



- Jag har alltid varit intresserad av relationer, och det är vad internet och sociala medier handlar om. Skulle jag hamna på särskilt boende och berövas möjligheten att fortsätta surfa, använda Facebook eller skajpa så skulle min hjärna somna. Jag skulle tappa skärpan och antagligen också gnistan, säger Birgitta Jonsson.

# SOCIALA MEDIER RÄDDADE BIRGITTA

**IT.** För Birgitta Jonsson betydde tillgången till internet på sjukhuset att hon snabbare kom tillbaka från stroke. »För mig blev sociala medier rena hälsokuren.«

TEXT OCH FOTO JAN ARLEIJ

**FRÅN SJUKHUSSÄNGEN** kunde hon fortsätta hålla kontakten med nära och kära. Via Facebook, Skype, mejl och Twitter.

Att få berätta vad som hänt och få stöd och svar i form av uppmuntrande tillrop och sympati gjorde att hon kunde fortsätta att vara den sociala person hon alltid har varit.

- Annars hade jag kunnat falla in i sjukrollen som kan göra en både ledsen och deprimerad. Att bara vara patient i en sjukhussäng och liksom tappa sin identitet är direkt ohälsosamt.

För Birgitta Jonsson blev den där erfarenheten för två år sedan en stark aha-upplevelse. Hon ryser vid tanken på vad som kunde ha hänt om hon inte blivit frisk nog att komma hem igen, om hon tvingats flytta till ett särskilt boende.

- Jag insåg att det skulle ha varit närmast döden för mig om jag inte hade kunnat fortsätta hålla kontakten med min omgivning via sociala medier. Jag

har ju gjort det under många år och skulle det då plötsligt berövas mig bara för att staden inte velat betala för uppkoppling på sina särskilda boenden?

Birgitta Jonsson blev inte bara kall av rädsla utan strax också het av ilska över attityden till sjuka äldre: Nästan överallt i samhället finns möjligheter till uppkoppling mot internet - utom på äldreboenden.

**HON BESTÄMDE SIG** för att i egenskap av medlem i föreningen SeniorNet kolla upp läget och sätta press på makthavare i Stockholm.

- Det visade sig att det fanns ledningar framdragna till boendena men att man sedan inte dragit in fiber till de olika lägenheterna, bara till personalens datorer. Så vi tog kontakt med politikerna i Stockholm. Efter bearbetning lovade de skärpning.

- Man undrar hur det ser ut i resten

»För personalen borde det vara lättare med en boende som är sysselsatt än med någon som är uttråkad.«

av landet, suckar Birgitta Jonsson som gärna via SPF Seniorerna och SeniorNet skulle vilja driva frågan framåt där det behövs.

**Men många invänder att seniorer på särskilda boenden är så sjuka att de ändå inte kan använda dator eller mobil att surfa med.**

– Då säger jag två saker! För det första – vem ska ha rätten att dra alla över en kam? Vem ska säga att just du är för sjuk för att få använda dator? Under den svåra sista tiden i livet när man har största behovet av familj och vänner blir man idag på många håll berövad den möjligheten. Det är egentligen ofattbart.

– För det andra så kommer nya generationer äldre att ha en helt annan vana med informationsteknik. De kommer aldrig att acceptera att nekas fortsätta använda sin dator eller platta eller mobil.

**ATT HINDRA DEM** vore också dumt ur samhällets synvinkel, fortsätter Birgitta Jonsson.

– Berövas man sin möjlighet att sköta sina affärer på nätet kanske man istället måste ges en god man. Man tappar

lätt kontakten med sina barnbarn, som kanske studerar i andra länder. Man mister sista gemenskapen med sin seniorförening.

Birgitta Jonssons menar också att internet alltmer blir ett villkor för valfrihet och delaktighet.

– Utan möjlighet att surfa och göra sin röst hörd mister man snabbt möjligheten att följa samhällsdebatten och att delta i den. Man kan inte deklarerera via nätet. Inte heller kan man se på tv när man själv vill.

– Alltså, för personalen borde det vara lättare med en boende som är sysselsatt än med någon som är uttråkad och bara saknar sina vänner.

I grunden handlar det om samhällets attityd till äldre och deras rätt att bestämma själva över sitt liv, menar Birgitta Jonsson. Seniorers valfrihet och livskvalitet och inflytande – alla SPF Seniorernas kärnvärden står på spel.

– Det finns en ålderism i samhället som blir tydlig här. Vi måste komma till en punkt där vi låter seniorer så mycket som möjligt få fortsätta bestämma över sina liv, och det hela vägen ut.

## ÄLDRE PÅ SÄRSKILT BOENDE FÅR INTE SURFA

Om du skulle hamna på särskilt boende kan du inte räkna med att fortsätta använda internet.

**ENLIGT EN UNDERSÖKNING** som Socialstyrelsen gjorde i vintras, »E-hälsa och välfärdsteknik i kommunerna« svarade 236 av landets 290 kommuner på frågan om det finns möjlighet för den enskilde att koppla upp sig på internet via Wi-fi eller kabel.

100 av de 236 kommunerna svarade ja på frågan, alltså 42 procent.

Men undersökningen gjordes inte på äldreboendenivå, vilket kan betyda att om så bara ett enda äldreboende erbjuder sina hyresgäster uppkoppling kan kommunen ha svarat ja i enkäten.

En annan undersökning som ger en

fingervisning om läget är »Kommunens kvalitet i korthet« som görs av Sveriges Kommuner och Landsting, SKL.

Under 2015 har 240 kommuner deltagit. Bland annat har kommunerna då fått ange andel av boendeplatserna i särskilt boende där den äldre har möjlighet till internetuppkoppling i det egna rummet/lägenheten.

Medelvärdet blev 36 procent.

Seniörens granskning av SKL-undersökningen visar att bara 30 kommuner uppger att möjligheten till Internet finns för alla kommunens bostäder i särskilt boende.

Det tyder på att knappt tio procent av landets äldreboenden har fullt utbyggt internet till alla lägenheter i särskilt boende. \*

## I STOCKHOLM KAN ALLA SURFA NÄSTA ÅR

Under nästa år kommer alla som bor på äldreboenden i Stockholms stads regi att ha tillgång till ett stabilt och snabbt internet.

I dagsläget är cirka 5 000 av totalt 7 600 lägenheter i stadens särskilda boenden uppkopplade via fiberteknik.

Äldreborgarrådet i Stockholm Clara Lindblom (V) säger till Seniorerna att det är viktigt att även de som flyttar till något av stadens särskilda boenden ska kunna fortsätta med sina intressen och upprätthålla sociala kontakter via internet.

– Ett utbyggt fibernät är viktigt såväl för hyresgästerna som för att underlätta implementering av välfärdsteknologi.

## BIRGITTA JONSSON

\* Medlem i SPF Seniorerna Draken Kungsholmen i Stockholm.

\* Trendade – blev en av de tio mest lästa twittrarna – på twitter när hon fyllde 80 år.

\* I november ska hon spela in en Ted Talks-föreläsning om äldre och internet på Uppsala universitet som kommer att kunna ses på YouTube.

\* Birgitta Jonsson twittrar på @FruJonsson, finns på facebook och »ska bli mer aktiv« på instagram. Hon har också en öppen Facebooksida, »internet på äldreboenden«, där alla är välkomna att skriva om hur det står till i andra kommuner.

## ORD

**SKYPA:** Att genomföra röstsamtal med eller utan videobild över internet.

**WI-FI:** En teknik för trådlösa nätverk (Wireless Fidelity)

**FIBER:** När vi använder internet alltmer ökar kraven på både hastighet och tillförlitlighet. För att uppnå det behövs en så kallad fiberoptisk kabel ända fram till lägenheten.