

Hur kan välfärdsteknik bidra till att skapa en god hälsa?

Kungsbacka kommun

Beskrivning av problemet

Boende på gruppbostad möter många personal i sina stödinsatser. Vid de fall där stödet ska främja god kosthållning och ökad motivation till motion kan den enskilde uppleva att den får olika råd av olika individer. Behovet är att ha en samlad plattform kring information om god kost och motion som stimulerar och motiverar att brukaren känner självständighet och egenansvar för sin hälsa.

Kan en hälsoplattform utformas till att vara pedagogisk, rolig och bidra till glädje kring kost och hälsa?



<p>Vad handlar problemet om?</p> <p>Hur vet vi att det är ett problem?</p> <p>Varför är det ett problem?</p>	<p>Problem och problemförklaring</p> <p>Brukare har svårt att få rutin på motion och god kosthållning. Brukaren har själv svårt att motivera sig till att motionera och känner inte att hen har kunskapen kring vad som är hälsosam mat.</p> <p>Medarbetare upplever att brukaren får olika information och råd kring frågor gällande motion och kost. Vilket kan skapa osäkerhet och oro hos brukaren, detta i sin tur kan ha en påverkan på arbetsmiljön. Brukaren vet inte vilka råd och information den ska följa.</p>	
<p>Hur påverkar problemet/situationen personalen?</p> <p>Påverkas arbetsmiljö?</p> <p>Försvåras eller underlättas arbetet av situationen?</p> <p>Innebär situationen risker?</p>	<p>Problem och problemförklaring</p> <p>Personalen känner sig obekväma i att och om de skall ge kostråd, då brukaren inte vill ha kostråd från olika personer då hen inte vet vilka råd hen skall följa. Personalen upplever även en otillräcklighet i att stödja och motivera till motion. De vill heller inte upplevas som tjatiga eller ge olika och felaktiga råd som kan bli förvirrande för brukaren och riskera att brukaren tappar motivationen.</p>	<p>Effekt – behov</p> <p>Personalen känner sig osäkra kring vad som är rätt att säga till brukaren, de känner att de behöver ett stöd för att stötta och motivera brukaren att vara hälsosam i sin kosthållning och i utövandet av motion. Brukaren behöver också stötta i att vara motiverad över tid för att hålla ut i sina livsstilsförändringar.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Personalen får kunskap om och vägledning i hur de skall hjälpa och stödja brukaren gällande kost och motion. • Personal och närstående får ökad kunskap i kosthållning för att kunna stötta brukaren i att göra mer hälsosamma inköp. • Att enkelt kunna planera hälsosamma matscheman.

Hur påverkar problemet/situationen brukaren?	Problem och problemförklaring	Effekt – behov
<p>Påverkas brukarens delaktighet, trygghet, aktivitet, självständighet eller välbefinnande?</p>	<p>Medarbetare upplever att brukaren får olika information och råd kring frågor gällande motion och kost. Vilket kan skapa osäkerhet och oro hos brukaren då hen inte vet vilka råd och information den ska följa. Det är även uttalat av läkare att brukaren behöver förbättra sin hälsa genom motion och kosthållning.</p>	<p>Brukare behöver stöd med motion och kosthållning för att på så vis öka sin självständighet och motivation kring sin egen motion och kost. Det finns en önskan av brukare att öka kunskapen i hur kost påverkar kroppen och hens hälsa samt att få en god rutin kring motion och att äta hälsosammare för att gå ner i vikt. Brukaren vill kunna vara självständig och känna trygghet i att själv fatta goda beslut rörande motion och kost. För att kunna vara självständig och långsiktigt motiverad i att göra rätt hälsoval behöver ett verktyg vara pedagogiskt, roligt och bidra till glädje kring kost och hälsa.</p> <p>Effekter</p> <ul style="list-style-type: none">• Brukaren får enhetlig och korrekt information om kost och motion• En plattform där informationen kring kost och motion kommer ifrån.• Brukaren får ökad motivation och kunskap kring kost och motion• Brukaren känner tillfredsställelse och glädje i att göra rätt val kring kosten och motion på egen hand• Brukaren får hjälp med när och vad man skall äta samt dricka.

		<ul style="list-style-type: none"> • Brukaren få hjälp med när, vad och hur hen skall motionera.
<p>Hur påverkar problemet/situationen verksamheten?</p> <p>Påverkar detta möjligheten att nå verksamhetens mål?</p> <p>Påverkas effektivitet?</p> <p>Påverkas arbetsmiljön?</p>	<p>Problem och problemförklaring</p> <p>Då verksamheten är styrd efter beslutade insatser baserade på brukarnas behov ser personalen att det finns begränsade möjligheter till att stödja den enskilde i speciella frågor. Detta påverkar möjligheten att personalen finns tillgänglig för att stötta enskilda initiativ.</p>	<p>Effekt – behov</p> <p>Möjliggöra och stödja brukare samt medarbetare att börja se välfärdsteknik som ett hjälpmedel i brukarens vardag.</p> <p>Uppfylla målet att skapa självständighet hos brukaren.</p> <p>Skapa delaktighet och självbestämmanderätt för brukaren samt öka kvalitén i stödet.</p> <p>Uppfylla målet med att nyttja digitaliseringens möjligheter för att möta framtidens utmaningar.</p>