

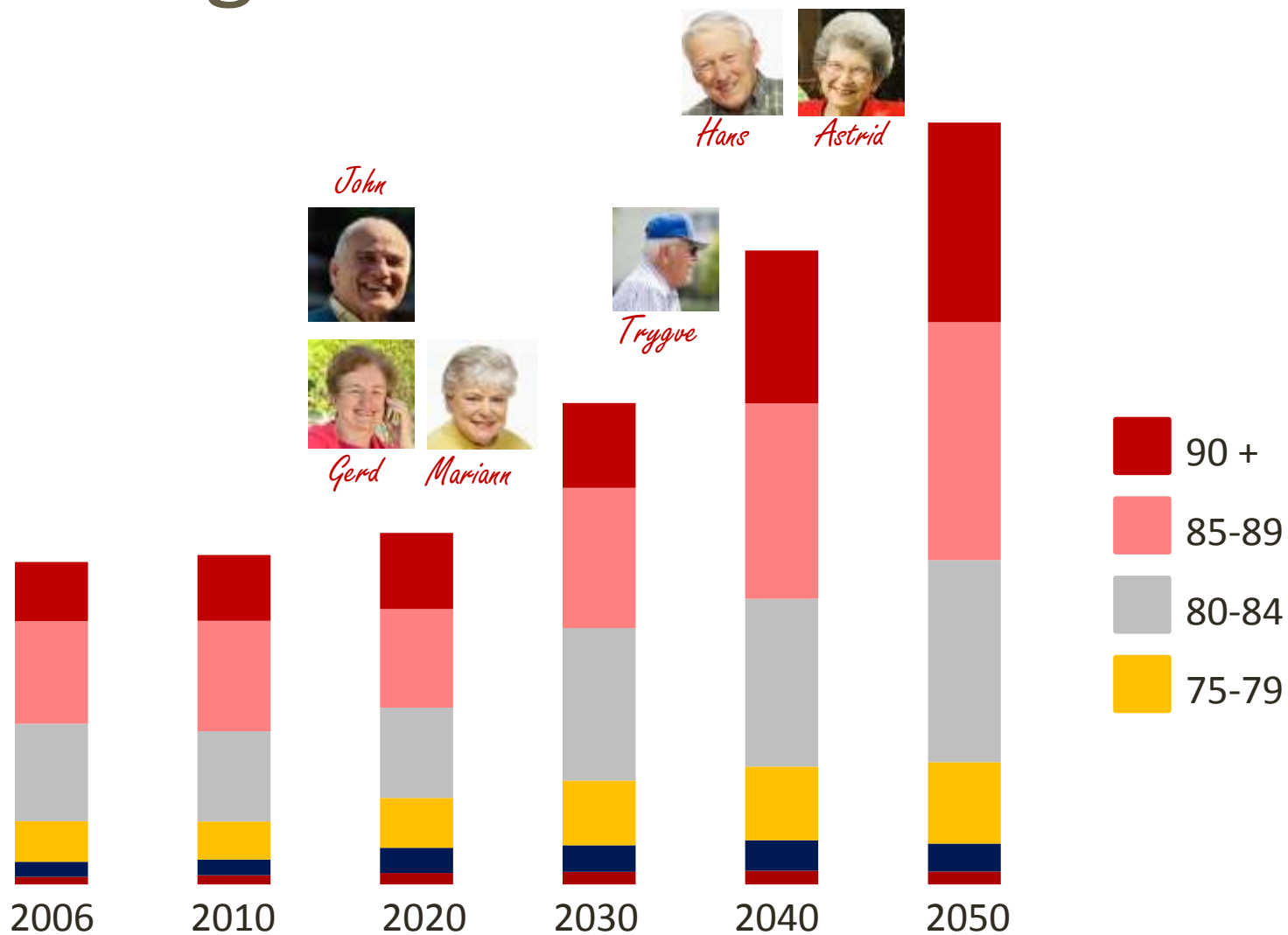
Teknologier for mestring, glede og velvære – det har vel alle behov for?

Dr. Riitta Hellman

Velferdsteknologikonferansen 2013 – VELKON 2013

23. oktober, Rica Hell Hotel, Værnes

Eldrebølgen er oss!



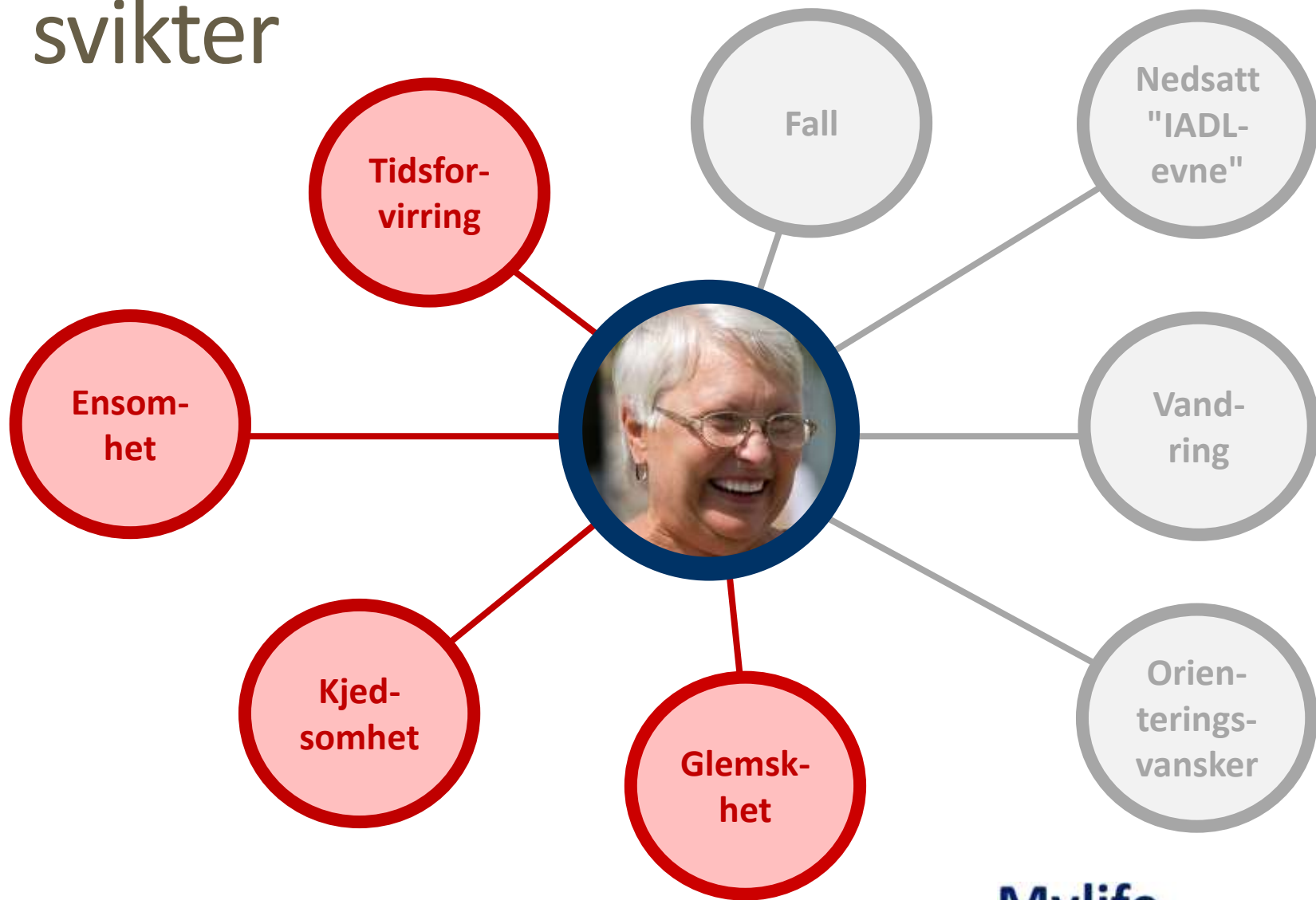
Tidsvindu for velferdsteknologier er nå!



Situasjonsbeskrivelser

1. De fleste eldre mennesker ønsker å bo i eget hjem lengst mulig.
2. Det blir stadig flere eldre som bor alene. De fleste er kvinner.
3. Helsetilstanden kan påvirkes av ufrivillig ensomhet.
4. Nærmeste familie utgjør det viktigste sosiale nettverket og hjelp til aktiviteter.
5. Pårørende opplever stress.
6. Svært mange av pårørende til personer med demens utvikler depresjon.
7. Bruk av moderne teknologi kan gi muligheter for velvære, mestring, trivsel, trygghet – livskvalitet.

Utfordringer når hukommelsen svikter



Fra prosjekt til produkt



Aldern

Behovskartlegginger
og papirprototyper



Sampo

Forenkling av
tjenester fra nett



TouchIT

Brukergransesnitt på
berørings skjerm

Forprosjekter



Mylife

Tidsorientering, trivsel,
mestring



T&Tnet

Navigering,
sosial plattform



PIA

Støtte til dagliglivets
aktiviteter hjemme

AAL JP-prosjekter

Grunnleggende prinsipper

Prosjekt

- Brukermedvirkning
- Ekspertpaneler (fagkompetanse)
- Pårørendekompetanse
- Etske retningslinjer
- Flerfaglighet

Produkt / tjeneste

- Utgangspunkt i *behov*
 - *Bruker*
 - *Pårørende*
- Enkelt og intuitivt
- Tilgjengelig utforming
- Kan tilpasses
- Ikke-stigmatiserende

Vårt produkt: Mylife Velvære

- App som lastes ned på Android nettbrett fra Play Butikk
- Nettbrettet kan vise:
 - Dag, dato og tid
 - Avtaler og påminnelser i dag
 - Kalender (uke eller måned)
 - Til glede: f.eks. bilder, aviser, radio og været m.m.
 - **Nyhet:** Min side (lanseres i år)
 - Kontakt meg



Videreutvikling foregår hele tiden.



Pårørende bruker internett for å velge ut riktig innhold for den eldre nettbrett, gjøre innstillinger og følge med bruken.

Brukerdialog

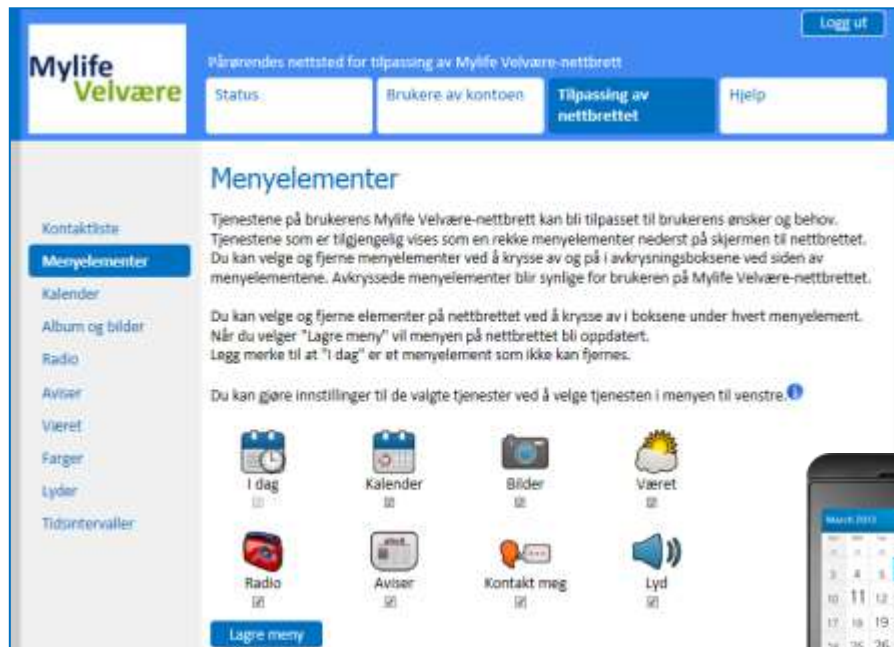
Målet er mest mulig brukbare og tilgjengelige produkter for personer med kognitiv svikt. **10 bud:**

1. Muliggjør gradvis forenkling.
2. Muliggjør bruk med enkelt sluttbrukerutstyr.
3. Tilby alternative "kanaler" (bilde, tekst, lyd).
4. Tilby alternativt utseende/layout.
5. Forenkle språket "til det ekstreme".
6. Visualiser på en tidsriktig og relevant måte.
7. Modeller virkelighetens verden og tingenes "oppførsel".
8. Gjør det enkelt å starte fra begynnelsen.
9. Bekreft at kommunikasjon med omverdenen lykkes.
10. La brukere være brukere (ikke teknikere).



Mylife Velvære for pårørende

Brukergrensesnittet på pårørendes nettsted er også enkelt. Det er utviklet gjennom brukermedvirkning.



Produktet inneholder både tekniske og demensfaglige veiledere, og nyttige tips til pårørende.



Sagt av brukere:

"Den gir meg trygghet" (Datter 61 år)

"Den har jeg mye glede av" (Mor 90 år)

"Hun blir mer selvstendig og det sparer tid for meg" (Datter 42 år)

Glede

Struktur

Selvstendighet

Mestring og velvære

Kontakt med de nærmeste

Redusert stress for de

pårørende

Dimensjoner av livskvalitet

”...the ability of health care providers to **intervene and affect QoL** is far greater than to affect the course of the disease.”

- Fysisk funksjonsevne
- Dagliglivets aktiviteter
- Mobilitet
- Sosial interaksjon
- Fysisk velvære og følelse av velvære, positivt selvbilde
- Estetikk (kunst, naturopplevelser, egen kreativitet osv.)



Referanse: Meryl Brod: *Conceptualisation of QoL in Dementia*. Brod et al. The Gerontologist, 1999.

Velvære, mestring, livskvalitet

Det er mulig å ha god livskvalitet, selv om man har en demenssykdom eller har problemer med hukommelsen av andre årsaker.

Velvære og mestring bidrar til dette.

Hjelp til de små ting i hverdagen kan gjøre det mulig å leve et selvstendig liv en stund til.



Hva bidrar?

Å huske avtaler, lytte til favorittmusikk eller se bilder av familie, venner, natur og annet som betyr noe i livet, er viktig for velvære og mestring.

Det er også viktig å kunne kommunisere med de nærmeste, og å få hjelp når man ønsker det.



Hvor finner dere oss?

- Visningsleiligheter
 - Almas hus
 - Mulighetsrommet
- På messer og utstillinger
 - **Stand på VELKON 2013**
- Sosiale medier
- På Play Butikk (nedlasting av produktet)
- På **www.mylifeproducts.no**



Mylifeproducts AS

Karde AS



Riitta
Hellman
Styreleder

Tellu AS



Geir Melby
Styremedlem

Forget-me-not AS



Per Schjøberg-
Henriksen
Styremedlem

Mylifeproducts AS



Jorun
Pedersen
Daglig leder

Mylifeproducts AS

Utvikler og selger tekniske hjelpemidler til personer med nedsatt funksjonsevne

Kontaktinformasjon på

www.mylifeproducts.no