

Partnerskap: Sammen for et aldersvennlig Norge

Aha-opplevelser, utfordringer og muligheter som oppstår når det samarbeides på tvers av fag og interesser.





Nasjonal konferanse:

SAMMEN FOR ET ALDERSVENNLIG NORGE

25. oktober **Quality Hotel Ålesund**

NORWEGIAN SMART CARE LAB



Brukerinvolvering og medvirkning er nøkkelen til suksess



Marit Hagland
Leder
Norwegian Smart Care Lab
+47 452 61 799
marit.h@valide.no



WWW.SMARTCARECLUSTER.NO

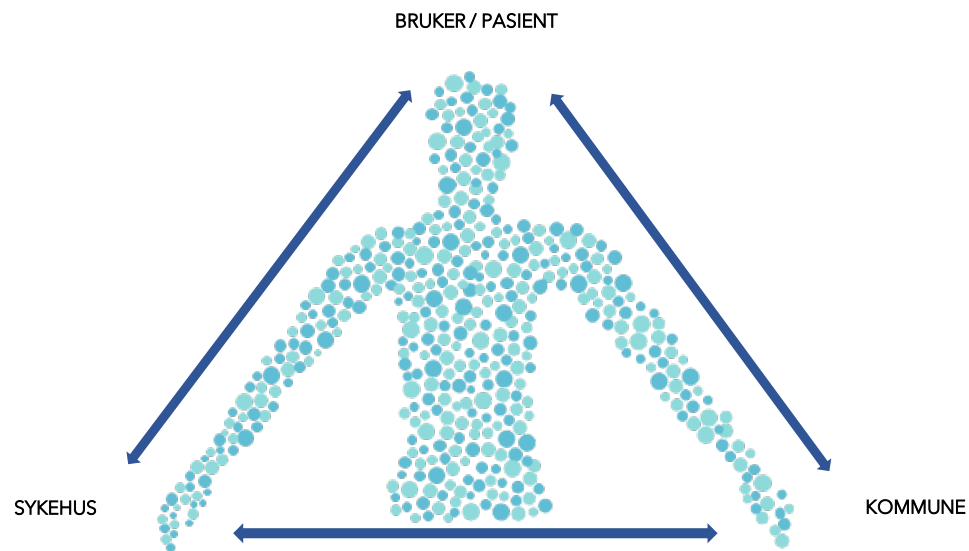


NCE
Norwegian Centres
of Expertise



SMART CARE:

Løsninger for bruker/pasient hjemme og i samspill med helsetjenesten



Løsningsområder i klyngen



Trygghet og sikkerhet

Trygghetsalarmer, varslings- og lokaliseringsteknologi, medisin dispenser, elektroniske dørlåser og sensorer.



Hjelpemidler

bistår når for eksempel hukommelsen blir dårligere, ved fysisk funksjonssvikt, eller teknologi som gjør hverdagslivet enklere.



Behandling og pleie

bidrar til at mennesker gis mulighet til å bedre mestre egen helse ved for eksempel kronisk lidelse. Løsninger for digital hjemmeoppfølging

Spesialiserte leverandører



Design byråer, plattform leverandører, program utvikling, AI, Maskindata, BigData, HW utvikling, programmerbare systemer

Sosial kontakt

bistår mennesker med å komme i kontakt med andre, som for eksempel videokommunikasjonsteknologi, webtjenester og robotteknologi



Folkehelse

Løsninger innen livsstil og forebygging. Løsninger som bidrar til å utsette institusjonsinnleggelse. Trening, kosthold, røykestopp etc.



Smarthus

Design, tilrettelegging, styringssystemer, eks. elektroniske dør låser, sensor systemer - lys, varme, kamera



Norwegian Smart Care Lab

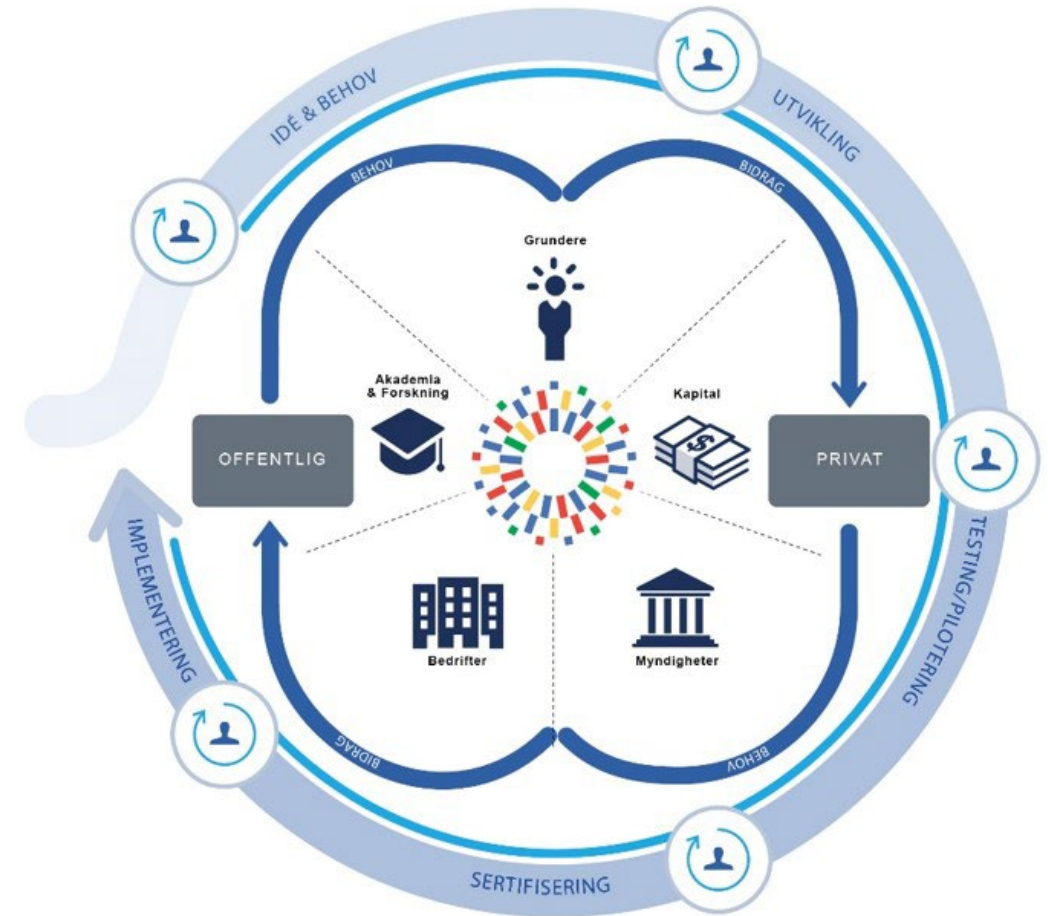
Hvem er vi?

Norwegian Smart Care lab tester og verifiserer ideer, prototyper og produkter som utvikles av helsenæringen.

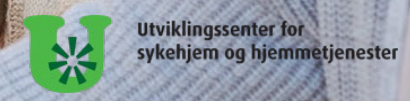
Vi fungerer som en nøytral tredjepart og rådgiver.

Brukermedvirkning står sentralt i det arbeidet vi gjør, i hele innovasjons- og utviklingsprosessen.

Brukermedvirkning skaper en mer demokratisk prosess der helsepersonell og pasienter får en stemme og en påvirkningskraft når det utvikles nye løsninger, som de selv kanskje skal ta i bruk på et senere tidspunkt.



Testpanel med relevante brukere





the
**INFORMED/
INVOLVED/
INNOVATING**
patients





Norwegian
Smart Care
Lab



Idé og behovsfasen

Testing allerede i idé og utviklingsfasen gir deg verdifull innsikt. Det reduserer risikoen og øker hastigheten i det videre utviklingsløpet.

Testing med klinisk personell og brukere for å få tilbakemelding på produkt/løsning og videre strategi.



kakadu

Utvikling

- Teknologiske veivalg
- Risikovurdering
- Prissensitivitet
- Funksjonstester - test av brukeropplevelsen
- Simulering og test av løsning – tjenesteperspektivet





Norwegian
Smart Care
Cluster



NORWEGIAN
SMART CARE

LAB



Norwegian Smart Care Lab

Marit Hagland
Leder
Norwegian Smart Care Lab
+47 452 61 799
marit.h@valide.no



Karoline Blikra Mogleiv
Forretningsutvikler
Norwegian Smart Care Lab
+47 924 14 043
karoline@valide.no



Camilla Finnseth
Prosjektleder
Norwegian Smart Care Lab
+47 918 06 440
camilla@valide.no



WWW.SMARTCARECLUSTER.NO



NCE
Norwegian Centres
of Expertise



European Innovation
Partnership on Active
and Healthy Ageing
REFERENCE SITE



Nasjonal konferanse:

SAMMEN FOR ET ALDERSVENNLIG NORGE

25. oktober **Quality Hotel Ålesund**

Aldersvennlige og inkluderende designprosjekt

Anne Berit Rafoss


Senteret for et aldersvennlig Norge





Et strategisk samarbeid

- Synliggjøre hvordan og hvorfor riktig design kan bidra til mer aldersvennlige og inkluderende produkt, tjenester og løsninger.
- 125.000 kr til inkluderende designprosjekt.
 - 62 søknader
 - Totalt 18 prosjekt tildelt midler
- 2 ulike prosjekt som løfter frem aldersvennlige løsninger
 - Prosessen
 - Senteret som rådgiver i prosjektperioden



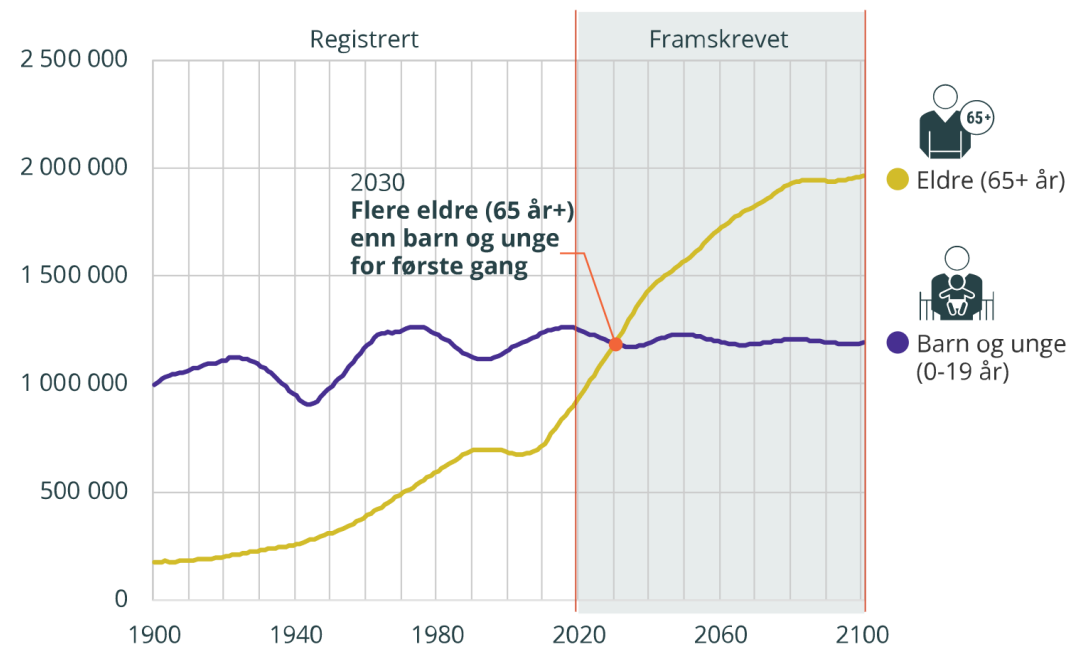
«If you design for the young, you exclude the old, but if you design for the old you include everyone»

Design for fremtiden?



Flere eldre enn barn og unge

Hovedalternativet (MMM)



Kilde: Statistisk sentralbyrå



«Ageing in the Arctic»

Prosjekt med støtte fra DOGAs
«Inkluderende Design»

Siri Arntzen, Fabric+/AT
Arkitektur

Dr Janakan Ratnarajan



in Tromso, Norway in Winter ...
thediscoveriesof.com



Winter in Tromso | Norway | Visit ...
visittromso.no



in Winter ...
thetrepidguide.com



in Tromso in Winter ...
fullsuitcase.com



in Tromso in Winter ...
eternalarrival.com



Winter in Tromsø - das Tor zur Arktis ...
fernwehmotive.de



Favorite Winter Destination, Norway ...
pandotrip.com



in Tromso in Winter ...
eternalarrival.com



10 Best Things to Do in Tromso in Winter
capturetheatlas.com



in Winter ...
meganstarr.com



Tromsø Itinerary for 3 Perfect Days ...
fullsuitcase.com



Visiting Tromsø Norway: 15 Inspiring ...
sometimeshome.com



5 Things to Do in Tromsø in Winter ...
luxeadventuretraveler.com



in Winter ...
thetrepidguide.com



Tromsø Winter Adventure - 6 Days | kimkim
kimkim.com

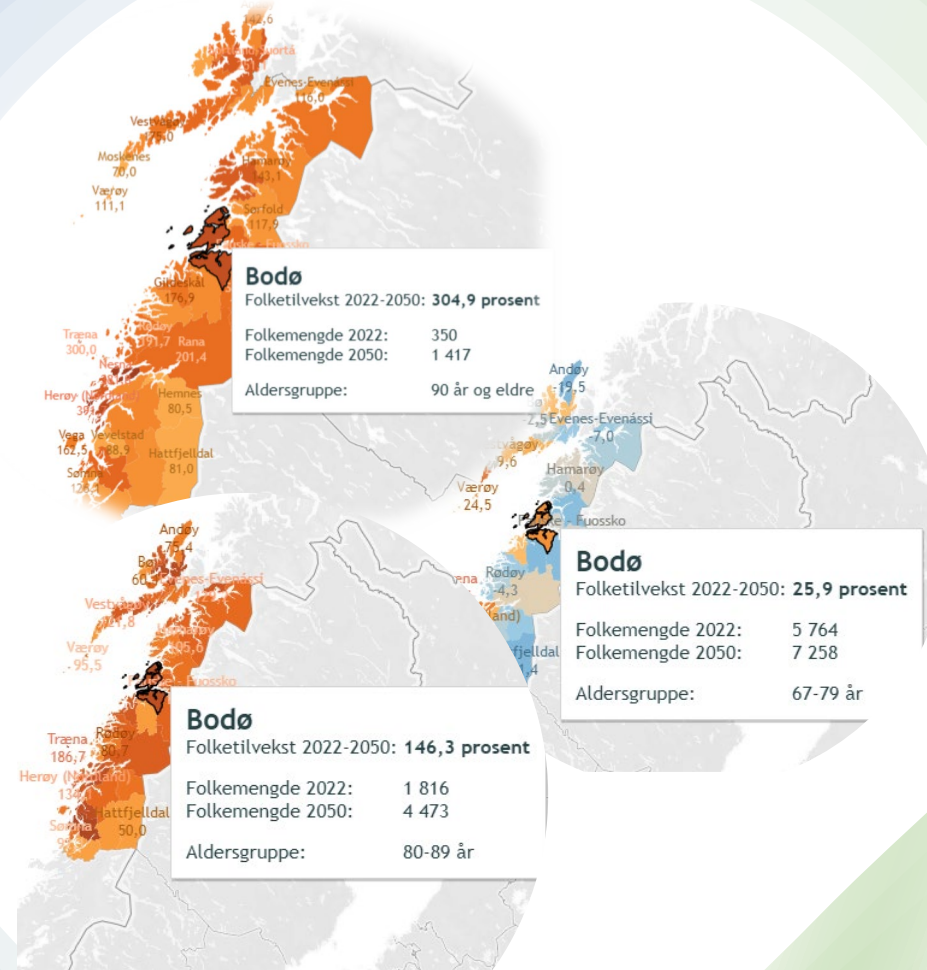


Vår første
vinteropplevelse var
mer sånn....



Hvordan er stedene våre tilpasset de eldre på vinteren, egentlig?

- Vintersesongen i Bodø er gjerne på 6-8 måneder.
- Dette kan gjøre det vanskeligere å ferdes ute, holde seg aktiv, og oppleve nærområdet som trygt
- Bodø har en høyere andel eldre enn gjennomsnittet i Norge, en demografisk trend som vil forsterkes.
- Flere eldre kjøper bolig i sentrum - sentrumsområdet er og blir de eldres nabolag
- Det er stort press på helsetjenestene – hvordan kan flere disipliner bidra for å redusere helseeffekten?



Forventer å møte på to store utfordringer med forebyggingspotensial:

Leder lang vinter og klimatiske barrierer til mer **Sosial isolasjon**?

Sosial isolasjon øker
risikoen for...

Demens (50% økt risiko)
Høyt blodtrykk
Hjerte- og karsykdommer
Hjerneslag
Diabetes

Overvekt
Lavere immunsystem
Angst, depresjon, kognitiv svikt
Ensomhet (helseisiko lik å røyke
15 sigaretter daglig)
Selvmord / død

Leder klimatiske barrierer til flere **ulykker og fall** i nærområdet?

Fall er svært alvorlig
for aldersgruppen
65+.

- De fleste fall for aldersgruppen 67+ skjer i bolig/nærområde, og i bymiljø rundt (Helsedirektoratet, 2020)
- Eldre over 70 år rammes særlig av fall- og bruddskader, noe som medfører høy overdødelighet blant de som rammes.
- Fall er årsak til 85,6 prosent av skadene hos eldre over 80 år
- Det er beregnet at nær 30 prosent av eldre over 65 år faller hvert år og risikoen øker med alderen

Clinical Frailty Scale*



1 Very Fit – People who are robust, active, energetic and motivated. These people commonly exercise regularly. They are among the fittest for their age.



2 Well – People who have **no active disease symptoms** but are less fit than category 1. Often, they exercise or are very **active occasionally**, e.g. seasonally.



3 Managing Well – People whose **medical problems are well controlled**, but are **not regularly active** beyond routine walking.



4 Vulnerable – While **not dependent** on others for daily help, often **symptoms limit activities**. A common complaint is being "slowed up", and/or being tired during the day.



5 Mildly Frail – These people often have **more evident slowing**, and need help in **high order IADLs** (finances, transportation, heavy housework, medications). Typically, mild frailty progressively impairs shopping and walking outside alone, meal preparation and housework.



6 Moderately Frail – People need help with **all outside activities** and with **keeping house**. Inside, they often have problems with stairs and need **help with bathing** and might need minimal assistance (cuing, standby) with dressing.



7 Severely Frail – **Completely dependent for personal care**, from whatever cause (physical or cognitive). Even so, they seem stable and not at high risk of dying (within ~ 6 months).



8 Very Severely Frail – Completely dependent, approaching the end of life. Typically, they could not recover even from a minor illness.



9. Terminally Ill - Approaching the end of life. This category applies to people with a **life expectancy <6 months**, who are **not otherwise evidently frail**.

Scoring frailty in people with dementia

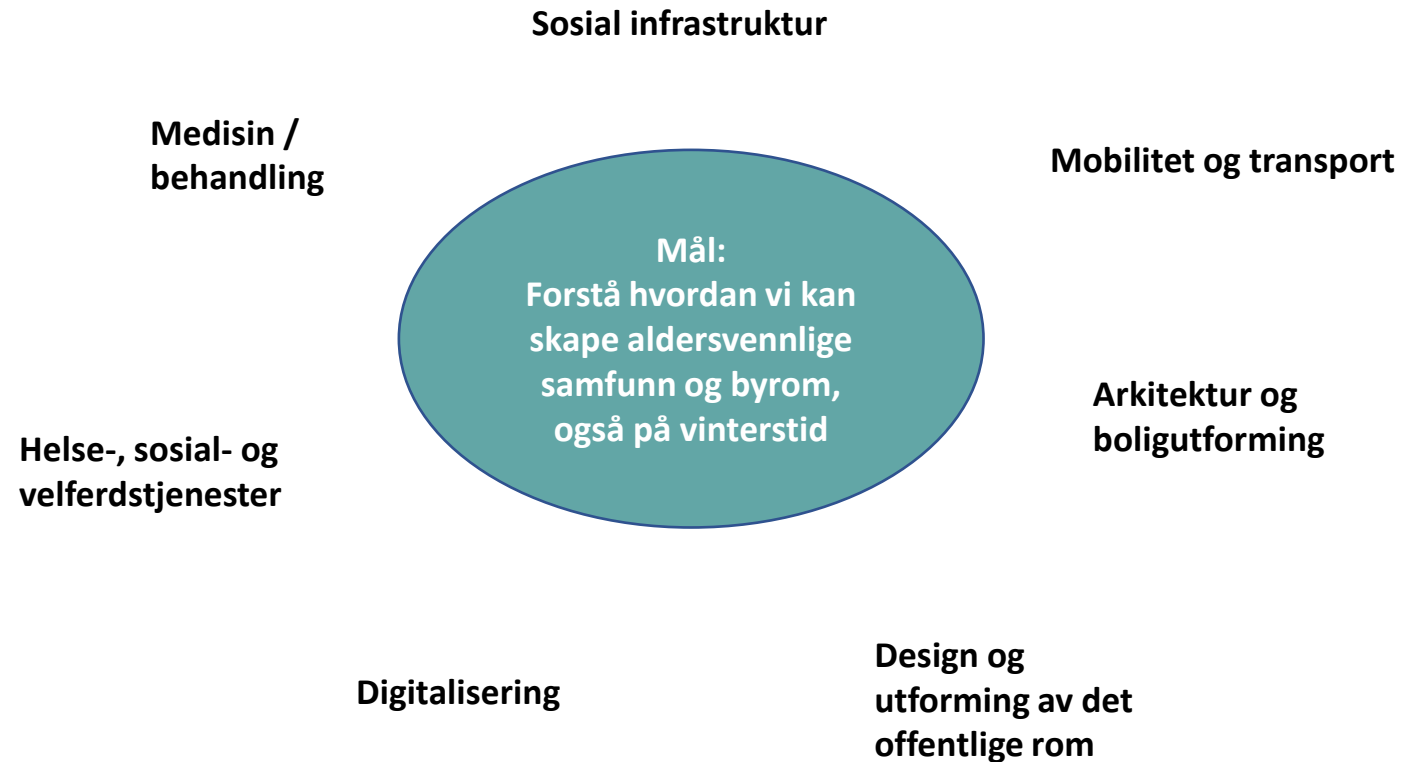
The degree of frailty corresponds to the degree of dementia. Common **symptoms in mild dementia** include forgetting the details of a recent event, though still remembering the event itself, repeating the same question/story and social withdrawal.

In **moderate dementia**, recent memory is very impaired, even though they seemingly can remember their past life events well. They can do personal care with prompting.

In **severe dementia**, they cannot do personal care without help.

* 1. Canadian Study on Health & Aging, Revised 2008.
2. K. Rockwood et al. A global clinical measure of fitness and frailty in elderly people. CMAJ 2005;173:489-495.

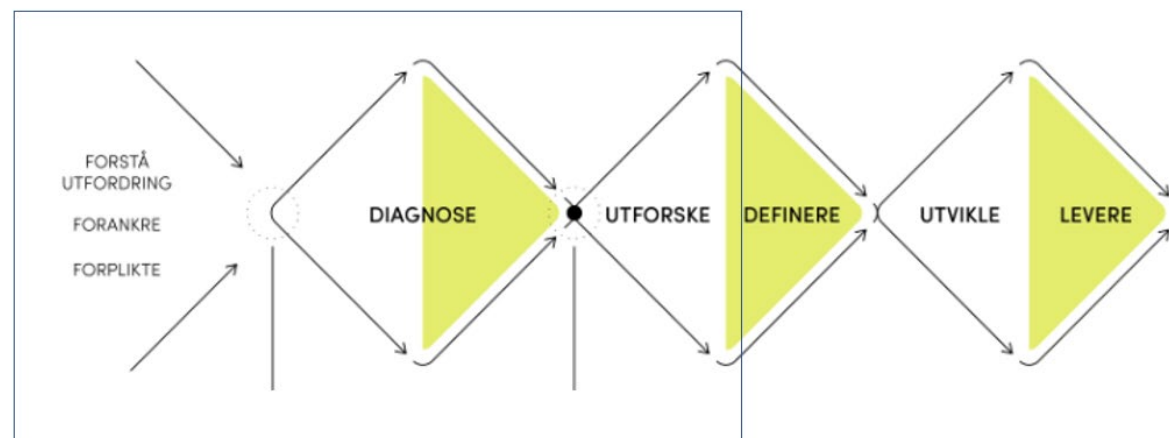
«Aldringsprosessen drives av fysiologiske, psykologiske og sosiale/samfunnsmessige faktorer - og må også løses med utgangspunkt i alle perspektivene.»





Metodikk: Tjenestedesign → Den Triple Diamant

- Diagnosefasen skal definere hvordan prosjektet utvikler seg videre.
- Vi må bruke nok tid sammen med ulike deler av målgruppen for å sikre at vi legger innsatsen der det monner mest.
- Ulike disipliner sikrer likevel at vi spør ulike spørsmål.





Målet med forprosjektet

1. Gjennom byvandring, intervjuer, observasjon og annen medvirkning – samle innsikt om de eldres egen opplevelse av hverdagen på vinterstid, og hva de tenker er de største utfordringene for å være sunne, aktive og sosiale. Spørsmålene skal stilles slik at ulike perspektiver belyses, deriblant:

- Bruk av transport / mobilitet
- Utforming av bolig/nabolag/byrom
- Sosial infrastruktur
- Helsetjenester og medisinering
- Muligheter for aktiv samfunnsdeltagelse på vinterstid

2. Identifisere på hvilke områder vi har størst potensial til å gjøre en positive forskjell – og forstå hvordan ulike fagfelt og disipliner kan gå sammen for å realisere det.

3. Komme til et punkt hvor vi sammen med flere partnere kan ta prosjektet videre til løsnings- og implementeringsfasen.

Kjerneteam



Siri Arntzen,
Tjenestedesign /
Byplanlegging



Margarita
Chaskopoulou
Urban Design /
Arkkitektur



Jan Ratnarajan
Allmennlege,
spesialist i
skrøpelighet



Francis Odeh
Kommuneoverlege,
Bodø Kommune

- Senter for et Aldersvennlig Norge
- Ekspanderer med samarbeidspartnere

Takk for oppmerksomheten!

P.S. Interessert i å samarbeide/bidra/lære mer?

Ta kontakt!

Siri.arntzen@atarkitektur.no

+4790428136



Nasjonal konferanse:

SAMMEN FOR ET ALDERSVENNLIG NORGE

25. oktober **Quality Hotel Ålesund**