

2024-09-13 SPF Brunflobygdens info. om kommunens digitala guide.

Fredagen den 13 september inbjöd föreningen till information om kommunens digitala guide. Therese Tegelid från Östersunds kommun och tolv intresserade medlemmar träffades i Vuxenskolan lokal i Brunflo.

Sigun Deivard hälsade alla välkomna och lämnade ordet till Therese som började berätta om sitt arbete med den digitala guidningen inom kommunen.



För att stötta och inspirera oss äldre att med pedagogiskt stöd använda digitala verktyg kan man få hjälp av Therese. Via kundcenter hos Östersunds kommun bokar man tid. Therese kommer då hem och man kan få digital hjälp med datorer, telefoner och läsplattor utan kostnad.

På bilden syns Therése Tegelid

På kommunens mötesplats, Prästgatan 58, finns ett bibliotek med olika vanliga föremål som kan underlätta för den som är rörelsehindrad eller tycker att det är svårt att hantera redskap vid vardagliga sysslor. Bl a visade Therese en robotdammsugare som väckte intresse hos dagens deltagare. Dessa saker kan man prova att använda där eller eventuellt låna hem.

Kommunen har också en fullt utrustad lägenhet som bl a hemtjänstpersonal kan träna lätt dementa personer att utföra dagliga sysslor i ett hem. Där finns en uteplats där personer kan tränas i att hitta utomhus, likaså har byggts en busshållplats där man kan sitta och vänta på bussen som man gjorde förr.

För inspiration om att röra sig på säkert sätt finns en webbtjänst, ett digitalt träningsprogram i appen Säkra steg. Den kan man ladda hem till sin telefon eller dator och träna balans och benstyrka. Therése informerade också om att 5G nätet kommer att användas i framtiden, då 3G och 4G stängs.

Efter presentationen var det dags för frågor som Therese svarade på med lugn och proffsighet. Senare tackades hon med applåder och blommor.

Sigun bjöd på olika frukter och förfriskningar som vi njöt av samtidigt som vi pratade och diskuterade dagens information.

Nästa månadsträff blir den 30 oktober i Mariagården då Seniorshop visar och säljer kläder.

Text: Eva Söderström Foto: Gunilla Lindgren