

## Välfärdsteknologi är dagens melodi

**`Guide on the Go` - en elektronisk handbok för hemvårdens personal**

Sari Lehtovaara,

Lotte Makkee,

David Nylén,

Rebecka Pahlman

Examensarbete för socionom (YH)-examen och sjukskötare (YH)-examen

Utbildning till socionom YH, sjukskötare YH

Åbo 2021

## EXAMENSARBETE

Författare: Sari Lehtovaara, Lotte Makkee, David Nylén, Rebecka Pahlman

Utbildning och ort: Sjukskötare YH och socionom YH i Åbo

Handledare: Janina Dahla, Bodil Julin

Titel: Välfärdsteknologi är dagens melodi

`Guide on the Go` - en elektronisk handbok för personalen i hemvården

---

Datum: 17.5.2021

Sidantal: 34

Bilagor: 6

---

### Abstrakt

Demografin går mot en riktning som visar att medan antalet äldre ökar, minskar barnandelen i samhället. Detta för med sig konsekvenserna att man i framtiden har färre personer som kan ta hand om de äldre, vilket leder till att trycket på omsorgen kommer att öka. Tack vare denna utveckling kommer välfärdsteknologin att ha allt större roll inom hemvården.

Examensarbetets syfte var att utreda hur personalen använder välfärdsteknologi i kundkontakten vid äldreomsorgens hemvård. Målet var att utforma utbildningsmaterial i form av den elektroniska handboken `Guide on the Go`. Handbokens syfte är att på ett lättillgängligt sätt stöda personalen genom att visa hur välfärdsteknologi används i arbetet. Den är utformad som en visuell webbplats med tips och metoder i form av bilder, videoklipp och korta texter.

I arbetet tillämpades servicedesignmetoden. Arbetet inleddes med en förundersökning baserad på litteratur och tidigare forskning. För att utvidga personalförståelsen gjordes en undersökning över användningen av välfärdsteknologi bland hemvårdens personal i två kommuner. `Guide on the Go` utvecklades utifrån resultaten.

I undersökningen framkommer att en stor del av respondenterna är positivt inställda till välfärdsteknologi men att även utmaningar finns. Dessa är bland annat tids- och kunskapsbrist bland personalen samt bristfälligt stöd av arbetsgivaren. Det efterfrågas fortbildning, redskap och information om olika metoder.

Tidigare forskning och litteratur stöder skribenternas slutsats om att personalen vill ha stöd i användningen av välfärdsteknologi. Skribenterna anser även att det finns utvecklingsmöjligheter inom området.

Examensarbetet är en del av projektet `Hej, chatten är öppen`, som är ett beställningsarbete av YH Novia.

---

Språk: svenska

Nyckelord: äldreomsorg, välfärdsteknologi, hemvård, handbok

## OPINNÄYTETYÖ

Tekijä: Sari Lehtovaara, Lotte Makkee, David Nylén, Rebecka Pahlman

Koulutus ja paikkakunta: Sosionomi ja sairaanhoitaja Turku

Ohjaaja(t): Janina Dahla, Bodil Julin

Nimike: Hyvinvointiteknologia on tätä päivää

`Guide on the Go`-elektroninen käsikirja kotipalvelun henkilökunnalle

---

Päivämäärä 17.5.2021 Sivumäärä 34

Liitteet 6

---

### Tiivistelmä

Väestön kehitys osoittaa, että samalla kun ikäihmisten määrä kasvaa, pienenee lasten osuus yhteiskunnassa. Sen seurauksena on tulevaisuudessa vähemmän henkilökuntaa hoitamassa ikäihmisiä, mikä johtaa siihen, että paine vanhustyössä kasvaa. Tämän kehityksen vuoksi tulee hyvinvointiteknologialla olemaan suurempi rooli kotipalvelussa.

Opinnäytetyön tavoite oli selvittää, miten kotipalvelun henkilökunta käyttää hyvinvointiteknologiaa asiakaskontakteissa vanhustyön kotihoidossa. Päämääränä oli suunnitella jatkokoulutusmateriaalia elektronisen käsikirjan `Guide on the Go` muodossa. Käsikirjan tarkoitus on helposti saatavalla tavalla tukea henkilökuntaa hyvinvointiteknologian käytössä työssä. Se on muotoiltu visuaaliseksi kotisivuksi sisältäen ideoita ja metodeja kuvien, videoiden ja lyhyiden tekstien avulla.

Työn metodina käytimme palvelumuotoilua. Pohjana työlle oli alustava tutkimus kirjallisuuden ja aikaisempien tutkimusten avulla. Teimme kyselyn kotipalvelun henkilökunnalle hyvinvointiteknologian käytöstä heidän työssään. Sen avulla kehitimme `Guide on the Go`-sivuston. Alustavissa tutkimuksissa tuli esille että suurella osalla vastaajista oli positiivisia näkemyksiä koskien hyvinvointiteknologiaa, mutta haasteitakin tuli esille. Näitä olivat muun muassa ajan-, tiedon-, sekä tuen puute. Nämä peräänkuuluttavat jatkokoulutusta, investointia työkaluihin sekä tietoa eri menetelmistä.

Aikaisemmat tutkimukset ja kirjallisuus tukevat kirjoittajien johtopäätöstä siitä, että henkilökunta kaipaa tukea hyvinvointiteknologian käytössä. Kirjoittajat uskovat myös, että alueella on kehitysmahdollisuuksia.

Opinnäytetyö on osa projektia "Hej, chatten är öppen", joka on YH Novian tilaustyö.

---

Kieli: ruotsi

Avainsanat: vanhustyö, hyvinvointiteknologia, kotihoito, käsikirja

## **BACHELOR'S THESIS**

Author: Sari Lehtovaara, Lotte Makkee, David Nylén, Rebecka Pahlman

Degree Programme: Bachelor of Health Care and Bachelor of Social Services

Supervisor(s): Janina Dahla, Bodil Julin

Title: Welfare Technology today's way to work in gerontology

'Guide on the Go' - an elektronical guidebook for home care personnel

---

Date 17.5.2021      Number of pages 34

Appendices 6

---

### **Abstract**

As childbirths are declining while the elderly population is increasing, the demographic development is worrying. This creates a disparity between the able workforce and retirees, which leads to an increase of the workload for the home care personnel. As a result of this development, welfare technology will play a greater role in the care for older people.

The purpose of this bachelor's thesis was to examine the interaction between the home care personnel and the customers, while using welfare technology. The goal was to create an in-service training, as an elektronical guidebook, in the form of a website, named 'Guide on the Go', which is meant to be an easily accessible source of 'know-how' learning materials in welfare technologies for home care personnel. 'Guide on the Go' is designed to be a visual website and consists of suggestions and methods, described through pictures, videos, and short texts.

The thesis was modelled after the method 'Service design'. Previous research and literature were used as preliminary examination. To understand the personnel, a study was made consisting of two municipalities' entire home care units, studying their usage of welfare technologies. 'Guide on the Go' was developed based on the results.

Many respondents have a favourable disposition to welfare technology, but at the same time express challenges as well. A lack of time, lacking support from the employer, and an inadequacy of knowledge are identified. There is also a call for in-service training, tools, and information on different methods.

Previous research and literature support the conclusion the authors have, that the workers want support in the usage of welfare technologies. The authors also recognize the potential for improvements in the subject.

This bachelor's thesis is a part of 'Hej, chatten är öppen' and was assigned by Novia University of Applied Sciences

---

Language: Swedish

Key words: elderly care, welfare technology, home care, guidebook

## Innehållsförteckning

|     |  |    |
|-----|--|----|
| 1   | Inledning.....                                 | 1  |
| 2   | Metodbeskrivning.....                          | 2  |
| 3   | Förundersökning.....                           | 4  |
| 3.1 | Omsorgen .....                                 | 4  |
| 3.2 | Arbetet i hemvården .....                      | 5  |
| 3.3 | Välståndsteknologi i den äldres vardag .....   | 7  |
| 3.4 | Äldreteknik och geronteknologi.....            | 8  |
| 3.5 | Fysisk träning genom välfärdsteknologi.....    | 9  |
| 3.6 | Hjärngymnastik genom välfärdsteknologi .....   | 10 |
| 3.7 | Stöd i vardagen genom välfärdsteknologi .....  | 10 |
| 3.8 | Välståndsteknologi ur en etisk synvinkel ..... | 12 |
| 4   | Personalförståelse .....                       | 13 |
| 4.1 | Frågeformulär.....                             | 13 |
| 4.2 | Urval .....                                    | 15 |
| 4.3 | Analys.....                                    | 16 |
| 4.4 | Resultat .....                                 | 17 |
| 4.5 | Etiska förhållandesätt.....                    | 21 |
| 5   | Produktutveckling av 'Guide on the Go'.....    | 23 |
| 5.1 | Tidshjälpmedel.....                            | 25 |
| 5.2 | Memoera Trainer.....                           | 26 |
| 5.3 | Surfplatta .....                               | 27 |
| 5.4 | Virtuella hembesök.....                        | 28 |
| 5.5 | Aktivitetsarmband.....                         | 29 |
| 6   | Diskussion och kritisk granskning .....        | 30 |

### Bilageförteckning:

Bilaga 1, Beställarens brev

Bilaga 2, Sökrappport

Bilaga 3, Frågeformulär

Bilaga 4, Plan för förverkligande

Bilaga 5, Innehåll i Guide on the Go

Bilaga 6, Webbsidans första sida

## 1 Inledning

Examensarbetet är en del av projektet 'Hej, chatten är öppen', som är ett beställningsarbete av YH Novia (bilaga 1). Syftet med examensarbetet är att reda ut hur personalen i hemvården använder välfärdsteknologi i kundkontakten vid äldreomsorgens hemvård.

Examensarbetets frågeställningar är:

- Vilka utmaningar upplever personalen i hemvården vid användning av välfärdsteknologi?
- Vilka fördelar upplever personalen i hemvården vid användning av välfärdsteknologi?
- Vilket utbud av välfärdsteknologi har personalen i hemvården tillgång till i sitt arbete?
- Hurdant stöd behöver personalen i hemvården för att använda välfärdsteknologi i sitt arbete?

Målet är att utforma fortbildningsmaterial för professionella inom hemvården i form av en elektronisk handbok. Handboken 'Guide on the Go' har som uppgift att stöda och ge tips åt personalen, genom en webbplats, om hur välfärdsteknologi kan användas som hjälpmedel i det dagliga hemvårdsarbetet. Den ska också fungera som utbildningsmaterial för studerande.

För att få fördjupning i ämnet utreds hur välfärdsteknologin används inom hemvården i det dagliga arbetet. Som grund för arbetet fungerar tidigare forskning, en undersökning bland hemvårdens personal samt skribenternas erfarenheter i branschen.

Inom hemvården ska personalen idag behärska, förutom omvårdnaden, olika tekniska verktyg som till exempel telefoner, larmanordningar och låssystem. Demografin går mot en riktning som visar att medan antalet äldre ökar, minskar barnandelen. Detta för med sig konsekvenser som att man i framtiden har färre personer som kan ta hand om de äldre, vilket leder till att trycket på omsorgen kommer att öka. Som en följd av denna utveckling

kommer välfärdsteknologin att ha allt större roll inom hemvården. (Bravell Ernsth, 2017, ss. 281,288) Även om det finns många äldre att ta hand om så framkommer det i forskningen av Jakobsson, Nygård, Malinowsky& Kottorp (2019), att omsorgen inte enbart skall ske genom telefonsamtal och annan teknik. Den kan bestå av den traditionella omsorgen i kombination med välfärdsteknologiska hjälpmedel (Jakobsson, et al, 2019).

Skribenterna väljer att fokusera på välfärdsteknologi som personalen inom hemvården kan använda för att stöda aktivitet, upprätthålla välbefinnande och skapa känslan av delaktighet. Handboken för personalen är en anspråkslös start på innovation och utveckling av användningen av välfärdsteknologi i hemvården.

## 2 Metodbeskrivning

I arbetet tillämpas servicedesignmetoden eftersom examensarbetets mål är att utveckla en produkt. En förundersökning görs först med hjälp av forskningsbaserad litteratur som stöd för att utarbeta ett frågeformulär. För att samla in data för arbetet görs därefter ett semi strukturerat kvalitativt frågeformulär. Frågeformuläret riktas till personalen för äldreomsorgen inom hemvården. I arbetet nämns i fortsättningen personalen i hemvården endast som `personal` och äldreomsorgen med `omsorg`. Frågeformuläret, som sänds till två kommunala enheter inom hemvården för äldre, utformas med hjälp av Google Forms. En elektronisk handbok utvecklas med stöd av svaren på frågeformuläret. Den har som syfte att stöda personalen att använda välfärdsteknologi i det dagliga arbetet.

Steg för steg:



Figur 1. Steg för steg, servicedesignmetoden

I samhället ökar behovet och mängden tjänster konstant och detta leder till att samhället vidareutvecklas. En viss form av service har människans serviceupplevelse i fokus. En serviceupplevelse kan dock inte definieras eftersom det är en personlig känsla som kan upplevas olika från person till person. Genom att använda sig av servicedesignmetoden är det meningen att ge en positiv upplevelse för varje person som kommer att använda sig av tjänsten. (Tuulaniemi, 2011, ss. 26, 27)

Processen börjar med att se vilka behov det finns inom området och vad som bör utvecklas. Genom diskussioner om olika erfarenheter presenteras en idé om vad som kan utvecklas och hur. (Tuulaniemi, 2011, ss. 130, 131) Examensarbetet följer denna process.

Följande steg i processen är att göra en förundersökning för att få en bredare förståelse för ämnet (Tuulaniemi, 2011, ss. 130, 131). Skribenterna fördjupar sin kunskap genom att läsa tidigare forskning, relevant litteratur om äldre samt välfärdsteknologi. Skribenterna fördjupar sig även i vilka tjänster och möjligheter det finns inom välfärdsteknologi i de äldres vardag. Därefter skickas det kvalitativa frågeformuläret till professionella i området, för att få en bredare översikt om behoven och vad som behöver utvecklas.

Till näst läggs själva målet och idén upp för den elektroniska handboken. Efter att visionen för den elektroniska handboken har utvecklats under processens gång är det dags att utveckla och skapa produkten. Då den elektroniska handboken är klar skall den testas och få respons för eventuella förbättringar. Till slut lanseras den elektroniska handboken som en egen offentlig webbplats.



### 3 Förundersökning

Förundersökningen är processens andra steg. Då fördjupas kunskapen i ämnet genom relevant litteratur, tidigare forskning och även genom egen erfarenhet. För att få processen i gång läser skribenterna individuellt relevant litteratur samt tidigare forskning (bilaga 2). Därefter sammanställs informationen till en helhet.

#### 3.1 Omsorgen

Det nationella målet är att en äldre person ska kunna bo i sitt eget hem så länge som möjligt. Hemvårdens kunder, som i fortsättningen benämns som `kunder`, behöver flera former av hjälp och stöd då funktionsförmågan försvagas. (Institutet för hälsa och välfärd, 2021) Enligt forskningsdirektör Minna-Liisa Luoma (2021) vid Institutet för hälsa och välfärd (THL), fick i slutet av år 2019 104 873 äldre människor regelbunden hemvårdsservice. Då fler äldre idag bor i sina privata hem, är det allt vanligare att IT-vänliga hjälpmedel ökar (Bravell Ernsth, 2017, s. 281). Välfärdsteknologin från denna synpunkt underlättar självständigt boende och ger ökad livskvalitet för den äldre. Däremot debatteras konsekvenserna av välfärdsteknologin inom omsorgen. Bland annat påtalas risker för att de sociala kontakterna med kunden minskar genom automatisering. (Bravell Ernsth, 2017, s. 282) Till exempel Gunilla Brattberg (2015) hävdar att människor överlag kan känna rädsla för det okända, vilket även sträcker sig till användningen av exempelvis datorer och surfplattor (Brattberg, 2015, s. 19). Enligt socialvårdslagen (1301/2014) samt social- och hälsovårdsministeriet (2020) är kommunen skyldig att ordna social- och hälsovårdstjänster till den äldre befolkningen för att stöda och hjälpa dess välbefinnande, hälsa, funktionsförmåga och självständighet. Kommunen ska även utreda äldre personers servicebehov och säkerställa kvalitativa tjänster. (Sosiaali- ja terveysterveysministeriö, 2020, s. 23)

De flesta äldre personer bor och vill bo hemma. Viktiga principer hur man genomför omsorg och service är individualitet, kontinuitet, trygghet, förtroende, bemötande och personalens yrkeskunskap. (Sosiaali- ja terveysterveysministeriö, 2020, ss. 37,43) Äldre människor har rätt att göra medvetna val och bör därför bland annat vara delaktiga då vård- och serviceplanen görs. Vård- och serviceplanen måste utvärderas och uppdateras regelbundet. (Hedman & Wallis, 2015, ss. 50,100)

Alla människor har rätt till en trygg ålderdom och man bör även stöda anhöriga och närståendevårdare (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus, 2020, s. 23). Enligt lagen om stöd för närståendevård (937/2005, §3) har kommunen skyldighet att stöda närståendevårdaren, som bland annat har rätt att få utbildning för att kunna stöda och vårda sin närstående. Närståendevårdaren har även rätt till undersökningar och vård som främjar den närstående i hans vårduppgifter. (Lagen om stöd för närståendevård, 2005/937) Det är viktigt att stöda kundernas aktivitet, förbättra välbefinnande och funktionsförmåga. Det är även kommunens skyldighet att se till att det finns tillräcklig och kunnig personal. (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus, 2020, ss. 55-56) Enligt Solli & Hvalvik (2019) framkommer det att personalen kan ge distansstöd till närståendevårdare genom webbkamera och ett webbforum. Utgångspunkten i forskningen är att genom teknik stöda närstående i sin vardag, och att stärka deras egenvård. Stödet är viktigt för att förebygga känslan av ensamhet. (Solli & Hvalvik, 2019)

Enligt THL (2020), kommer det att behövas betydligt mer service och tjänster för äldre under de närmaste decennierna när befolkningen åldras. Det är inte alltid lätt att veta vilka tjänster man behöver. Samordnad rådgivning och klienthandledning är en service som kan hjälpa att hitta lämpliga tjänster. Rådgivningen är en lågtröskeltjänst som erbjuder information. Vid behov inleds servicesökningsprocessen genom en bedömning över vård- och servicebehovet. Klienthandledning utreder den äldres helhetssituation, bedömer servicebehovet och gör upp en kundplan. När planen är färdig, fattar man beslut över planerade tjänster. Processens sista uppgift är att koordinera och följa upp genomförandet av tjänsterna. (Institutet för hälsa och välfärd, 2020)

### **3.2 Arbetet i hemvården**

Hemvård är vård och omsorg som ges hemma hos kunden. Syftet med servicen är att ge stöd och vård till kunder som behöver hjälp i vardagliga sysslor, som till exempel med hygien, mediciner, näring och aktivitet. Varje kund får en individuell vård- och serviceplan. Tillsammans med kunden och anhöriga eller närstående fyller personalen i vård- och serviceplanens innehåll och omfattning. (Hautala, 2012, s. 146)

Hemvårdsarbetet är ett mångprofessionellt arbete. De vanligaste anställda inom hemvården är närvårdare och sjukskötare. Närvårdarexamen är en yrkesinriktad

grundexamen inom social- och hälsovården. Inom hemvården arbetar närvårdare med de praktiska uppgifterna inom vård och omsorg, handledning, rehabilitering och rådgivning. Närvårdare som avlagt sina studier inom kompetensområdet för omsorg har kunskap i att planera, genomföra och utvärdera kundernas funktionsförmåga och främja deras rehabilitering. (Bäcklund, Manka, Ranta, & Vehovaara, 2018, s. 28)

Sjukskötarutbildningen är en yrkeshögskoleexamen. Sjukskötaren är sakkunnig inom vården och kan planera, dokumentera, förverkliga, leda och utveckla vården. Inom hemvården samarbetar sjukskötare med andra yrkesgrupper, som till exempel närvårdare, fysioterapeuter och ergoterapeuter. Sjukskötarens uppgifter är bland annat att ta blodprov och behandla sår. (Novia, Yrkeshögskola, 2021)

Även socionomer kan arbeta inom hemvården, men oftast som enhetschefer vilket i sig omfattar främst ledarskap och arbetsledning. Rollen som enhetschef är bland det vanligaste yrket för socionomer idag inom omsorgen. (Jänson, 2015, s. 231) Socionomexamen är en yrkeshögskoleexamen och socionomen är en expert på att hjälpa, stöda och handleda människor samt främja människans utveckling. Socionomen stöder kundens initiativförmåga att klara sig i vardagen, utvecklar service och har möjlighet att påverka kundernas välbefinnande, funktionsförmåga och livskvalitet (Novia, Yrkeshögskola, 2021)

Hemvården olika samarbetspartner. De är till exempel fysioterapeuter, ergoterapeuter, läkare, minneskoordinatorer, missbrukskoordinatorer och annan stödservice. (Diskussion med hemvårdsledare 15.2.2021)

Teknik betyder, system av avancerade produktions- och utvinningsmetoder, som i hög grad bygger på omvandling och utnyttjande av naturens energiresurser och i mindre grad på fysisk mänsklig kraft (Svenska Akademiens ordböcker , 2009). För att kunna arbeta med teknik krävs det att personalen har en viss kunskap för att kunna tillämpa den. Enligt forskningen av Guise & Wiig (2017) framkommer det att deltagare i forskningen vill ha ordentlig fortbildning i hur man använder ny teknik. Man har tidigare fått erfara att ny teknik på arbetsplatsen oftast förblir oanvänd om man inte får fortbildning i hur den tillämpas. Största målet med ordentlig fortbildning, enligt deltagarna, är att höja personalens självsäkerhet vid arbetet med nya metoder. Fortbildningen kan även ändra på personalens attityder. Deltagarna är av den åsikten att fortbildningen dessutom behövs i

olika nivåer och svårighetsgrader då utgångspunkten kan se olika ut bland personalen. Ålder kan till exempel bidra till svårigheter i att behärska teknik. En del deltagare hävdar starkt att äldre personal kan ha brist på motivation eller ha svårigheter att använda sig av teknik, och att den därför borde vara lätthanterlig och bekant. Det råder överlag delade åsikter om huruvida äldre kunder har förmåga att använda sig av tekniken. (Guise & Wiig, 2017)

### **3.3 Välfärdsteknologi i den äldres vardag**

Finlands befolkning består av cirka 5.5 miljoner människor varav 19,6% är 65–84 åringar och 2,7% är över 85 år (Tilastokeskus, 2020). Kroppen försvagas, torkar och fettmängden i kroppen ökar. Med hälsosam livsstil kan man fördröja åldrandet. (Hartikainen & Lönnroos, 2008, ss. 212, 213)

Tekniken blir allt vanligare inom hemvården för både kund och personal medan utmaningarna växer sig större för båda (Bravell Ernsth, 2017, s. 288). Tanken med ny teknik är ofta att förbättra och effektivisera omsorgen. I verkligheten kan det dock se annorlunda ut. Beata Segercrantz lektor vid Helsingfors Universitet, hävdar enligt Savonius (2019), att det är svårt att i praktiken implementera teknik. Därutöver saknas ofta personalens och kundens syn på teknik. (Savonius, 2019)

Tekniken inom omsorgen är ofta sedd som något som är separat från människan. Ingen ser en dosett eller säng som en människa. Rullstolen är ingen del av en människa, men ändå kan den rullstolsburna se rullstolen som en förlängning av sin kropp. Utan den kan personen inte fungera på ett normalt sätt. På samma sätt kan man argumentera för alla hjälpmedel. Idag utvecklas tekniken ständigt. Om man jämför med hur samhället såg ut för 100 år sedan hade dagens teknik som videosamtal eller rymdfarkoster på den tiden upplevts som ren science fiction. I samband med samhällets utveckling möter personalen och kunden olika hjälpmedel inom omsorgen idag. Mobilen är ett sådant exempel. Personalen använder den för att kommunicera både med kunden, med andra kollegor, utföra skriftlig rapport et cetera. (Eriksson, Christiansen, Holmgren, & Salzmänn-Eriksson, 2014, ss. 147-150)

Begreppet teknologi betyder vetenskapen om teknik (Svenska Akademiens ordböcker, 2009). Välfärdsteknologi kan beskrivas med olika sorters teknik. Det kan vara fråga om

teknik som ökar trygghet, aktivitet och säkerhet, teknik som stöder delaktigheten i samhället samt teknik som ger ett högre välbefinnande. Enligt Larsson & Ranada (2015) kan användningen av välfärdsteknologi öka livskvaliteten samt bidra till ett mer effektivt arbete inom omsorgen. Användningen av välfärdsteknologin har som syfte att spara tid för personalen, vilket i sin tur möjliggör att det finns mer tid för situationer som verkligen fordrar mänsklig kontakt. (Larsson Ranada, 2015, s. 24)

### **3.4 Äldreteknik och geronteknologi**

Begreppet äldreteknik beskriver teknik för den äldre, där man har som mål att utveckla och planera redskap, service och omgivning som stöder ett gott åldrande. De två väsentliga delarna inom äldreteknik är frihetsprincipen och principen om en hållbar hemmiljö. (Kulmala, 2019, s. 172) Informations- och kommunikationsteknik (IKT), på engelska Information and Communication Technology, är ett begrepp inom sjukvård- och omsorg, som speciellt på senaste tid allt mer har inriktat sig på omsorgen. Med hjälp av IKT används datastyrd teknik vid kommunikations- eller informationsväxling mellan olika människor. (Bravell Ernsth, 2017, s. 285)

Termen geronteknologi kommer från orden gerontologi, det vill säga läran om åldrandet, och teknologi. (Kulmala, 2019, s. 173) Geronteknologin syftar på teknologiforskning och -utveckling som kombineras med gerontologi, tekniska resultat samt tekniskt kunnande. Med andra ord sammanförs forskning över åldrandets process med forskning över tekniska resultat (Heikkinen & Rantanen, 2010, s. 516). Avsikten med geronteknologin är att fungera som hjälp åt den äldre i hans miljö genom användaranpassad teknik. (Sävenstedt, Sävenstedt, & Zingmark, 2007, s. 17)

På 1990-talet grundades det första vetenskapliga sällskapet inom området, och år 2001 publicerades den första vetenskapliga publikationsserien (Heikkinen & Rantanen, 2010, ss. 516-517). Geronteknologin har fem väsentliga milstolpar. Dessa är: 1. förebyggande av problem, 2. stärkande av egna resurser, 3. kompensering av svag förmåga, 4. stödande av omvårdnadsarbetet och 5. befrämjande av forskning (Kulmala, 2019, s. 173). Forskningen inom geronteknologin är relaterad till forskningen inom hjälpmedel, men den har också bidragit i större utsträckning till forskning kring de äldres vardagliga omgivning. Detta har resulterat i innovativa produkter och metoder (Heikkinen & Rantanen, 2010, ss. 516-517).

### 3.5 Fysisk träning genom välfärdsteknologi

En god fysisk funktionsförmåga möjliggör en fungerande vardag samt självständighet för kunden (Hallikainen, Immonen, Mönkäre, & Pihlakari, 2019, s. 136). För att upprätthålla den fysiska funktionsförmågan är fysisk aktivitet nödvändig. Den fysiska funktionsförmågan försämras snabbt vid nedsatt rörelseaktivitet, till exempel en veckas sängläge kan försvaga muskelstyrkan med 3 - 5% per dag. (Kulmala, 2019, ss. 111-112) Att vara fysiskt aktiv förbättrar hjärnans blodcirkulation och motionen skapar även nya kontakter mellan nervceller. För att stöda kunden i att motionera kan folksjukdomar som till exempel diabetes samt hjärt- och kärlsjukdomar förebyggas. Över 50-åringar kan upprätthålla sin kognitiva funktionsförmåga samt förebygga att drabbas av minnessjukdom med regelbunden träning. (Valitut Palat, 2018, ss. 184-185)

För fysiska aktiviteter finns det en mångfald av välfärdsteknologi. För ett aktivare fysiskt liv finns olika applikationer som kan laddas ner i mobilen. Aktivitetsarmband uppmuntrar också till en aktivare vardag. I dessa kan den dagliga fysiska aktiviteten följas upp, till exempel steg och puls. Man kan konkretisera den passiva tiden hos kunden genom att ta tid på hur långa stunder personen inte är i rörelse. På det viset fås ett motiv till att minska de passiva stunderna och öka den fysiska rörelsen. På internet finns många träningsprogram som kan användas. Utbudet är brett, allt från sittgymnastik till yoga och musikstunder. Kunden kan lätt börja en ny hobby hemifrån genom att delta i grupper över internet, exempelvis med en surfplatta. Även spelkonsoler kan uppmuntra till en aktivare vardag. (Kulmala, 2019, ss. 114,175)

All fysisk rörelse påverkar också hjärnan. Att dansa inverkar speciellt på hjärnan, eftersom syn-, hörsel- och känselsinnet då används. Detta i kombination med rörelse och den sociala interaktionen, aktiverar hjärnan på många vis. För att upprätthålla den kognitiva träningen krävs planering och kontinuitet i övningarna. Målet är att upprätthålla koncentrationsförmågan samt koordinationen mellan hand och öga, stärka språkliga färdigheter och kroppsuppfattning och att stimulera sinnen. (Hallikainen, et al, 2019, s. 131) Genom musiktjänsten Spotify, som är ett svenskt multinationellt företag, kan personalen lyssna på musik online till exempel via en surfplatta tillsammans med kunden. Över 20 miljoner låtar finns att välja mellan på Spotify. (Brattberg, 2015, ss. 40,43)

### 3.6 Hjärngymnastik genom välfärdsteknologi

Den kognitiva funktionsförmågan omfattar informationshanteringen som påverkar minnet, lärandet, koncentrationen, uppmärksamheten, användning av information, språkliga funktioner, problemlösning och frivilliga rörelser. Om inte hjärnan aktiveras och stimuleras blir den svagare. (Hallikainen, et al, 2019, ss. 130–131) Det är därför lika viktigt att träna hjärnan som fysiken. Koncentrationsförmågan och minnet upprätthålls samt problemlösningen i vardagen blir lättare då hjärnan är vältränad. Enligt forskning har äldre med minnesproblem fått bättre minne vid regelbunden användning av hjärnträningsprogram på en dator. Det väsentliga är att träningen är kontinuerlig. (Brattberg, 2015, s. 37) För att aktivera hjärnan kan man bland annat lösa korsord, läsa eller skriva. Även att spela eller sjunga aktiverar hjärnan positivt. (Hallikainen, et al, 2019, s. 131)

Att träna sin kognitiva färdighet och att leva ett socialt liv kan även förebygga minnessjukdomar (Virjonen, 2013, ss. 39–40). Välmåendet och funktionsförmågan stöds vid mångsidig användning av sinnen. Då man utför övningar som aktiverar hjärnan stimuleras känslolivet, vitaliteten och intellektet. Genom tal, rörelse av läppar och fingerrörelse kan den motoriska delen av hjärnbarken aktiveras. (Hallikainen, et al, 2019, s. 131)

Det framkommer i en intervju med en fokusgrupp att personer med kognitiva funktionsnedsättningar kan uppleva att det är svårt att ta del av kultur och medier. Det finns välfärdsteknologi som stöder personer med kognitiv funktionsnedsättning. Denna lättillgängliga välfärdsteknologi, som till exempel olika applikationer och funktioner till telefoner eller surfplattor, kan personalen använda tillsammans med kunden. Det finns specialutvecklade produkter som uttryckligen är gjorda för personer med nedsatt kognitiv funktionsförmåga. (Larsson Ranada, 2015, s. 104) Välfärdsteknologi som Memoera Trainer är ett exempel på dylika produkter. Mer utförligt om detta hjälpmedel behandlas i kapitel 5.2.

### 3.7 Stöd i vardagen genom välfärdsteknologi

Ensamhet har länge varit ett problem bland äldre personer i samhället i stora delar av världen. Ordet ensamhet kommer från ordet ensam som betyder att man är utan sällskap för sig själv (Svenska Akademiens ordböcker, 2015). Ensamhet är en känsla som kan

upplevas olika. En del personer kan vara känsligare för ensamhetskänslan än andra. (Eläkeliitto, 2018)

Enligt Psykisk Hälsa Finland rf (u.d), är det närmare 350 000 äldre personer som bor ensamma. Det betyder ändå inte att alla dessa känner av någon sorts ensamhet. Att en äldre person, över 65år, bor allena leder dock till en större risk av att känna sig ensam. Ca 4–5 % upplever en konstant ensamhet. Dock känner var tredje äldre person ibland någon form av ensamhetskänsla. (Psykisk Hälsa Finland rf, u.d.) I en finsk forskning som publicerades år 2015, leder ensamhet även till andra konsekvenser för den äldre. De olika konsekvenserna kan vara depression, minskad aptit, socialfobi och rädsla för framtiden. (Junttila, Kainulainen, & Saari, 2015) Även risken för att funktionsförmågan försvagas ökar (Kulmala, 2019, s. 179).

Det är viktigt att kommunen, men även andra aktörer i samhället lyssnar till de äldres önskemål, så att de kan leva ett så delaktigt liv som möjligt i samhället. Enligt lagen om stödande av den äldre befolkningens funktionsförmåga och om social- och hälsovårdstjänster för äldre i kap. 2 (980/2012) har kommunerna en skyldighet att inom kommunala verksamheter samarbeta för att stöda den äldres vardag och välbefinnande.

För att få känslan av samhörighet anses det mycket viktigt att kunna upprätthålla kontakten med andra människor för att må bra. Det sociala nätverket blir kanske snävare vid pensionering, och risken för social isolering ökar. (Larsson Ranada, 2015, s. 123) I dagens läge finns det mobiltelefoner och surfplattor med vilka den sociala kontakten med anhöriga lätt kan upprätthållas. Förutom vanliga samtal kan videosamtal göras. Genom att upprätthålla den sociala kontakten med andra medmänniskor kan känslan av ensamhet förebyggas relativt enkelt. (Kulmala, 2019, s. 179)

Enligt Larsson Ranada (2015) är användningen av internet och social media som hjälpmedel på ganska låg nivå ännu inom hemvården, även om undantag finns. Det kan handla om att det kanske inte i själva arbetet finns utrymme för det, och att man hellre fokuserar på att stöda kunden med påklädning eller förflyttning. Detta kan bottna i olika faktorer som till exempel organisatoriska orsaker. Dessa kan vara prioritering av aktiviteter som bidrar till självständighet och säkerhet i stället för att stöda socialt genom att upprätthålla kontakten med anhöriga eller bekanta över nätet. (Larsson Ranada, 2015, s. 139)



Många applikationer möjliggör virtuella resor hem till kunden. Det virtuella mötet kan ske mellan kund och anhörig eller personal. Förslagsvis kan kunden äta gemensam middag tillsammans med sin anhörig som befinner sig utomlands eller på annan ort via Skype. Det finns också möjlighet för virtuellt hembesök. Om kunden har svårigheter att använda sig av teknikutrustningen och inte kan öppna samtalet, kan det göras ett avtal över en så kallad styrd kontakt. I detta fall kan personalen själv öppna samtalet på en bestämd tidpunkt, utan kundens hjälp. Under ett distansbesök kan bland annat mående uppföljas samt närings- och medicinintag tryggas. Genom samma apparat kan oftast också anhöriga upprätthålla kontakten med kunden. (Kulmala, 2019, ss. 179-180)

Det kan även finnas andra utmaningar hemma hos kunden. Man kan ha svårigheter med tidshanteringen på grund av kognitiv nedsättning. I sådana fall kan personalen handleda kunden hur tidshjälpmiddel fungerar som stöd i vardagen. Detta stöder att personen inte missar ett möte eller bidrar till att underlätta medicinintagning vid rätt tidpunkt. Dessa hjälpmedel tillför trygghetskänsla och minskar stressen hos kunden. (Larsson Ranada, 2015, ss. 101–102)

Det kan ändå hända att en del kunder upplever sig vara för gamla för att lära sig något nytt. Med denna föreställning kan en viss rädsla och oro skapas över tekniska lösningar, i stället för att skapa inspiration och uppmuntran till att kommunicera med tekniska medel i samhället. (Bravell Ernsth, 2017, s. 287) Enligt Bravell Ernsth (2017) är det en framtida utmaning att komma på rätt metoder, pedagogik och tekniskt stöd som tjänar kunden (Bravell Ernsth, 2017, s. 287). Ur personalens synvinkel är teamarbetet en viktig utgångspunkt inom omsorgen. För att kunna arbeta med internetbaserade aktiviteter för kunderna kan man behöva utveckla teamens olika yrkesgrupper. (Larsson Ranada, 2015, s. 140) Enligt Guise & Wiig (2017) framkommer det att personalen vill ha ordentlig fortbildning i hur man använder ny teknik. Ändå är flera av samma åsikt att utvecklingen av digitaliseringen är nödvändig och ser teknikens goda sidor (Guise & Wiig, 2017).

### **3.8 Välfärdsteknologi ur en etisk synvinkel**

Då det gäller välfärdsteknologi och äldre, kommer också den etiska aspekten in. I vissa situationer kanske det inte alla gånger är den äldre själv som gör sina beslut. Besluten görs kanske av den äkta maken / maken, eller kanske närstående vårdaren, barnen,

förmyndaren eller yrkespersonen inom omsorgen. Handlas det etiskt korrekt? Är kundens värderingar i åtanke? Dessa är viktiga reflektioner som personalen bör ha. (Kulmala, 2019, s. 173) Att få åldras i eget hem är en vanlig önskan bland äldre, och att få fortsätta göra sina sysslor och aktiviteter som förut (Bravell Ernsth, 2017, s. 289). Att få utföra vardagliga sysslor på den tidpunkt man själv vill och är van vid är en del av självbestämmanderätten (Kulmala, 2019, s. 175). Med hänvisning till socialvårdslagen (2014/1301) §4, ska kundens intresse beaktas då besluten fattas. Bland annat ska kunden få göra sig hörd och kunna påverka, den kulturella bakgrunden ska tas i beaktande, och förmågan att klara sig självständigt ska stärkas. (socialvårdslagen, 2014/1301) Enligt Kulmala (2019) glöms ofta kundens åsikter och hens förmåga att hantera välfärdsteknologin utan de ekonomiska fördelarna är i stället i fokus (Kulmala, 2019, s. 174). Det kan också finnas en viss oro över att hemmet blir någon annans arbetsplats. Då flera aktörer möts i kundens hem, kan konflikter uppstå då olika personers värderingar kolliderar. (Bravell Ernsth, 2017, s. 292)

## **4 Personalförståelse**

För att planera innehållet i handboken, görs en undersökning för att kartlägga hur personalen upplever och använder välfärdsteknologi i hemvården. Undersökningen görs genom ett frågeformulär. Detta steg är viktigt eftersom skribenterna då får information om vilken välfärdsteknologi som redan används i praktiken, vilka behov och eventuella utmaningar som finns. Undersökningen fungerar som stöd till att utveckla fortbildningsmaterialet i form av den elektroniska handboken `Guide on the Go`.

### **4.1 Frågeformulär**

Processens följande steg är att framställa frågeformuläret. Att göra ett frågeformulär är ofta en lång tidskrävande process. Idéns syfte måste noggrant kartläggas och avgränsningar som till exempel storleken på frågeformuläret och mängden på potentiella respondenter skall beaktas (Trost, 2007, s. 12).

Datainsamlingen görs som ett elektroniskt frågeformulär, för att den ska vara lättillgänglig och enkel att svara på eftersom den nås via en länk. Länken kan sedan sändas till exempel via e-post till respondenterna. Från början är tanken att frågeformuläret skapas via onlinetjänsten Survey Monkey. Under processen upptäcks dock att gratisversionen är

begränsad, vilket innebär att den inte stöder skribenternas frågeställningar på önskat vis. Därför görs frågeformuläret i stället via gratis onlinetjänsten Google Forms.

Först fastslås frågeställningarna och vad man vill ha svar på. Det är viktigt att frågorna formuleras noggrant för att minimera risken för feltolkning. Ledande frågor ska gärna undvikas, eftersom det kan vara svårt för respondenten att besvara dylika frågor. (Bell & Waters, 2016, ss. 131,173,177) Detta har tagits i beaktande vid framställningen av frågorna då de arbetas fram så att de är lättlästa och att de inte feltolkas. Enligt skribenternas egna erfarenheter är trygghetsteknologin redan relativt integrerad i hemvården och därför exkluderas den från arbetet.

Frågorna är utformade enligt arbetets frågeställningar. I förundersökningen framkommer att äldre kan tänkas ha svårigheter att använda välfärdsteknologi. Därför vill skribenterna ta reda på i vilken åldersgrupp respondenterna är för att undersöka om detta stämmer överens med tidigare forskning.

För att få större personalförståelse utformas frågorna inriktade på välfärdsteknologi. Bland annat tas upp vilken välfärdsteknologi som är i daglig användning i hemvården, samt vilka fördelar som finns då välfärdsteknologi tillämpas. I förundersökningen framkommer att personal efterlyser fortbildning i användningen av ny teknik. Detta är något som skribenterna vill utreda för att undersöka de upplevda utmaningarna. Respondenterna ges även möjlighet att bidra med förslag på teknik som kan användas inom hemvården. Dessa kan bidra till utvecklingen av innehållet i handboken.

Frågeformuläret skickas genom e-post till respondenterna (bilaga 3). Inbjudan till frågeformuläret skickas först till hemvårdsledarna som sedan förmedlar frågeformuläret vidare till sin personal.

Det är bra att göra upp en tidsplan innan frågeformuläret skickas till målgruppen. I den tidsplanen framkommer vilken svarstiden är och även när eventuella påminnelser skickas (Trost, 2007, s. 105). Svarstiden är 10 dagar.

Även om tidtabellen är stram är det alltid bra att testköra frågeformuläret på några pilotpersoner. Bäst är det om pilotpersonerna är samma typ av personer som den slutliga målgruppen (Bell & Waters, 2016, s. 181). En pilotgrupp väljs för att svara på det utarbetade frågeformuläret för att säkerställa frågorna. Frågeformuläret skickas till 8 personer med

erfarenhet inom hemvårdsarbetet. Av dessa svarar 5 personer på frågeformuläret. Svarstiden för deltagarna varierar mellan 5 - 18 minuter, därav uppskattas medeltalet av svarstiden till ca 10 minuter. Pilotgruppen upplever att frågorna är lätta att förstå, samt att svara på.

## 4.2 Urval

För att skapa en bredare kunskap om hur välfärdsteknologin används inom hemvården, görs en undersökning med personalen. Undersökningen begränsar sig till den kommunala hemvården i två orter i södra Finland. Skribenterna väljer att exkludera privata aktörer. Ett annat medvetet val är att avgränsa arbetet till välfärdsteknologi som kan användas i kundkontakten hemma hos kunden.

För att kunna göra starkare slutsats men samtidigt förhindra att den enskilde individen identifieras nämns inte vilka kommuner frågeformuläret skickas till. Två kommuner kontaktas via e-post och telefonsamtal för att kartlägga intresset över deltagandet. I arbetet nämns dessa som kommun A och B.

Serviceledaren samt hemvårdsledarna kontaktas i kommun A, och alla dessa är väldigt positiva till undersökningen. Kommunen önskar uttryckligen att få ta del av undersökningen då resultatet offentlig görs. Kommun B är vid första e-postkontakten intresserad av arbetet och vill delta. Då forskningsloven skall sändas till kommun B, meddelar hemvårdsledarna att de trots allt inte deltar. Skribenterna försöker kontakta hemvårdsledarna och omsorgsledaren utan resultat, varav beslutet tas att exkludera kommun B från undersökningen. För att säkerställa tillräckligt med svar i undersökningen kontaktas därefter kommun C.

Skribenterna ansöker om forskningslov (bilaga exkluderas för att bevara anonymiteten) i samråd med handledarna samt bifogar bilaga om plan för förverkligande (bilaga 4) till de deltagande kommunerna. Kommunerna A och C ger forskningslov och frågeformulären sänds ut till hemvårdsledarna som vidarebefordrar till sin personal.

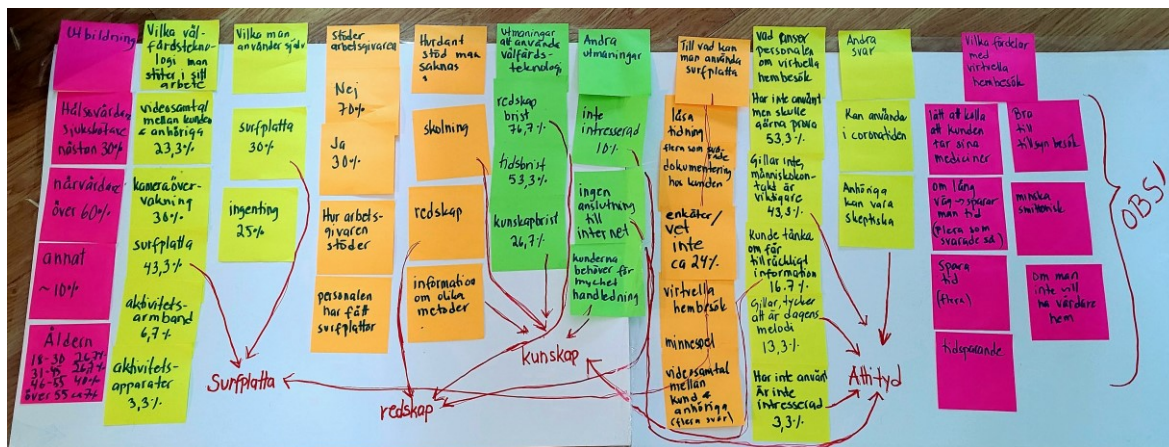
För att motivera respondenterna att svara får de möjlighet att frivilligt delta i en utlottning av två priser innehållande biobiljetter. Deltagandet sker genom att ange sin e-postadress. Under svarstiden sänds 20 svar in. Påminnelser görs även genom telefonsamtal till

hemvårdsledarna i kommun A då halva svarstiden gått. Eftersom kommun C blev aktuell lite senare i processen, förlängs svarstiden med en vecka. Samtidigt tas beslut om att även förlänga svarstiden för kommun A, för att få en mer tillförlitlig undersökning. Det slutgiltiga svarsantalet är 30 varav 12 valde att delta i utlottningen.

### 4.3 Analys

I analysen av den insamlade datan tillämpas likhetsdiagram. Med den metoden framkommer likheter i de olika svaren och dessa delas in i temagrupper. Från temagrupperna bearbetas svaren ännu vidare till större grupper. Till slut skapas en helhet, vilken hjälper att utveckla produkten. (Tuulaniemi, 2011, s. 154)

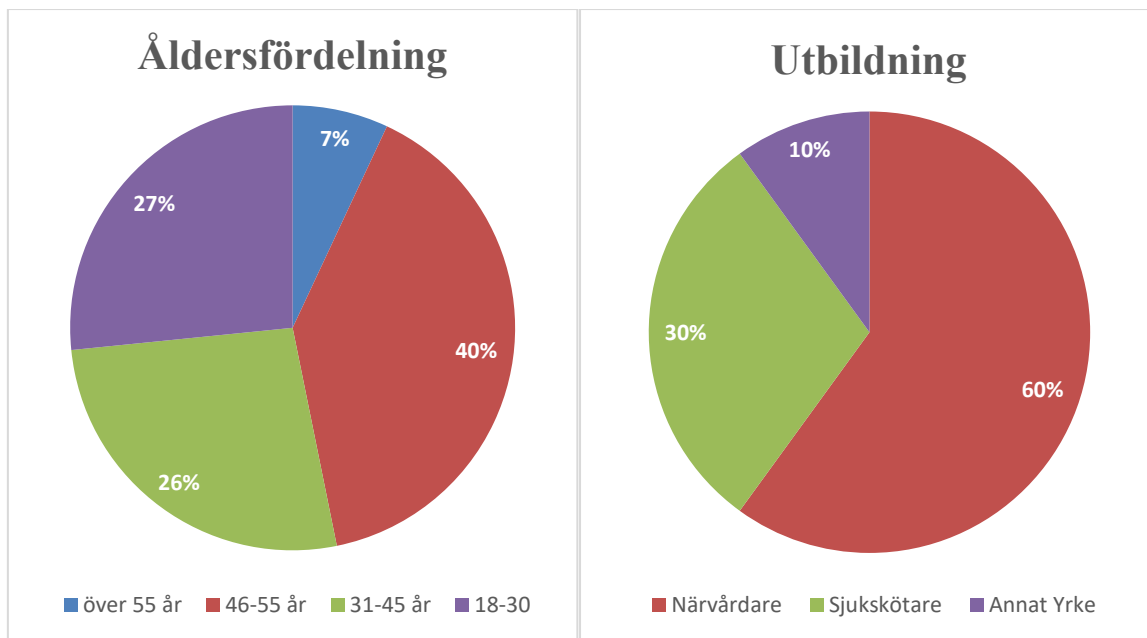
I början av analysen läser skribenterna alla svaren i undersökningen. Alla svaren skrivs sedan på post-it-lappar. Efter det sorteras likheterna varefter alla svaren sorteras. Likheterna grupperas och görs sedan om till temagrupper. Temagrupperna som framkommer i analysen är kunskap, redskap, attityd, utmaningar och tidshantering. Därefter görs grafer samt texter över temagrupperna som presenteras i resultatet.



Figur 2 Analysprocessen. Foto: Sari Lehtovaara

## 4.4 Resultat

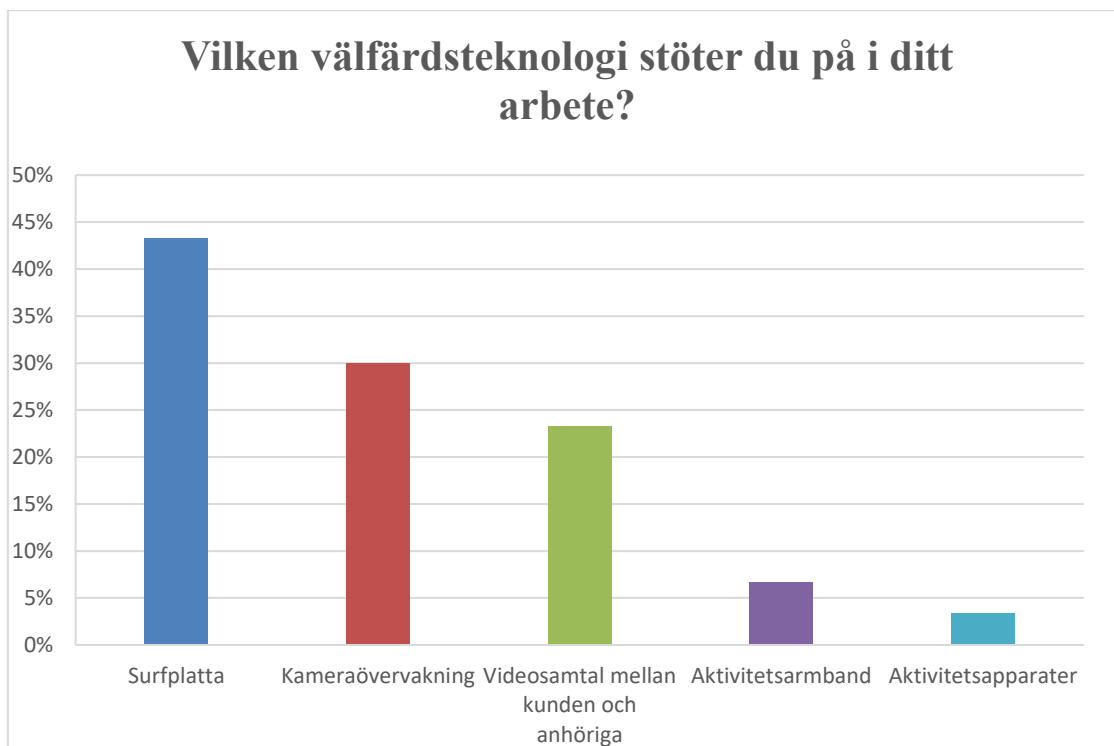
Resultaten på undersökningen ger en stomme till handbokens innehåll, och handboken kan därefter börja planeras och utvecklas. Arbetet presenterar undersökningresultaten med hjälp av diagram samt text.



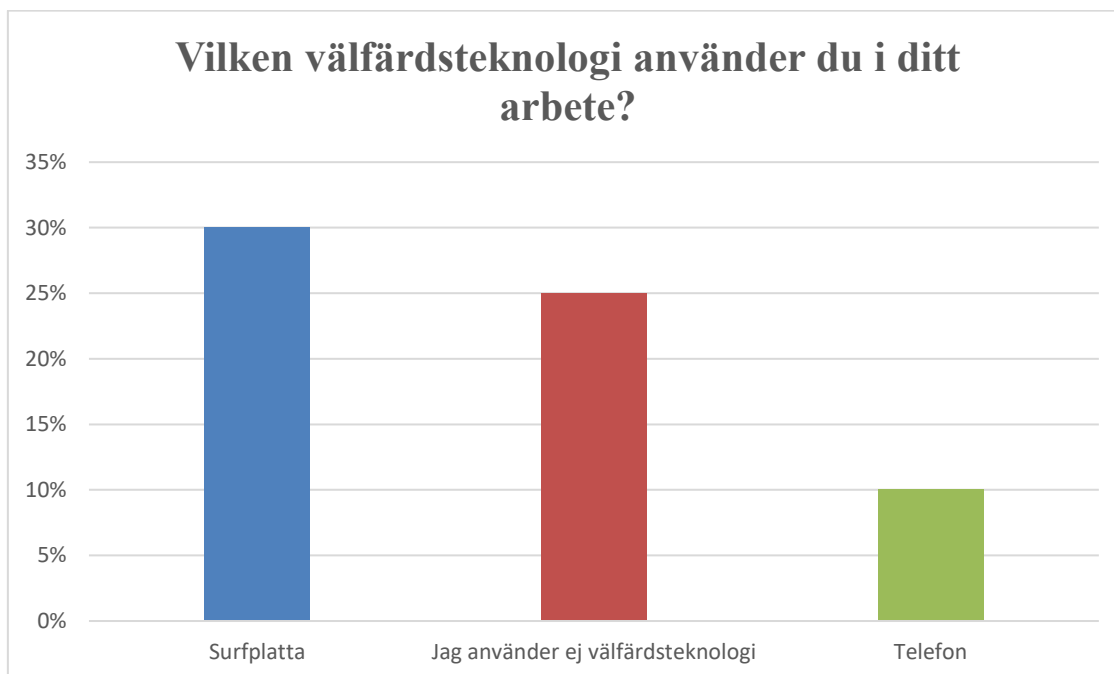
**Tabell 1**

**Tabell 2**

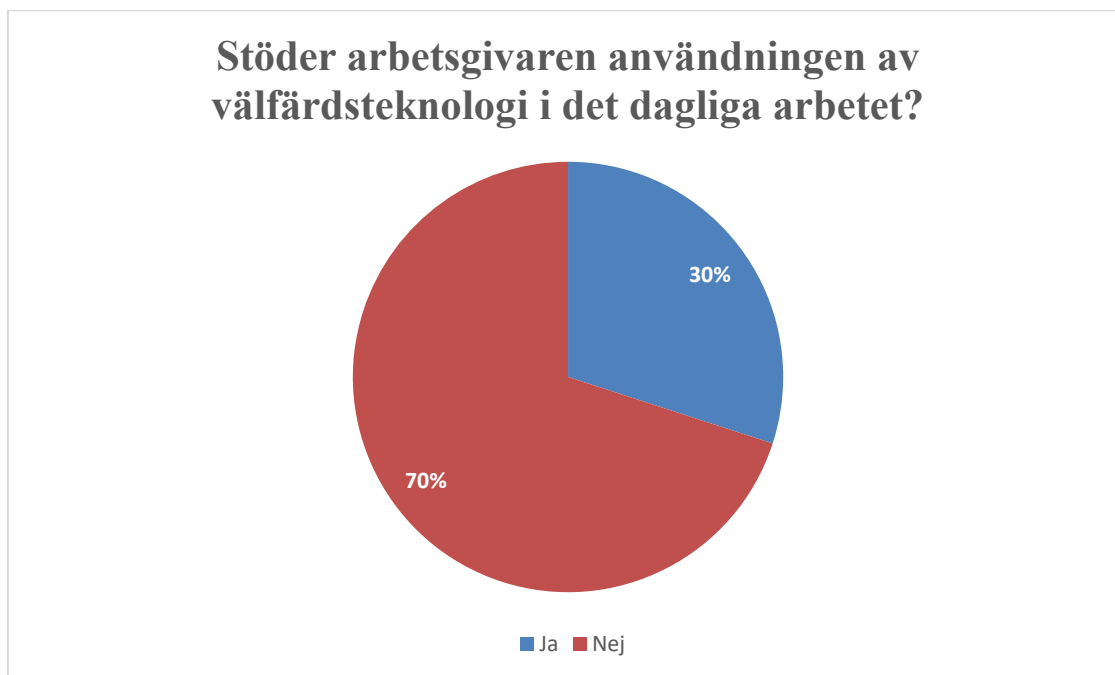
I tabell 1 presenteras åldersfördelningen i undersökningen, och i tabell 2 framkommer respondenternas utbildning. Tabell 3 och 4 beskriver resultaten över användningen av välfärdsteknologin i hemvården.



**Tabell 3**



**Tabell 4**

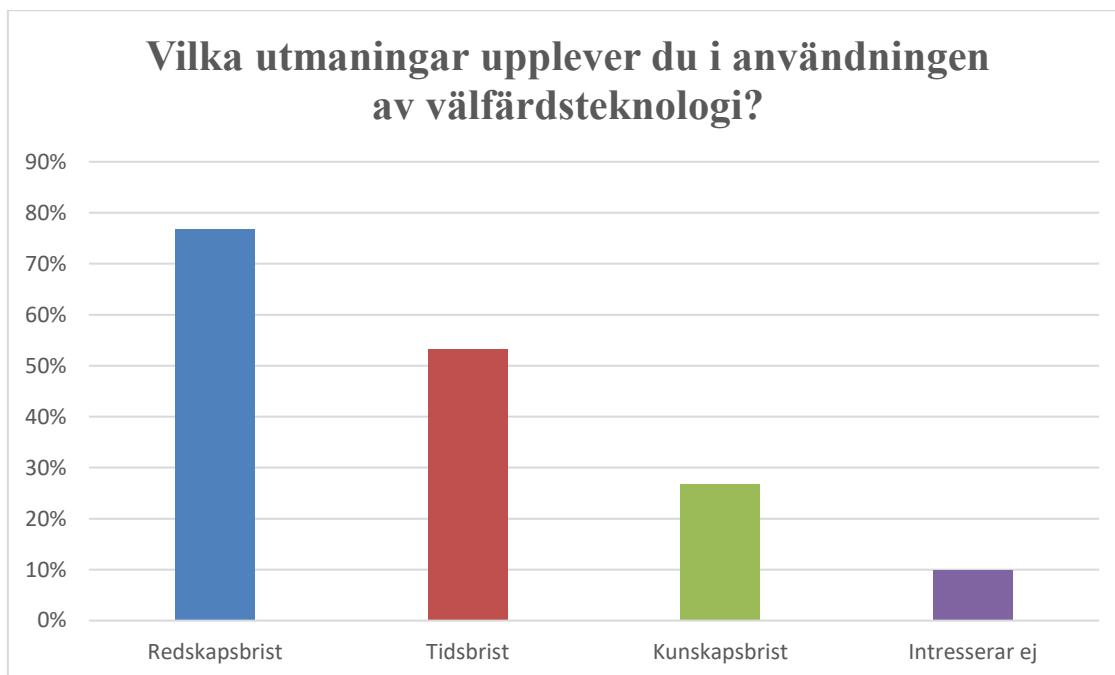


**Tabell 5**

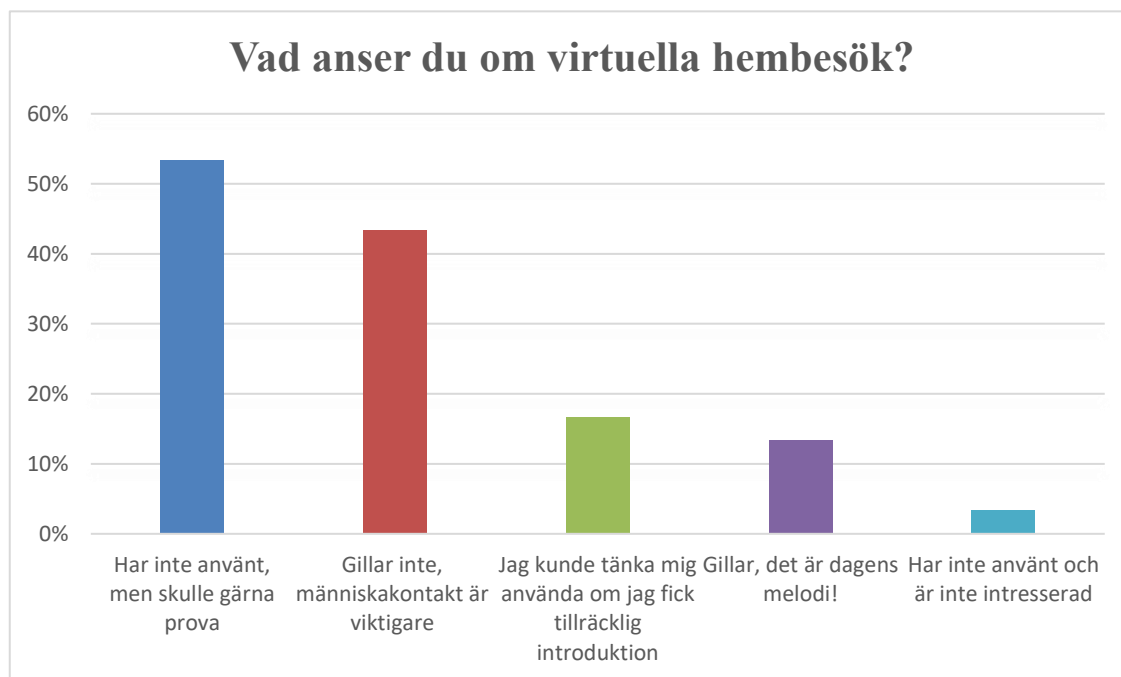
Som tabell 5 hänvisar svarar 30% att arbetsgivaren stöder användningen av välfärdsteknologi i det dagliga arbetet. Exempel på hurdan stöd framkommer det att arbetsgivaren införskaffat surfplattor till personalen samt uppmuntrar personalen att stöda kund- och anhörigkontakt. Majoriteten svarar att arbetsgivaren inte stöder, och då efterlyser respondenterna information över olika metoder, fortbildning samt redskap. Ett mål i handboken är att ta upp olika metoder för att stöda personalen i frågan.

På frågan om hur surfplatta kan användas inom hemvården framkommer flera exempel. Dessa är videosamtal, kontakt med anhöriga, tidningsläsning, musiklyssning med kunden, dokumentering hos kunden, virtuella hembesök, spel som till exempel minnesspel och frågespel. Det framkommer även att en del av respondenterna inte vet hur surfplattan kan användas i arbetet eller inte haft möjlighet att testa. Detta ger ett underlag för att en presentation av surfplatta i handboken behövs.



**Tabell 6**

Utmaningar som framkommer av respondenterna, med hänvisning till tabell 6, är att kunderna behöver mycket handledning vid teknikanvändning och att internetuppkopplingen kan vara otillräcklig. Det framkommer även att respondenter upplever att informationen om användningen av välfärdsteknologi på arbetsplatsen är bristfällig. 53,3% av respondenterna upplever tidsbrist som utmaning vid användning av välfärdsteknologi, därför är en målsättning att utveckla en elektronisk handbok där det på ett enkelt sätt finns tillgänglig information och alternativa hjälpmedel som bidrar till tidseffektivitet. 26,7% upplever kunskapsbrist som utmaning, och därför är målet med handboken att stärka personalens kunskap i välfärdsteknologianvändningen på ett enkelt sätt. 76,7% upplever att brist på hjälpmedel är en utmaning, och detta är svårt att konkret åtgärda genom handboken, men en förhoppning är att intresset väcks genom handbokens innehåll. Samma gäller de resterande som svarat att inte är intresserade.



**Tabell 7**

Det framkommer i undersökningen att det finns ett intresse för virtuella hembesök, men svaren hänvisar också till en negativ syn på det. En nackdel som framkommer, med hänvisning till tabell 7, är till exempel att anhöriga kan vara skeptiska till virtuella hembesök. 43,3% svarar även att människokontakten är viktigare. Däremot finns det flera fördelar med virtuella hembesök enligt respondenterna. Bland annat är det ett enkelt sätt att kontrollera medicinintag samt mående, bidrar till tidseffektivitet och upplevs ändamålsenligt under coronapandemin. Dessutom kan det vara en lösning till kunder som inte vill ha den traditionella hemvården. Över hälften av respondenterna är ändå positivt inställda och vill gärna prova om möjlighet ges. Därav är virtuella hembesök ett mål att inkludera i handboken.

#### **4.5 Etiska förhållandesätt**

Examensarbetet följer Forskningsetiska delegationens rekommendationer (2019), vilka även YH Novia förbinder sig till. Därutöver styrs examensarbetet också av Finlands Grundlag (1999/731), § 6–23 vilka fastställer de grundläggande fri- och rättigheterna för respondenten. Detta innebär att skribenterna förhåller sig till att helga de rättigheter som

respondenten har samt att respektera människovärdet och självbestämmanderätten. Att skada respondenten eller omgivningen undviks. Skribenterna undviker även att avslöja information som berättar vem eller vilken grupp som deltar i examensarbetets undersökning. Skribenterna strävar till att bearbeta informationen omsorgsfullt, att inte förvränga kunskapen i arbetet samt att presentera undersökningens information sanningsenligt. Informationen insamlas och hanteras på ett godtyckligt sätt där både trovärdigheten och validitet prioriteras. (Finlands Grundlag, 1999/731; Forskningsetiska delegationen, 2019 )

Skribenterna informerar respondenterna i vilket syfte frågeformuläret görs genom att skicka en inbjudan till deltagande i form av ett brev genom e-post. I inbjudan informeras i vilket syfte frågeformuläret görs, samt vilket målet är med den. Respondenterna informeras även att all data behandlas konfidentiellt, samt att deltagandet är frivilligt. Även längden på svarstiden informeras samt att respondenterna har rättighet att kunna dra sig ur arbetet i vilket skede som helst. Genom att delge denna information kan individen själv ta ett medvetet beslut i självbestämmanderätten (Alver & Øyen, 1997, s. 93). Ingen information som samlas ska kunna spåras tillbaka till en individ, och därutöver ska informationen raderas efter att undersökningens resultat presenterats. För att kunna få en viss grad av nyansering i undersökningen anges antalet av de deltagande kommunerna i undersökningen. Som gemensamt geografiskt område används begreppet södra Finland. Integriteten ska värnas i form utav att individen som utforskats inte ska kunna gå att kännas igen i de texter som offentliggörs. Speciellt vid kvalitativa infallsvinklar vill man se den enskilda individen i den kontext den personen lever i. Det ger ett starkare grundmaterial samt bidrar till mer specifika och starkare slutsatser (Alver & Øyen, 1997, ss. 107-109).

## 5 Produktutveckling av 'Guide on the Go'

Det femte steget i processen är att planera och utveckla produkten. Undersökningens resultat är grund för utvecklingen av den. Produkten planeras vara en handbok i form av en elektronisk webbplats för att bli så lätt tillgänglig som möjligt. Syftet med handboken är att stöda och ge tips åt personalen över hur man använder välfärdsteknologiska hjälpmedel i det dagliga arbetet inom hemvården i omsorgen. Den innehåller olika råd om hur personalen kan stöda kunden i deras fysiska- kognitiva- och sociala funktionsförmåga genom välfärdsteknologi. Tanken är att personalen enkelt tar del av informationen i handboken via en smarttelefon eller en surfplatta med internetuppkoppling oberoende var personalen befinner sig (bilaga 5).

Med hjälp av undersökningens resultat kan handbokens innehåll planeras. Detta görs genom att via litteratur och tidigare forskning fördjupa sig i de olika produkterna för att kunna utveckla innehållet. Skribenterna bekantar sig individuellt med olika hjälpmedel som sedan presenteras i handboken. En bidragande faktor till val av innehållet är också personliga erfarenheter av hjälpmedel, till exempel TimeTimer och Memoera Trainer. Man beslutar att hjälpmedlen är sådana som personalen kan ta med sig och använda under hembesöken. Man beslutar också att handboken innehåller information om hjälpmedel som är bra för personalen att ha kännedom om, för att kunna informera vidare till sina kunder eller deras anhöriga. Detta för att det enligt undersökningen idag inte finns mångsidigt utbud av välfärdsteknologi i hemvården. En utförlig presentation över handbokens produkter behandlas i kapitlen 5.1 – 5.5.

Som följande steg undersöks utbudet på designmallar på internet. Designen på webbplatsen väljs att framställas utgående från en mall via onlinetjänsten nicepage.com. Även redskap som erbjuds via tjänsten används. Orsaken till valet av nicepage.com är att den kan exporteras till en egen fristående databas. Till en början används gratisversionen, men under processens gång tas beslut om att uppgradera till en betalversion. Ett stipendium ansöks till detta ändamål. Utseendet planeras vara tilltalande och intressant, och det ska kännas lätt för personalen att hitta den information den letar efter. För att få detta resultat används förutom kort information om produkterna även bilder och videoklipp. Webbplatsen innehåller även länkar över tjänster och hemsidor som kan vara till nytta för personalen. Länk till webbsidan, <http://gotg.nicepage.io/>

För att ge webbplatsen en mera tilltalande ton, ges den ett namn. Genom diskussion och brainstorming skapas namnet `Guide on the Go`. Namnet är beskrivande och modernt. En logotyp arbetas också fram för att få en professionell profil. Ett samarbete görs med studion Recyclop, som planerar och skapar logon.

Webbplatsen av `Guide on the Go` är uppdelad i fyra kategorier (bilaga 6). Där kan personalen lätt välja typen av stöd. Kategorierna är `träna hjärnan`, `snabba tips`, `stöd i vardagen` och `träna fysiskt`. Alla kategorier stöder kundens välmående med hjälp av välfärdsteknologi. Bakom alla kategorier finns information över de olika hjälpmedlen som kan användas tillsammans med kunden. Under kategorin `träna hjärnan` finns information om Memoera Trainer och surfplatta med tillhörande bilder, text och videoklipp. I undersökningen framkommer att personalen upplever tidsbrist och därför är en del av innehållet i form av videoklipp. På det sättet förs budskapet fram visuellt på ett lätt och trevligt sätt. `Snabba tips` har som syfte att ge råd på aktiviteter som kan göras på kort tid med kunden. Under den kategorin samlas länkar som personalen snabbt kan ta del av, och där framkommer konkreta tips och förslag. Skribenterna vill få fram att det inte behöver vara tidskrävande för att involvera välfärdsteknologi i arbetet. `Stöd i vardagen` innehåller information om virtuella hembesök och tidshjälpmedel. Dessa kan ytterligare vara en lösning till den upplevda tidsbristen. Innehållet under kategorin `träna fysiskt` är tips på övningar som kan göras tillsammans med kunden med hjälp av en surfplatta samt information om hur ett aktivitetsarmband kan vara till nytta för kunden.

Före lansering av `Guide on the Go` testades handboken av samma pilotgrupp som testade frågeformuläret. Denna del är steg 5 i processen. Pilotgruppen ger responsen att informationen är lättillgänglig och att handboken är visuellt tilltalande. Det egna bildmaterialet får positiv kritik, eftersom det anses vara naturligt. Logon gillas och majoriteten anser att namnet är bra.

Steg 6 omfattar lansering av produkten. `Guide on the Go` lanseras 3.6.2021 under det nationella webinariet Hyvinvoiva Hoiva – Välmående Äldreomsorg i samarbete med Åbo Akademi, Centret för livslångt lärande. `Guide on the Go` är tillgänglig som utbildningsmaterial för de deltagande kommunerna samt dessas personal. Kommunerna har även möjlighet att publicera länken på egna webbplatser eller intranät. `Guide on the Go` är även tillgängligt för YH Novia som utbildningsmaterial samt för andra intresserade.

## 5.1 Tidshjälpmedel

Med olika tidshjälpmedel kan personalen lära kunden att få en bättre uppfattning om tiden. Tidshjälpmedlets syfte är att stöda kunden att konkret följa med tidsförloppet samtidigt som personalen hjälps att spara tid. Personalen kan ställa in en påminnelse åt kunden och på detta vis stöda kundens självständighet. Kunder som bor ensamma behöver ofta hjälp med medicinintaget. Är tidsuppfattningen försvagad uppstår lätt svårigheter att ta medicinerna vid rätt tidpunkt.

Ett tidshjälpmedel som kan användas är TimeTimer. Det är en klocka som visar klart och tydligt tiden. Den vanligaste modellen av TimeTimer är en klocka som visar upp till 60 minuter och den finns tillgänglig i olika storlekar. Även andra modeller av TimeTimerklockor finns att tillgå som kan vara till hjälp i kundens vardag. Klockan ställs in till önskad tid. Då tiden på klockan gått, ringer det en signal. TimeTimern kan användas i olika situationer då kunden har svårt att visualisera ett tidsförlopp. (Robo Educational Toys, 2021)



Figur 3 TimeTimer. Klocka som hjälper tidsuppfattningen. Foto: Lotte Makkee

Posifon Careousel är en elektronisk medicindosett som programmeras att ge rätt medicin vid rätt tidpunkt. Då det är dags för kunden att ta medicinen larmar dosetten tills medicinen blivit tagen. Medicinen tas genom att dosetten vänds upp och ner. Dosetten kan programmeras enligt behov och har upp till 28 medicinfack som fylls enligt behov. Dosetten kan fyllas enligt behov till exempel med fyra doser per dag i en vecka framåt. Fördelar med denna dosett är att det endast går att ta rätt medicin vid rätt tidpunkt, eftersom de andra medicinfacken är låsta. (Posifon, 2017)

Det finns vetenskaplig forskning som stöder användningen av Careousel dosetter. Enligt Posifon Careousel har det gjorts studier på University of Birmingham i England kring användningen av elektroniska dosetter. University of Birminghams studie hävdar att det finns stora fördelar med att använda elektroniska dosetter till exempel bland personer med

minnessjukdom eller Parkinsons sjukdom. Ytterligare en studie av University of Birmingham redogör för att de personer som använder sig av elektroniska dosetter känner en trygghet i sin medicinintagning. Studien visar att användningen av elektroniska dosetter leder till mindre hembesök, vilket leder till ekonomiska vinster. (Posifon, 2017)

## 5.2 Memoera Trainer

Memoera Oy är ett finländskt företag som gör produkter som är designade för att träna och stärka den kognitiva och den fysiska funktionsförmågan. Memoera Trainer är en apparat som är lätthanterlig och innehåller 20 olika övningar och uppgifter. Den har som syfte att pigga upp hjärnfunktionen samt träna den kognitiva funktionsförmågan. Formen på apparaten påminner om en symaskin, brödlåda eller en bok, och den är lätthanterlig och trygg att använda. Den är speciellt gjord för personer med minnessjukdom. Det finns olika sorters spel och uppgifter i denna apparat som till exempel spel med bilder, räkneuppgifter, minnesträning och stavning. Apparaten innehåller inga extra funktioner som till exempel webbläsare eller menyrad för att den ska vara så lätt att använda som möjligt. Kunden kan använda apparaten med hjälp av personalens handledning. En minnessjuk person kan också använda apparaten självständigt eftersom den själv instruerar användaren hur spelen spelas. (Memoera Oy, 2021)



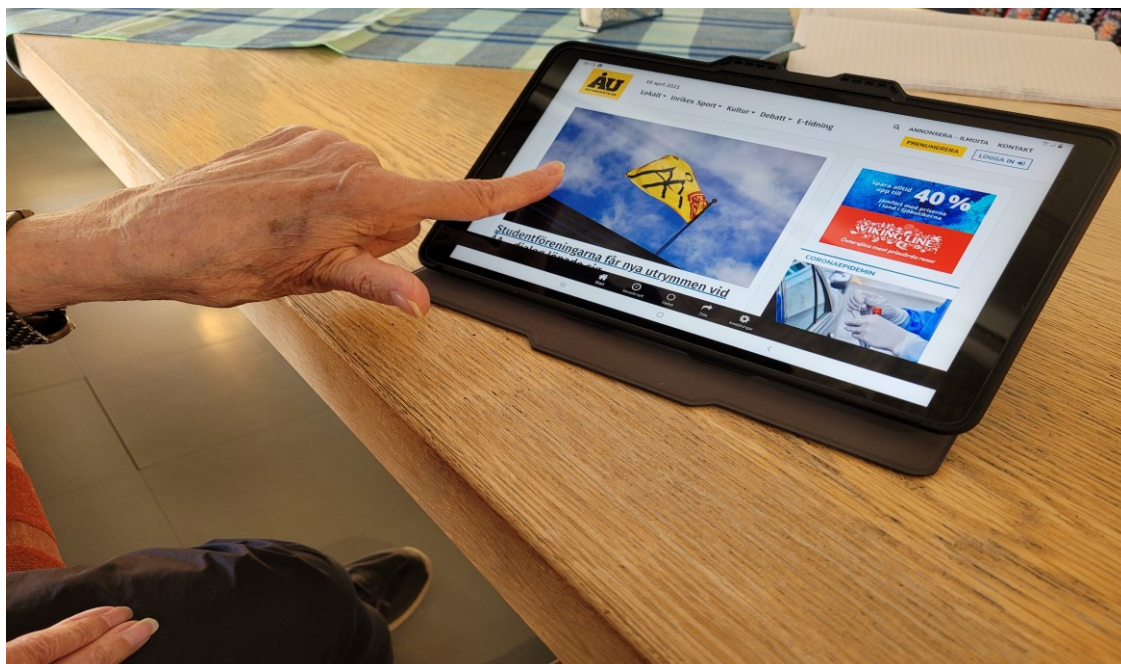
Figur 4 Kognitiv träning. Bildspel på gång med Memoera Trainer. Foto: Rebecka Pahlman

Tidigare forskning visar att fysisk aktivitet samt informationshantering har en god inverkan på hälsan. Löfberg hävdar i sin sammanfattning (Memoera Oy, 2021) att det enligt forskningarna finns fördelar för minnessjuka att upprätthålla sin funktionsförmåga och välmående med hjälp av kognitiva spelövningar. Dyliga övningar borde integreras redan nu i vården av minnessjuka. Det framkommer ändå att ett behov av vidare forskning finns vad gäller hur de kognitiva spelövningarna fungerar i vården av minnessjuka. Man behöver ytterligare utreda om den fysiska inverkan, vilka specifika övningar som borde utföras och hur ofta dylik träning borde ske. Även om mer forskning behövs, har man märkt att de uppgifter och spel som ingått i forskningen har upplevts meningsfulla och roliga att göra. Detta är en viktig faktor som är till fördel för träningen av den kognitiva funktionsförmågan. (Memoera Oy, 2021)

### **5.3 Surfplatta**

En surfplatta är en bärbar dator med en pekskärm som är inbyggd i en platt bildskärm. Man kan styra surfplattan genom att trycka med ett finger på skärmen (Brattberg, 2015, s. 94) En surfplatta kan stöda kundens hemmaboende på många olika sätt. Framför allt under coronapandemin har man möjlighet att hålla kontakten med anhöriga till exempel via videosamtal. På internet finns olika program som personalen kan använda för att aktivera kunderna. Exempel på dessa är gympa-, pyssel- och musikprogram (Brattberg, 2015, ss. 37-43) Surfplattan har ett litet format, vilket gör det lätt att använda den även i sängläge. Enligt Brattberg (2015) kan det vara lättare att använda en surfplatta även om ingen tidigare datorerfarenhet finns. (Brattberg, 2015, s. 94) Flera kommuner har redan börjat med virtuella hembesök inom omsorgen. I Södra Karelen har redan länge virtuella hembesök använts, och dessa har bara ökat under coronapandemin. Hemvårdsteamet i Södra Karelen ringer ca 10 000 videosamtal varje månad. Det ligger olika orsaker bakom den virtuella kontakten med kunden. Bland annat kontrollerar man att kunden tar sina mediciner eller mäter sitt blodsocker, dispenserar insulin, äter, eller så fungerar videosamtalet som socialt sällskap. (Suomalainen, 2020)





Figur 5 Surfplatta. Tidningsläsning tillsammans med kunden. Foto: Sari Lehtovaara

## 5.4 Virtuella hembesök

Forskningen av Solli & Hvalvik (2019) visar att man kan känna samhörighet via diskussion med hjälp av webbkamera, och den ger en inblick i hur servicen inom omsorgen kan omarbetas och utvecklas. Denna information är enligt undersökningen viktig för omsorgsledare och för politiker. Personalen i forskningen anser också att det elektroniska kommunikationsnätverket är ett viktigt redskap i omsorgen idag och även i framtiden. Enligt Solli & Hvalvik (2019) kan utmaningar uppkomma på olika vis mellan personal och kund i användningen av teknik, men hävdar också att mer forskning över närståendevårdarnas åsikter och perspektiv bör göras. (Solli & Hvalvik, 2019)

Till exempel i Åbo erbjuds virtuell hemvård. Den är uppbyggd så att alla kunder som önskar denna stödservice får egen surfplatta till sitt förfogande. Via den kontakter personalen kunden genom bild och ljud. Preliminära syftet för servicen är att ge kunden handledning i olika sysslor som exempelvis att värma mat och ta sin medicin. Samtidigt blir det en social stund där personalen kan höra hur kunden mår. Anhöriga kan också vara i kontakt med sin närstående via den virtuella hemvården. Kunden kan ta del av nätbaserade gruppverksamheter via surfplattan utan tilläggskostnader. Dessa gruppverksamheter har

för syfte att stärka kundens funktionsförmåga. Beslutet om virtuell hemvård görs i enlighet med kundens individuella vård- och serviceplan. (Åbo stad, 2019)

## 5.5 Aktivitetsarmband

Ett aktivitetsarmband mäter fysiologiska värden via sensorer. De vanligaste funktionerna är mätning av puls, antal steg och förbrända kalorier. Vissa aktivitetsarmband kan även mäta sömnvariabler. Den medicinska användningen av aktivitetsarmbandet är dock ifrågasatt då forskningen idag är oense om det kan mäta de olika värdena noggrant nog. Aktivitetsarmband har vissa begränsningar i praktiken. För individer som är långsamma eller använder sig av gångstöd som rollator, kan registreringen av steg vara mindre noggrann hos kommersiella aktivitetsarmband. (Tedesco, et al., 2019)

Enligt (Laranjo, et al., 2020) ökar aktivitetsarmband och smarttelefonapplikationer fysisk aktivitet hos vuxna. Det konstateras att ökningen av steg ökar med ca 1247–2457 vilket betyder ungefär ca 1850 steg som medelvärde. Detta betyder att aktivitetsnivån ökar. Laranjo, I forskningen av Henriksen, et al., (2020) finns fördelaktiga resultat. Exempel på dessa är att kunderna kan använda verktygen över längre tidsperioder och att de uppskattar funktionerna. Dessutom ökar kundernas förståelse över de dagliga aktiviteterna samt över tidsanvändningen vid bruk av aktivitetsarmband. (Henriksen, et al., 2020)

Kroll, Boyd & Masloves (2016) undersökning hävdar att pulsmätaren på en 'Fitbit Charge HR' visar en liten skillnad i frekvensmätningarna. Kroll et al. menar att den potentiellt kan användas kontinuerligt där den stöder i bland annat akuta situationer (Kroll, Boyd, & Maslove, 2016)

I en systematisk granskning av Jo, Coronel, Coakes, & Mainous III (2019) hävdas att i fem av sex forskningar minskar vikten på önskat vis då motivationen höjts. Endast en av dessa forskningar presenterar en signifikant minskning. Enligt en av fyra forskningar kan användningen också minska blodsockervärdet. Användningen av aktivitetsarmbandet har ingen betydande inverkan på kolesterolvärdet enligt två forskningar. Den systematiska granskningen ger i slutet ett tveksamt resultat, men de lägger tyngd på att aktivitetsarmband kan motivera kunden till en aktivare vardag. (Jo, Coronel, Coakes, & Mainous III, 2019)

## 6 Diskussion och kritisk granskning

Idén om att göra en handbok har varit klar från början. Välfärdsteknologin utvecklas i fascinerande takt, och det intresserar oss att vara en del av utvecklingen. Välfärdsteknologin är relativt obekant inom hemvården medan trygghetsteknologin är vanligare. Därför ser vi att det finns utvecklingsmöjligheter och att handboken kommer till nytta.

Vår första tanke var att inkludera både hemvårdens kunder och personal i målgruppen, och därför fokuserade vi på forskning och litteratur gällande båda. En bit in i processen konstaterade vi att arbetets omfattning skulle bli för stor, och då begränsades arbetet att fokusera enbart på personalen. Välfärdsteknologin är ett ämne som utvecklas snabbt i samhället, och därför har vi kritiskt granskat att litteraturen är relevant. Vi hade gärna tagit med finsk forskning som grund i arbetet, men kunde inte finna relevanta artiklar. Därför valdes forskning från Sverige och Norge eftersom de är geografiskt nära och samhällsligt samt kulturellt liknande.

Service designmetoden valde vi eftersom slutresultatet skulle bli en produkt. Metoden har klara och enkla direktiv som vi kunde följa steg för steg under arbetets gång. Vi lärde oss under processen vilka delar som tillhör de olika stegen.

Undersökningen drog ut på tiden då en av kommunerna på kort varsel avböjde sin medverkan. Det var utmanande att få med en annan kommun på kort tid. Dessutom tog processen att få forskningsloven godkända längre än vi hade räknat med. För att höja trovärdigheten i undersökningen påminde vi respondenterna samt förlängde vi svarstiden med en vecka.

Vi ansåg att frågorna i frågeformuläret var relevanta, men med facit i hand kunde små justeringar gjorts för att öka trovärdigheten. Svartalternativen i frågan gällande virtuella hembesök kan vara ledande enligt oss. Från början planerades handboken vara tvåspråkig, och därför gjordes också frågeformulären på både finska och svenska. Översättningen från svenska till finska var tidskrävande, men vi ansåg att det var nödvändigt för att få en större svarmängd. Under processens gång togs beslutet att webbplatsen enbart görs på svenska, då tidsgränsen kom emot. Vi valde att ha en semistrukturerad kvalitativ undersökning för att få en bredare inblick i personalens användning av välfärdsteknologi. Valet av

undersökningsmetoden fyllde sin funktion, eftersom vi var intresserade av personalens attityder och upplevelser parallellt med statistisk fakta.

Vi ville gå på gräsrotsnivå och höra personalens åsikter och upplevelser i frågan och därför anser vi att valet av respondenterna var de rätta. En tanke var att göra intervjuer med ledare inom hemvården för att kunna jämföra deras synvinkel på saken. Detta skulle också gett en intressant synpunkt eftersom det i undersökningen framkom att personalen upplever att stödet från arbetsgivaren kunde förbättras. Intervjuerna exkluderades trots allt då tidtabellen var stram. Här ser vi en utvecklingsmöjlighet i framtiden.

Metoden som valdes för analysen hjälpte oss att få fram resultaten i undersökningen. Resultaten gav stöd för formandet av innehållet i handboken. Vi upplever att handboken är funktionell, vilket även pilotgruppen ansåg. Den är enkel att använda eftersom första sidan av handboken ger en helhetsbild över innehållet. Pilotgruppen gav bra respons över att vi använt egna bilder samt videomaterial. Detta är också vi nöjda med. Vi hade som mål att göra handboken användarvänlig för personalen och detta tycker vi att vi lyckats med. Vi ville också ge personalen möjlighet i undersökningen att ge förslag på välfärdsteknologi till handboken som vi inte hade funderat kring. Förslag gavs på till exempel kameraövervakning, men det ansåg vi inte vara relevant för handboken eftersom den inte används aktivt av personalen.

En brist vi ser är att handboken i dagens läge enbart finns på svenska, vilket gör att målgruppen blir snävare. Vi tror att behovet av en finsk handbok finns eftersom en stor del av respondenterna i undersökningen svarade på finska. Handboken kan utvecklas till ett större infopaketer för personalen genom att utvidga innehållet med till exempel information om åldrandets process och om näringens betydelse. Dessa förslag stödde också pilotgruppen.

Vi hoppas att handboken fungerar som en ögonöppnare och att den medför nya verktyg för personalen. Även om vi anser att handboken är till nytta, kan den inte lösa alla utmaningar. I vår undersökning framkom att en stor del av personalen upplever redskapsbrist vilket enligt oss kan bero på organisatoriska och ekonomiska faktorer. Vi tror att fenomenet borde uppmärksammas mer på politisk nivå samt inom ledningen.

## Litteraturförteckning

- Åbo stad. (2019). *Virtuell Hemvård*. Hämtat från turku.fi:  
[https://www.turku.fi/sites/default/files/atoms/files//virtuaalinen\\_kotihoito\\_esite\\_svenska\\_2019.pdf](https://www.turku.fi/sites/default/files/atoms/files//virtuaalinen_kotihoito_esite_svenska_2019.pdf)
- Alver, B. G., & Øyen, Ø. (1997). *Etik och praktik i forskarens vardag*. Lund: Studentlitteratur.
- Bäcklund, S., Manka, M., Ranta, A., & Vehovaara, R. (December 2018). *Handbok för proffs i äldreomsorgen*. JHL-Förbundet för den offentliga sektorn och välfärdsområdena.
- Bell, J., & Waters, S. (2016). *Introduktion till forskningsmetodik*. Lund: Studentlitteratur.
- Brattberg, G. (2015). *Äldre och Internet*. Stockholm: Värkstaden.
- Bravell Ernsth, M. (2017). *Äldre och åldrande. Grundbok i gerontologi*. Malmö: Gleerups.
- Eläkeliitto. (2018). *Ikäihmisten yksinäisyys*. Hämtat från eläkeliitto.fi:  
<https://www.elakeliitto.fi/tietoa/ikaantyneen-mielenterveys/ikaihminen-yksinaisyys>
- Eriksson, h., Christiansen, M., Holmgren, J., & Salzmänn-Eriksson, M. (2014). *Vårdvetenskap och postmodernitet*. Lund: Studentlitteratur.
- Forskningsetiska delegationen. (2019). *Anvisningar för etikprovning inom humanvetenskaperna*. Hämtat från TENK.fi: <https://tenk.fi/sv/anvisningar-och-material/anvisningar-etikprovning-inom-humanvetenskaperna>
- Guise, V., & Wiig, S. (2017). Perceptions of telecare training needs in home healthcare services: a focus group study. 17:164.
- Hallikainen, M. I. (2019). *Muistisairaan hoito*. Helsingki: Kustannus Oy Duodecim.
- Hartikainen, S., & Lönnroos, E. (2008). *Geriatría arviinnista kuntoutukseen*. Helsingfors.
- Hautala, E. (2012). *Seniori-opas; Hyvinvointi, terveys ja palvelut ikääntyville*. Helsingfors: Aplodi.
- Hedman, A.-M., & Wallis, J. (2015). *Äldrevård och äldreomsorg*. pearson.
- Heikkinen, E., & Rantanen, T. (2010). *Gerontologia*. Helsingfors: Kustannus Oy Duodemic.
- Henriksen, A., Sand, A.-S., Deraas, T., Grimsgaard, S., Hartvigsen, G., & Hopstock, L. (2020). Succeeding with prolonged usage of consumer-based activity trackers in clinical studies: a mixed methods approach. *BMC Public Health*, 20:1300.
- Institutet för hälsa och välfärd. (10 2020). *Äldre personers välbefinnande i kommunen*. Hämtat från thl.fi: <https://thl.fi/sv/web/aldre/valbefinnande-for-aldre/aldre-personers-valbefinnande-i-kommunen> (hämtat 16.01.2021)

- Institutet för hälsa och välfärd. (den 22 oktober 2020). *Föränderlig äldreomsorg*. Hämtat från thl.fi: <https://thl.fi/sv/web/aldre/foranderlig-aldreomsorg>
- Institutet för hälsa och välfärd. (den 24 september 2020). *Samordnad rådgivning och klienthandledning*. Hämtat från thl.fi: <https://thl.fi/sv/web/aldre/foranderlig-aldreomsorg/samordnad-radgivning-och-klienthandledning>
- Institutet för hälsa och välfärd. (den 29 januari 2021). *Hemvård*. Hämtat från <https://thl.fi/sv/web/aldre/foranderlig-aldreomsorg/hemvard>
- Jakobsson, Nygård, Malinowsky, & Kottorp. (2019). Experiences from using e-health in contact with health care among older adults with cognitive impairment.
- Jänson, H. (2015). *Socialt arbete med äldre*.
- Jo, A., Coronel, B. D., Coakes, C. E., & Mainous III, A. G. (2019). Is There a Benefit to Patients Using Wearable Devices Such as Fitbit or Health Apps on Mobiles? A Systematic Review. *The American Journal of Medicine*, Volume 132, Issue 12 P1394-14000.E1.
- Junttila, N., Kainulainen, S., & Saari, J. (05 2015). *Mapping the Lonely Landscape - Assessing Loneliness and Its Consequences*. Hämtat från researchgate.net: [https://www.researchgate.net/publication/279275763\\_Mapping\\_the\\_Lonely\\_Landscape\\_-\\_Assessing\\_Loneliness\\_and\\_Its\\_Consequences](https://www.researchgate.net/publication/279275763_Mapping_the_Lonely_Landscape_-_Assessing_Loneliness_and_Its_Consequences) (hämtat 15.1.2021)
- Kroll, R. R., Boyd, G. J., & Maslove, D. M. (2016). Accuracy of a Wrist-Worn Wearable Device for Monitoring Heart Rates in Hospital Inpatients: A Prospective Observational Study. *JMIR Publications*, Vol 18, No 9.
- Kulmala, J. (2019). *Hyvä vanhuus. Menetelmiä aktiivisen arjen tukemiseen*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Laranjo, L., Ding, D., Heleno, B., Kocaballi, B., Quiroz, J. C., Tong, H. L., . . . Bates, D. W. (2020). Do smartphone applications and activity trackers. *British Journal of Sports Medicine*, 0:1–13.
- Larsson Ranada (red.), Å. (2015). *Vardagsteknik och äldre personer*. Lund: Studentlitteratur Ab.
- Memoera Oy. (den 19 02 2021). *Memoera - hyödyllistä ajanvietettä muistisairaana ja ikäihmisen päivään*. Hämtat från memoera.fi: <https://memoera.fi> hämtad 19.2.2021
- Memoera Oy. (2021). *Tutkimus*. Hämtat från memoera.fi: <https://memoera.fi/index.php/tutkimus/> hämtat 28.2.2021
- Novia, Yrkehögskola. (2021). *Novia, Studieguiden*. Hämtat från [studieguiden.novia.fi](https://studieguiden.novia.fi/index.php/sv/13622/sv/13648/DAG21-H-%C3%85-USS/year/2021): <https://studieguiden.novia.fi/index.php/sv/13622/sv/13648/DAG21-H-%C3%85-USS/year/2021> hämtat 25.1.2021
- Pargas Stad. (hämtat 12.2.2021). *Pargas skärgårdsstaden*. Hämtat från Hemvården: <https://www.pargas.fi/sv/hemvard>
- Posifon. (2017). *Posifon Careousel – Medicindoseraren som ger trygghet*. Hämtat från careousel.se: <http://careousel.se/> hämtat 26.2.2021

- Posifon. (2017). *Vetenskapligt utvärderat*. Hämtat från careousel.se: <http://careousel.se/> hämtat 26.2.2021
- Psykisk Hälsa Finland rf. (u.d.). *Yksin asuminen ja yksinäisyys yleisiä ikääntyessä*. Hämtat från mieli.fi: <https://mieli.fi/fi/mielenterveys/ihmissuhteet/yksin-asuminen-ja-yksin%C3%A4isyys-yleisi%C3%A4-ik%C3%A4%C3%A4ntyess%C3%A4> (hämtat 16.01.2021)
- Robo Educational Toys. (2021). *About TimeTimer*. Hämtat från timetimer.eu: <https://timetimer.eu/about-time-timer/> hämtat 20.2.2021
- Sävenstedt, G., Sävenstedt, S., & Zingmark, K. (2007). *E-hälsa i vård och omsorg av äldre*. Studentlitteratur.
- Savonius, A. (2019). *Svenska YLE Hemvårdare: Mobilen är mitt viktigaste redskap, men om de tekniska hjälpmedlen blir mycket fler minskar tiden hos klienten*. Hämtat från YLE: <https://svenska.yle.fi/artikel/2019/08/17/hemvardare-mobilen-ar-mitt-viktigaste-redskap-men-om-de-tekniska-hjalpmedlen-blir>
- Solli, H., & Hvalvik, S. (2019). Nurses striving to provide caregiver with excellent support and care at a distance: a qualitative study. 19:893.
- Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö. (2020). *Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi 2020 -2023*. sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö.
- Suomalainen, T. (2020). *Kotihoito siirtyy etäaikaan – ”En aavistanut, että kohtaaminen voi olla näin hyvä”*. Hämtat från tehylehti.fi: <https://www.tehylehti.fi/fi/tyoelama/kotihoito-siirtyy-etaaikaan-en-aavistanut-etta-kohtaaminen-voi-olla-nain-hyva> hämtat 15.3.2021
- Svenska Akademiens ordböcker . (2009). *Svenska akademiens ordböcker SO*. Hämtat från svenska.se: <https://svenska.se/tre/?sok=teknik&pz=1>
- Svenska Akademiens ordböcker. (2009). *Svenska akademiens ordböcker SO*. Hämtat från svenska.se: <https://svenska.se/tre/?sok=teknologi&pz=1> hämtat 23.4.2021
- Svenska Akademiens ordböcker. (2015). *Svenska akademiens ordböcker SO*. Hämtat från Svenska.se: <https://svenska.se/tre/?sok=ensam&pz=1> (hämtat 15.1.2020)
- Tedesco, S., Sica, M., Ancillao, A., Timmons, S., Barton, J., & O'Flynn, B. (2019). Accuracy of consumer-level and researchgrade activity trackers in ambulatory settings. *PLOS ONE*.
- Tilastokeskus. (2020). *Suomi Lukuina*.
- Tilvis, R., Pitkälä, K., Strandberg, T., Sulkava, R., & Viitanen, M. (2016). *Geriatría*. Helsingfors: Duodecim.
- Trost, J. (2007). *Enkätboken*. Lund: Studentlitteratur.
- Tuulaniemi, J. (2011). *Palvelumuotoilu*. Hämeenlinna.
- Valitut Palat. (2018). *Terve pää, kirkas mieli*. Helsingfors: Cil Suomi Oy.

Virjonen (Toim.), K. (2013). *Muistin ongelmat*. Jyväskylä: Ps-kustannus.

Lag om stöd för närståendevård 2005/937 kap3

Socialvårdslagen (1301/2014) kap4

Lagen om stödande av den äldre befolkningens funktionsförmåga och om social- och hälsovårdstjänster för äldre (980/2012) kap2

Finlands grundlag (1999/731) kap1-2



## Bilaga 1. Beställarens brev



Institutionen för hälsa och välfärd, Åbo  
Projektbeskrivning för examensarbeten

**Examensarbetsprojektets namn:** Hej, chatten är öppen!

**Ansvarig lärare:** Janina Dahla

**Bakgrund:**

Vilka färdigheter behöver du som blivande socionom, sjukskötare eller hälsovårdare för att arbeta i digitala miljöer? Hur arbetar du professionellt på nätet med chattar, AI (vad mera)? Vad säger framtidsforskningen, vilka är visionerna för digital handledning? Snabba förändringar i samhället förutsätter att vi också möter våra patienter/klienter på nätet och det behöver vi bli bättre på.

**Syfte:**

Reda ut vilka attityder, kunskaper och färdigheter studerande inom social- och hälsovård behöver för att använda mångdimensionella arbetsmetoder i möten med patienter- och klienter på nätet.

**Utförande:**

Studerande arbetar i grupper på 3–4 studerande. Examensarbetet kan göras som litteraturstudier, intervjuer/fokusgruppintervjuer eller andra lämpliga metoder.

**Förväntade resultat:**

En produkt (-er) som ökar studerandes färdigheter att arbeta i digitala miljöer.

**Partners: -**

**Examensarbetets kompetenser:**

Utbildning till socionom YH

Studerande

- Kan systematiskt utveckla sitt yrkesområde och har förmåga att på ett vetenskapligt sätt granska, diskutera och presentera forsknings- och utvecklingsprojekt
- Kan utföra forsknings- och utvecklingsverksamhet i mångprofessionella team
- Kan tillämpa ett resursförstärkande perspektiv på utredning, utveckling och utvärdering av yrkespraxis inom social- och hälsovård

Utbildning till sjukskötare YH och hälsovårdare YH

Studerande

- Kan systematiskt utveckla sitt yrkesområde och har förmåga att på ett vetenskapligt sätt (med fokus på vårdvetenskaplig forskning) utföra, presentera, diskutera och granska utvecklingsprojekt i mångprofessionella team

## Bilaga 2. Sökrapport för förundersökningen

| Artikel   | Datum       | Sökord  | Databas                          | Avgränsning   | Antal träffar | Antal valda artiklar | Orsak till val   |
|---|-------------|---|----------------------------------|---|---------------|----------------------|--|
| Perceptions of telecare training needs in home healthcare services: a focus group study                 | 26.1. 2021  | (Nurse or nurses or nursing) AND (Attitudes or beliefs or perception) AND (Telehealth or telemedicine)  | EBSCO Host Academic Search Elite | Peer Reviewed Full text Research article<br>2016-2021     | 44            | 1                    | Aktuellt då geografiskt nära<br>Välståndsteknik inom hemvården<br>personalen |
| Nurses striving to provide caregiver with excellent support and care at a distance: a qualitative study | 26.1. 2021  | (Nurse or nurses or nursing) AND (telecare) AND (older adults or elderly or seniors or geriatrics)  | EBSCO Host Academic Search Elite | Scholarly (peer reviewed) journals Full text<br>2016-2021 | 36            | 1                    | Aktuellt då geografiskt nära<br>Virtuella besök<br>äldreomsorg               |
| Requiring smartphone ownership for mHealth interventions: who could be left out?                        | 02.02. 2021 | ( empowerment or empowering or empower ) AND ( home care services or home health care or home healthcare ) AND ( ict or information technology or communication technology or tablet or computer or robot or coding or digital learning or tablet or computer or smart ) OR ( ehealth or e-health or telecare or telemedicine or telehealth ) NOT ( disability or disabilities or disabled or impairment or impaired or special or special needs ) NOT ( surgery or operation or surgical procedure ) NOT ( oncology patients or cancer patients or patients with cancer ) NOT ( habits or behavior or routines ) NOT ( smoking cessation or smoking cessation interventions or quit smoking or stop smoking ) NOT ( alcoholism or substance abuse or drug abuse ) NOT ( diabetes type 1 or diabetes mellitus type 1 or diabetes 1 or diabetes type 2 or type 2 diabetes mellitus ) | CINAHL with Full Text (EBSCO )   | Full text, 2015-2021, 65+, Telemedicin<br>Sökningar:3     | 45            | 0                    | Utforskar relaterad till ämnet   |
| Determinants of the intention to use e-Health by community  | 04.02. 2021 | How to change perceptions of e-health and ICT in health care  | Google scholar                   | 2015-2021   | 14 000        | 0                    | Europeisk, vad påverkar användandet  |

|   |           |   |                                  |   |    |   |  |
|---|-----------|---|----------------------------------|---|----|---|--|
| dwelling older people   |           |   |                                  |   |    |   |  |
| 'Having to learn this so late in our lives...! Swedish elderly patients' beliefs, experiences, attitudes and expectations of e-health in primary health care. | 29.1.2021 | Telehealth AND ( geriatrics or elderly or older adults ) AND attitudes. | EBSCO host Academic search elite | Full text<br>Scholarly peer reviewed journals.<br>2016-2021<br>Academic Journals                  | 20 | 0 | Aktuellt, geografiskt nära. E-tjänster och vård genom internet.  |
| Experiences from using eHealth in contact with health care among older adults with cognitive impairment   | 29.1.2021 | Telehealth AND ( geriatrics or elderly or older adults ) AND attitudes. | EBSCO host Academic search elite | Full text<br>Scholarly peer reviewed journals.<br>2016-2021<br>Academic Journals                  | 20 | 1 | Aktuellt, geografiskt nära . E-tjänster och vård genom internet.<br><br>Attityder från de äldre, aktuellt. |
| Swedish primary healthcare nurses' perceptions of using digital eHealth services in support of patient self-management  | 29.1.2021 | telemedicine, telehealth, nurse, attitudes                              | EBSCO host Academic search elite | Full text<br>Academic Search Complete<br><br>Scandinavian Journal Of Caring Sciences<br>2016-2021 | 5  | 0 |  |
| Collaborative challenges in the use of telecare<br>Collaborative challenges in the use of telecare  | 29.1.2021 | Telemedicine, telehealth, nurse, attitudes                              | EBSCO host Academic search elite | Full text<br>Academic Search Complete<br><br>Scandinavian Journal Of Caring Sciences              | 5  | 0 |  |

|  |  |  |  |           |  |  |  |
|--|--|--|--|-----------|--|--|--|
|  |  |  |  | 2016-2021 |  |  |  |
|--|--|--|--|-----------|--|--|--|

### Bilaga 3. Frågeformuläret

## Välfärdsteknologi inom hemvården / Hyvinvointiteknologia kotipalvelussa

Har du möjlighet att fylla i vårt frågeformulär? Frågeformuläret är riktat till hemvårdspersonalen inom äldreomsorgen för att utreda personalens uppfattningar kring användning av välfärdsteknologi i hemvården. Målet är att utveckla en handbok. Dina synvinklar och erfarenheter är viktiga för oss för att kunna kartlägga och utreda behovet för den. Syftet med boken är att stöda personal och studerande i användningen av välfärdsteknologi i det dagliga arbetet. Alla svar bidrar till utformandet av handboken.

Frågeformuläret tar endast ca 10 min att svara på. Sista svarsdagen är onsdag den 10.3. Det är frivilligt att delta och svaren behandlas konfidentiellt.

Vid deltagande har du möjlighet att vara med i en frivillig utlottning av två priser i form av biobiljetter genom att uppge din e-postadress. Din e-post används enbart vid utlottningen och kontakt vid eventuell vinst.

Tack för ditt medverkande!

Voisitko ystävällisesti täyttää kyselylomakkeemme? Kyselylomakkeen tarkoitus on saada esille näkökulmasi ja mielipiteesi hyvinvointiteknologian käytössä vanhustyön kotipalveluissa. Tarkoituksenamme on kehittää käsikirja, joten kokemuksesi ja vastauksesi ovat meille tärkeitä käsikirjan sisällön kartoittamiseksi. Käsikirjan tavoite on tukea henkilökuntaa ja opiskelijoita hyvinvointiteknologian käyttämisessä vanhustyön kotipalvelun parissa. Vastauksesi edesauttaa käsikirjan kehittämisessä.

Kyselylomakkeen täyttäminen vie vain noin 10 minuuttia. Viimeinen vastauspäivä on keskiviikko 10.3. Osallistuminen on vapaaehtoista ja kaikki vastaukset käsitellään luottamuksellisesti.

Kyselyyn osallistujien on mahdollista osallistua vapaaehtoiseen arvontaan, jossa palkintona elokuvalippuja. Arvontaan pääsee osallistumaan lisäämällä oma sähköpostiosoite.

Sähköpostia käytetään vain arvontaan ja voittajalle ilmoittamiseen.

Kiitos osallistumisestasi!

\*Obligatorisk

Hur gammal är du? / Minkä ikäinen olet? \*

- 18-30
- 31-45
- 46-55
- >55

I vilken ort arbetar du? / Millä paikkakunnalla työskentelet? \*

Ditt svar

---

Vilken är din utbildning? / Koulutuksesi? \*

Ditt svar

---

Vilken välfärdsteknologi stöter du på i ditt arbete? / Mitä hyvinvointiteknologiaa kohtaat työssäsi? \*

- Stöd av videosamtal mellan kund och anhörig / Videoviestinnän tukeminen asiakkaan ja omaisen välillä
- Må-bra TV (virtuellt hembesök) / Hyvinvointi TV ( etäkotikäynti)
- Kameraövervakning / Kameravalvonta
- Surfplatta / Tabletti
- Aktivitetsarmband / Hyvinvointiranneke
- Aktivitetsapparater / Virikelaitteet
- Inga av de ovannämna alternativen / Ei mitään yllä olevista

Annat, vad? / Muu, mikä?

Ditt svar

---

Vilka ovannämnda använder du själv i ditt arbete? Mitä ylläolevista itse käytät työssäsi? \*

Ditt svar

---

Vilka utmaningar upplever du i ditt jobb med välfärdsteknologi? Mitä haasteita koet hyvinvointiteknologian käytössä työssäsi? \*

- Tidsbrist / Ajanpuute
- Kunskapsbrist / Taidon puute
- Inte intresserad / En ole kiinnostunut
- Brist på redskap / Välineiden puute
- Inga av de ovannämnda alternativen / Ei mitään yllä olevista

Andra utmaningar än ovannämnda / Muita haasteita kuin yllä lueteltuja

Ditt svar \_\_\_\_\_

Stöder din arbetsgivare användning av välfärdsteknologi i det dagliga arbetet? / Tukeeko työnantajasi hyvinvointiteknologian käyttöä päivittäisessä työssäsi? \*

- Ja /Kyllä
- Nej / Ei

Om du svarade ja, hur? / Jos vastasit kyllä, miten?

Ditt svar \_\_\_\_\_

Om du svarade nej, hurdant stöd saknar du? / Jos vastasit ei, millaista tukea kaipaat?

Ditt svar \_\_\_\_\_

Till vad kan man använda surfplatta inom hemvården? / Mihin käyttäisit tablettia kotihoidon työssä? \*

Ditt svar \_\_\_\_\_

Vad anser du om virtuella hembesök? Mitä mieltä olet virtuaalikäynneistä? \*

- Gillar, det är dagens melodi! / pidän, se on tätä päivää!
- Jag kunde tänka mig använda, om jag fick en tillräcklig introduktion / voisin käyttää, jos saisin kunnon perehdytyksen
- Har inte använt, men skulle gärna prova / en ole käyttänyt, mutta olisin halukas kokeilemaan
- Använder, men gillar inte / käytän, mutta en pidä siitä
- Har inte använt och är inte intresserad / en ole käyttänyt, enkä ole kiinnostunut
- Gillar inte, människokontakt är viktigare / En pidä, ihmiskontakti on tärkeämpi
- Ingen åsikt / ei mielipidettä

Annat, vad? / Muu, mikä?

Ditt svar

Vilka fördelar skulle virtuella hembesök medföra i ditt arbete? / Mitä hyötyä olisi virtuaalikäynnistä työssäsi? \*

Ditt svar

Om du vill delta i den frivilliga utlottningen, skriv din e-post adress här / Jos haluat osallistua vapaaehtoisen arvontaan, kirjoita sähköpostiosoitteesi tähän

Ditt svar

Skicka



---

### Plan för förverkligande

**Syfte:**

Syftet med examensarbetet är att reda ut hemvårdspersonalens användning av välfärdsteknologi i kundkontakten vid äldreomsorgens hemvård.

**Mål:**

Målet är att utforma en handbok som stöd för användningen av välfärdsteknologi för professionella inom hemvårdsarbetet. Handboken kan även användas som studiematerial. Handboken blir tillgänglig elektroniskt.

**Metoder:**

Ett nätbaserat frågeformulär har utarbetats och skickas till personalen inom hemvården för att utreda användningen av välfärdsteknologi i det praktiska arbetet. Skribenterna följer de etiska rekommendationerna enligt hanteringen av frågeformuläret, respekterar deltagarnas anonymitet och alla svar behandlas konfidentiellt. Analysen av svaren stöder utformandet av en handbok, som ska fungera som stöd och handledning för såväl hemvårdspersonal samt studerande.

**Tidtabell:**

Frågeformulären skickas elektroniskt till den ansvarig kontaktpersonen i kommunen, som sedan förmedlar dem vidare till sin personal. Frågeformulärens svarstid sträcker sig mellan februari-mars.

Handboken formas och lanseras elektroniskt som kommunen sedan har tillgång till.

**Kontaktuppgifter:**

|                  |  |             |
|------------------|--|-------------|
| Sari Lehtovaara: | <a href="mailto:sari.lehtovaara@edu.novia.fi">sari.lehtovaara@edu.novia.fi</a> | 040-5797900 |
| David Nylén:     | <a href="mailto:david.nylen@edu.novia.fi">david.nylen@edu.novia.fi</a>         | 040-1709946 |
| Lotte Makkee:    | <a href="mailto:lotte.makkee@edu.novia.fi">lotte.makkee@edu.novia.fi</a>       | 044-5990928 |
| Rebecka Pahlman  | <a href="mailto:rebecka.pahlman@edu.novia.fi">rebecka.pahlman@edu.novia.fi</a> | 044-5426771 |

## **Bilaga 5. Innehåll i Guide on the Go**

<http://gotg.nicepage.io/>

### **Vad är Guide on the Go**

'Guide on the Go' är utarbetat som en produkt för ett examensarbete som är en del av projektet 'Hej, chatten är öppen', som är ett beställningsarbete av YH Novia. Målet är att utforma fortbildningsmaterial för professionella inom hemvården i form av en elektronisk handbok. Handboken 'Guide On the Go' har som uppgift att stöda och ge tips åt personalen om hur välfärdsteknologi kan användas som redskap i det dagliga arbetet i hemvården. Den ska också fungera som utbildningsmaterial för studerande.

### **Varför behövs Guide on the Go**

I en undersökning som gjordes i samband med arbetet framkom att personalen inom hemvården upplever utmaningar i både kunskaps-, redskaps- och tidsbrist. På basen av dessa utvecklas därför 'Guide on the Go'.

Vill du veta mer om studien?

Ta del av vår undersökning här fortfarande under utveckling.

### **Arbetsgruppen och samarbetspartner**

Producenter:

Sari Lehtovaara - Socionomstuderande

Lotte Makkee - Socionomstuderande

David Nylén – Sjukskötarestuderande

Rebecka Pahlman - Socionomstuderande

### **Timetimer**

Timetimer är en klocka som är utvecklad för personer som kan ha svårt att uppfatta tidsförlopp. Den används till exempel som ett hjälpmedel för tidsnedräkning. Med TimeTimern kan kunden följa med hur lång tid det är kvar till den kommande händelse.

Timetimerklockan finns i olika format. Klockan visar ett tidsförlopp upp till 60 minuter. Den vrids till önskad tid och markerar tidsförloppet med en röd markering. Markeringen minskar vartefter som tiden går. När tiden går ut alarmerar den, vilket signalerar användaren om att tiden är slut.

(Bild på TimeTimer, länk.)

### **Posifon Careousel**

Posifon Careousel är en elektronisk medicindosett som programmeras att ge rätt medicin vid rätt tidpunkt. Den kan användas av personer som behöver stöd i medicinhanteringen. Dosetten kan programmeras enligt behov och har upp till 28 medicinfack som fylls enligt behov. Då det är dags för kunden att ta medicinen larmar dosetten tills medicinen blivit tagen. Den är trygg eftersom de andra medicinfacken är låsta. Medicinen tas genom att dosetten vänds upp och ner.

(Bild på Posifon Careousel, länk.)

### **Aktivitetsarmband**

Aktivitetsarmbandet kan motivera kunder till mer rörelse. Funktionerna är enkla och vem som helst kan använda sig av hjälpmedlet för att lära sig mer om sin egna kroppsliga status.

(Bilder på aktivitetsarmband, länk.)

### **Surfplatta**

En surfplatta är ett hjälpmedel som kan användas till flera olika ändamål med kunden. Surfplattan styrs genom att svepa fingret över skärmen dit man vill. Surfplattan kan användas till att spela spel, lyssna på musik, ha videosamtal, se på film och även se på olika gymnastikprogram som främjar kundens mående i vardagen.

(Bilder på surfplatta, video om hur surfplatta används, länk.)

### **Memoera Trainer**

Memoera Trainer är en produkt som är gjord för att stärka kundens kognitiva och fysiska förmåga i vardagen. Apparaten är lätt att använda eftersom det endast finns två

knappar. En startknapp finns på baksidan samt en navigeringsknapp på framsidan. Den främre knappen bläddrar mellan de tjugo olika spelen apparaten erbjuder. Spelen startas och spelas genom att trycka på skärmen enligt lätta instruktioner.

(Bild på Memoera Trainer och video hur den används, länk.)

### **Virtuella hembesök**

Virtuella hembesöket tillåter personalen och kunden att ha distanskontakt. Under det virtuella hembesöket handleder personalen kunden i de dagliga aktiviteterna som medicinintag och värma mat. Funktionerna tillåter ofta anhöriga kontakta kunden på samma sätt som personalen vilket även kan stärka upplevelsen av samhörigheten. En annan metod som kan stärka kundens funktionsförmåga är gruppverksamheter genom virtuella möten.

De virtuella hembesöken görs redan idag på ett antal platser i landet. I Åbo stad erbjuds kunderna en surfplatta som de använder i de virtuella hembesöken. Personal som arbetar med de virtuella hembesöken ser ofta fördelar och upplever att det är ett viktigt hjälpmedel idag och även i framtiden.

(Bild på surfplatta.)

### **Snabba tips (Gif med text.)**

Har du extra tid över, kan du testa dagens nöt (finska) eller frågesport på svenska med Yles vetamix. (bilder på logon, länkar)

Ryhmärenki har flera alternativ till hjärngymnastik som tar kort tid. Material finns på både svenska och finska. (bild då webbsidorna används, länk)

Åk på en snabb virtuell resa till t.ex. kundens barndomsort genom Google Earth. (Google Earth logo, länk)

Då kunden äter kan man tillsammans se på bilder. (Bild på surfplatta, länk)

Vid frukost: Läs högt dagens nyheter för kunden och skapa en trevlig början på dagen! (bild på tidningar, länkar)

Våga vara spontan i ditt arbete! (motivationsfras)

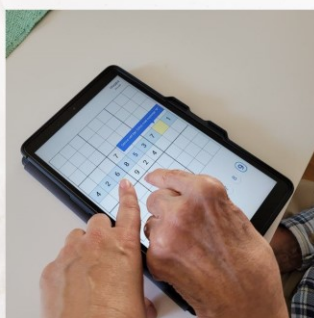
## Bilaga 5. Webbsidans första sidan



Träna Hjärnan Träna Fysiskt Stöd i Vardagen Snabba Tips

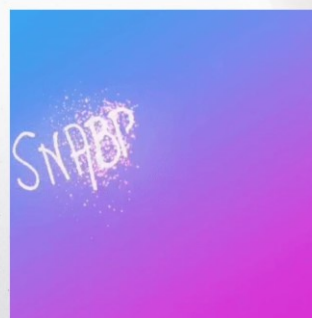
### Guide on the Go

En handbok i välfärdsteknologi för personalen i hemvården



#### Träna Hjärnan

Hjälpmiddel för att träna det kognitiva



#### Snabba Tips

Ta del av våra snabba tips som du kan använda med olika hjälpmedel



#### Stöd i Vardagen

Hjälpmiddel som kan stöda vardagen



#### Träna Fysiskt

Hjälpmiddel för att öva den fysiska förmågan