeta i samverkan mellan region och kommun – vården flyttas närmare dig och erbjuds ofta i hemmet, eller där du lever. Digitala hjälpmedel utvecklas snabbt och kan underlätta för dig som senior, både i kontakten med vården och i vardagslivet.

På informationsträffen får du veta mer om:

- Hur Nära vård fungerar och vad det innebär för dig
- Vilka digitala hjälpmedel som finns
- Hur du enkelt och säkert kan använda dessa verktyg
- Vart du vänder dig om du behöver hjälp

#### Tid och datum

27 november kl. 13.00 -16.00

#### Plats

Nimbus, Öckerö

#### Anmälan

Ingen föränmälan krävs

Fri entré - Vi bjuder på fika!

SPF Seniorerna, Ö-seniorena, RPG, Hjärt- och Lungföreningen, Reumatikerförbundet. Öckerö kommun, Närhälsan VGR, Sahlgrenska Universitetssjukhuset.



**ÖCKERÖ  
KOMMUN**