



# MEDBORGARDIALOG I NORRTÄLJE KOMMUN

**Livsstil och tillgänglighet**

**Norrtälje, Hallstavik, Rimbo, Oktober 2008**

## Sammanfattning

Temat för årets medborgardialoger var livstilsfrågor och tillgänglighet till hälsa, vård och omsorg. Målgruppen var tiohundra nämndens målgrupp personer Mitt i Livet, 18-64 år, som är en av de tre behovsgrupperna som tiohundra nämnden tidigare har definierat.

Medborgardialogerna ägde rum i oktober på följande orter: Norrtälje, Hallstavik och Rimbo, mellan klockan 18.00-20.30 den 16 oktober, 23 oktober och 29 oktober.

I Norrtälje deltog 88 personer varav 6 förtroendevalda politiker från tiohundra nämnden, i Hallstavik deltog 43 personer varav 7 förtroendevalda och i Rimbo deltog 61 personer varav 6 förtroendevalda.

Tiohundra nämndens ordförande Lena Cronvall-Morén hälsade alla välkomna och gav en inledande presentation av dialogerna samt presenterade övriga närvarande förtroendevalda.

Moderator Ann Malmsten presenterade dialogernas upplägg och hur dialogen kommer att gå till, den metod som kommer att användas. På alla bord ligger pennor och blädderblock. På dessa block ska man kunna skriva ner tankar och synpunkter som kommer fram under den diskussion som deltagarna runt bordet har under kvällen. Därefter redovisas dessa tankar på gemensamt "väggpapper". Hon presenterade också syftet med dialogmöten av detta slag. Syftet är bland annat att ge medborgarna möjlighet att påverka kvalitet och inriktning på kommande beslut, att politikerna ska med hjälp av dialogerna bättre kunna möta rätt behov samt att säkerställa att tiohundra nämnden driver rätt frågor.

Förvaltningschef Karin Thalén (utom i Rimbo då Britt-Marie Ekström ersatte) presenterade de tjänstemän som var närvarande. Därefter gav hon en kort presentation om vad som bland annat pågår i TioHundra: "En väg in", TioHundrabarometern, hemsidan samt planen för gruppen Mitt i Livet.

Efter denna inledning höll Katarina Voxnerud två mycket uppskattade föreläsningar och Susanne Gustafsson en lika uppskattad föreläsning (Norrtälje). Föreläsningarna kretsade kring ämnena mat, träning/motion, vanor, hälsa. Föreläsningarna avslutades med några goda ord och råd på vägen: "Varje steg i rätt riktning räknas. "Allt vi gör är bättre än ingenting", "Så enkelt är det", "De små stegen räknas också", "Ta hand om din kropp, var ska den annars bo?", "Man måste se till själen, se till helheten, att jag trivs..

Tonen i föreläsningarna var jordnära med igenkänning och utan pekpinnar. De betonade att det inte finns några dåliga karaktärer utan att det gäller att hitta en nivå som passar och att hitta det man gillar. Små förändringar i vardagen ger stor effekt på lång sikt. Vi bör använda kroppen i rörelse mer, vi sitter alldeles för mycket. Det handlar mycket om balans i vardagen, helheten.

Vi måste tänka mer positivt, det är för mycket inte i vårt samhälle idag säger hon. Istället göra det vi vill. Vi måste ha ett mål, annars driver vi hit och dit.

Katarina avslutar med säga att livspusslet måste gå ihop fast det är svårt och att vi också måste tänka på oss själva

## Dialogerna

Ann Malmsten introducerar dialogerna med några viktiga ledstjärnor och förhållningssätt i dialogerna:

Allas tankar är lika viktiga – låt alla komma till tals  
Tala utifrån dig själv  
Utforska olikheter och möjliggör mångfald  
Lyssna efter gemensamma teman i helheten

### Dialog 1

Dialogerna inleds med dialog 1 och följande frågeställningar som var utgångspunkten för diskussionerna bland deltagarna runt borden. Under dialogen bytte deltagarna bord och fick på så sätt nya personer att diskutera med vid borden.

*Vilka erfarenheter har ni av att vara gruppen mitt i livet i Norrtälje idag?*

*Vad behövs för att du ska känna ökad tillgänglighet till vården på ett snabbt och enkelt sätt ?*

Bland annat följande tankar/funderingar synpunkter kommer fram under de 3 dialogerna och diskussionerna runt borden:

- Tillgängligheten på vårdcentralen inte bra – Öppettiderna bör ändras så att man kan komma på en tid senare på kvällen. Många pendlar och kommer sent hem
- Husläkarna: det tar för lång tid att få en tid - ! veckas väntetid kan vara accepterat
- Folkhälsoundersökning borde vara obligatoriskt
- Man borde satsa mer på förebyggande arbete – kalla till hälsoundersökning/kontroll, prata med patienterna om de svåra och viktiga frågorna
- Tillgänglighet kan vara kontakt via personligt besök, telefon eller via Internet.
- Tidsaspekten bör vara att det inte ska ta mer än en vecka att få en tid. Högst 1 vecka eftersom man får vara sjukskriven själv en vecka.
- Sjukvård och omsorg måste få kosta, helst vara behovsstyrd
- Recept på motion
- Bättre motionsmöjligheter och en rejäl simhall
- Boka via dator samt har mailkontakt med sin läkare/ssk
- Kortare väntetider
- Stimulera ett aktivt föreningsliv
- Ett bra bemötande viktigt, överallt

- Bättre belysning på stan
- Utnyttja badhusen bättre. Simning är bra för kroppen.
- Mer personal behövs ute i vården. Minska istället antalet chefer
- Anhöriga måste få mer information. Det vet inte alltid hur man ska få hjälp
- Ambulans till Hallstavik
- Remissförfarandet tar för lång tid
- Vi är för stressade idag, allt går så fort. Politikerna förändrar ofta. Varför? Uthållighet behövs i ledarskapet
- Läkare och VC borde kunna återringa
- När det gäller biståndsbedömning ska man inte behöva vara så påstridig
- Fler äldreplatser behövs
- Viktigt att det finns möjlighet att aktivera sig, ett aktivt föreningsliv
- Viktigt med en bra tillgänglighet i lokaltrafiken
- Information är viktig för tillgängligheten
- Satsa på barn och ungdom och deras hälsa – det är en förutsättning för god hälsa
- Får man ha samma läkare känner man sig tryggare
- Varför finns det ingen ambulans i Rimbo?
- Man borde utnyttja distriktssköterskornas kompetens bättre och på så sätt öka kapaciteten
- VC borde arbeta mer förebyggande, inte bara åtgärda när man är sjuk
- Bygg mer seniorbostäder i framtiden

## Dialog 2

Dialogerna fortsätter med dialog 2 som hade följande frågeställningar som diskuterades vid borden och efter diskussionerna, redovisades på blädderblock:

*Hur vill ni att det ska vara?*

*Vilka råd vill du ge?*

*Vilka är de viktigaste åtgärderna och utmaningarna framåt i tiden?*

Därefter fick varje deltagare markera de tre (3) områden han/hon tyckte är de mest prioriterade områdena.

Följande områden var de som redovisades och fick flest markeringar av deltagarna:

- Fler och flexiblare äldreboenden
- Att man inte tar bort någon service inom vårdsektorn i Hallstavik
- Enkelt att nå vården – ökad tillgänglighet
- VC ska vara kvällsöppet
- Ska kunna maila doktorn
- Servicebuss i Hallstavik
- Seniorboende i Rimbo
- Rädda badhuset i Rimbo ("Hälsans hus")
- Återinför "Fenixprogrammet"

- Ambulans i Rimbo
- Arbeta förebyggande och förebygg ohälsa
- Cykelvägar och bra belysning viktigt
- Ny sporthall i Rimbo
- Alla ska känna sig trygga i TioHundras verksamhet
- Hälsoundersökningar och hälsosamtal, livsstilsfrågor
- Våga titta på behov, våga tänka långsiktigt
- Utveckla daglig verksamhet

Övriga synpunkter som redovisades var

- Utbudet av friskvård ska vara flexibelt
- Utvärdera och följ upp
- Anställ en folkhälsosamordnare i kommunen
- Omsorgscheferna ska vara synliga i vården
- Hälsans promenad, även för funktionshindrade
- Utbyggnad av Birgittagården, seniorboende
- Friskvårdstimme på arbetstid
- Barnläkare till Rimbo
- Ett särskilt "Hälsans hus" på varje ort
- Ett system för hemsjukvård som fungerar
- Fritidsgård för yngre
- Önskvärt med personligt bemötande i telefon
- Vuxenpsykiatri – vårdgaranti
- Ha beredskap för att möta en finskspråkig åldrande befolkning
- Det ska vara enkelt att nå vården
- Ungdomshus
- Utomhusbad i Hallstavik
- Göra det attraktivt att jobba på VC i Älmsta
- Samma läkare varje gång
- Aktiviteter och kontaktnät för ensamma långtidssjukskrivna
- Social samvaro för äldre
- Flerboende för dementa

### Avslutande ord och reflektioner från TioHundranämndens ordförande Lena Cronvall-Morén (m)

Efter varje medborgardialog tackar Lena alla närvarande för en mycket givande och intressanta kväll. Det har kommit fram många intressanta och kloka synpunkter och tankar under dessa 3 kvällar. Det är framför allt några synpunkter som framkommit som Lena vill lyfta fram. Det är:

- Vårdcentralerna och dess tillgänglighet. Det är en mycket angelägen fråga för oss i nämnden att arbeta med .
- Boenden. Nämnden vill också bredda utbudet av olika boendeformer

- Maten till våra äldre, både i hemtjänsten och våra särskilda boenden är viktig och grundläggande fråga för oss i nämnden att arbeta med.
- Motion i alla former och förebyggande arbete får en allt större roll. Det änti alltid tiohundra nämnden som har ansvaret för dessa frågor men det är något som nämnden på olika sätt lyfter fram i olika sammanhang.
- Tilltron till vår verksamhet är viktig. Ibland kan det vara bra att lugna ner det hela och fundera en gång till innan man beslutar att genomföra/åtgärda något.

Vid pennen

Tomas Sjöberg  
TioHundraförvaltningen