

Verksamhetsplan 2026

Nestor FoU-center ägs gemensamt av kommunerna Botkyrka, Haninge, Huddinge, Nacka, Nykvarn, Nynäshamn, Salem, Södertälje, Tyresö och Värmdö samt Region Stockholm. Vi vill genom praktisknära forskning och utveckling bidra till en god kvalitet inom vården och omsorgen om äldre människor.

Kontakt

Nestor FoU-center
Runstensvägen 11, 136 46 Handen
www.nestorfou.se
08-777 99 16
adm@nestorfou.se

Verksamhetsplanen kan laddas ner på
www.nestorfou.se

Nestor FoU-center 2026

Verksamhetsplan för 2026

© Nestor FoU-center
Citera oss gärna, men ange källan.

FoU-chefen har ordet

I omställningen till en ny socialtjänstlag och en god och nära vård pågår ett omfattande utvecklingsarbete i både regionen och kommunerna. Arbeten som syftar till att stärka tillgänglighet, samverkan och det förebyggande arbetet, samtidigt som organisation, arbetssätt och välfärdstjänster förändras för att bättre möta framtidens behov.

För att äldre personer ska få omsorg av god kvalitet och insatser som utgår från behov krävs kunskap om vilka arbetssätt som ger effekt. Verksamheter ska vila på vetenskap och beprövad erfarenhet, vilket innebär att insatser ska baseras på den bästa tillgängliga kunskapen om vad som skapar nytta. Att integrera forskning, professionens expertis, äldres erfarenheter och den lokala kontexten utgör tillsammans grunden för detta. Här kan vi som FoU stödja verksamheterna i att arbeta kunskapsbaserat genom att utifrån identifierade behov, undersöka vilken kunskap som finns på området och tillsammans utforska möjliga vägar framåt och lära av det som sker i praktiken. Därför är flera av projekten som presenteras i denna verksamhetsplan inte detaljerat formulerade i genomförandet. De kommer i stället att utvecklas tillsammans med verksamheterna, i takt med att ny kunskap och erfarenhet växer fram.

Detta utforskande och kunskapsbaserade arbetssätt kommer att genomsyra våra projekt under 2026. Bland annat kommer vi att utgå från aktuell forskning om dagverksamhet för att undersöka hur innehåll och uppdrag kan utvecklas, samt om det finns behov av andra kompletterande stödformer för personer med kognitiv sjukdom. På motsvarande sätt kommer vi att omsätta forskning och ge stöd i hur delaktighet och inflytande för äldre kan stärkas i praktiken. Vi kommer också att följa och bygga kunskap kring arbetssätt där socialtjänsten flyttar ut på vårdens arenor för att nå personer tidigare och förbättra samarbetet mellan vård och omsorg. Under det gångna året har vi kartlagt och följt olika initiativ för lokal samverkan mellan vårdcentral, geriatrik och kommunen, liksom mellan hemsjukvård och hemtjänst samt samverkan vid förstärkt utskrivning från slutenvården. Resultat som kommer att presenteras och spridas under 2026. Vi kommer även att arrangera forum och mötesplatser för att stödja lärande, erfarenhetsutbyte och fortsatt utveckling.

Vi ser fram emot ett spännande och lärorikt år tillsammans.

Välkommen att läsa mer om våra planer för 2026 och följ gärna vårt arbete under året via <https://www.nestorfou.se/>

Camilla Andersson
FoU-chef
Nestor FoU-center

Innehåll

FoU-chefen har ordet	3
Innehåll	4
Nestors verksamhetsplan	5
Målsättning och inriktning 2026.....	6
Projekt 2026	7
Stärkt samverkan för en mer sammanhållen vård och omsorg	7
Nya arbetssätt för en mer samordnad vård och omsorg	8
Förebyggande arbete, delaktighet och förutsättningar för ett gott åldrande.....	9
Kunskapsbaserad vård & omsorg – för en hållbar kompetens- och verksamhetsutveckling	12
Kunskapsspridning, erfarenhetsutbyten och nätverk 2026.....	14
Om Nestor	15
Ekonomi	19

Nestors verksamhetsplan

På Nestor FoU-center bedriver vi forskning och utveckling inriktad på äldre frågor och ägs av tio kommuner och regionen i södra Stockholm. Här i vår verksamhetsplan kan du läsa mer om hur vi arbetar samt våra projekt och riktning för år 2026.

Våra ägares behov är utgångspunkten för vad vi erbjuder och hur vi arbetar med att utveckla vår verksamhet. Verksamhetsplanen är ett resultat av samtal med ägarna, Nestors grupper och råd (se sida 15) samt vår egen analys av inriktningen på vårt arbete och vad som sker i omvärlden. Vi strävar alltid efter att bygga vidare på den kunskap som vi tagit fram eller annan redan befintlig kunskap för att fördjupa och säkra en långsiktighet i det vi gör. Projekt pågår ibland över flera år och kan därmed löpa över flera verksamhetsplaner.

Inledningsvis beskriver vi Nestors uppdrag, nuläge och utmaningar kommunerna och regionen står inför och Nestors roll i utvecklingen. Därefter beskrivs inriktning, projekt och aktiviteter för 2026 (sid 7-14). På sidorna 15-20 kan du läsa mer om Nestors organisation, uppdrag, kärnvärden, samarbeten och ekonomi. Vår förhoppning är att verksamhetsplanen ska ge en bild av hur vårt arbete i form av projekt och aktiviteter relaterar till våra kärnvärden, vad vi vill åstadkomma, varför vi gör det vi gör och hur vi ska gå till väga.

Vårt uppdrag

Genom praktisk forskning och utveckling ska Nestor bidra till att höja kvaliteten inom vård och omsorg för äldre. Vi gör detta genom att främja kunskapsutveckling och stödja verksamheterna att utveckla insatser, arbetssätt och förutsättningar i arbetet. Genom att stärka äldres perspektiv och arbetssätt som bygger på bästa tillgängliga kunskap ska vi bidra till att äldre i Södertörn får en mer sammanhållen vård och omsorg samt goda förutsättningar för ett gott åldrande. Läs mer om vår verksamhetsidé på sidorna 15-16.

Nuläge och utmaningar för kommuner och regionen

Kommuner och regioner ställs idag inför rätt hårda utmaningar och krav. En växande äldre befolkning och en minskande andel personer i arbetsför ålder innebär att fler ska få stöd samtidigt som resurserna blir mer ansträngda. Det leder till ett ökat tryck på verksamheterna att utveckla effektiva arbetssätt, göra väl avvägda prioriteringar och säkerställa en hög och likvärdig kvalitet. Omställningen till en mer sammanhållen och nära vård och omsorg ställer ytterligare krav på huvudmännen. Äldre personer ska möta en sammanhållen helhet snarare än fragmenterade insatser, vilket förutsätter starkare samverkan över organisatoriska gränser. Den nya socialtjänstlagen ställer dessutom ökade krav på kunskapsbaserat arbete, tidiga och förebyggande insatser samt ökad delaktighet för den enskilde. För att möta dessa förändringar efterfrågar verksamheterna både ny kunskap och stöd för att utveckla och införa nya arbetssätt. För att kunna fatta välgrundade beslut om vilka insatser som ska prioriteras behövs både aktuell forskning, verksamhetsnära analys och systematiskt lärande.

Praktiknära forskning och utveckling kan här bidra genom att:

- identifiera behov och möjligheter i verksamheterna,
- ta fram och pröva nya arbetssätt tillsammans med professioner och äldre,
- ge underlag för beslut genom att synliggöra effekter, kvalitet och värde,
- stödja implementering och spridning av fungerande lösningar.

Vi tror att genom att förena forskning, erfarenheter och lokala förutsättningar kan Nestor tillsammans med kommunerna och regionens verksamheter utveckla mer samordnade, hållbara och kunskapsbaserade insatser och arbetssätt – och därigenom skapa bättre förutsättningar för en trygg och sammanhållen vård och omsorg för äldre. Detta är utgångspunkten för Nestors inriktning och prioriteringar för 2026.

Målsättning och inriktning 2026

Nestors projekt och aktiviteter ska stödja verksamheterna i omställningen till *God och nära vård* och *Framtidens socialtjänst* genom att stärka:

- Samverkan för en mer sammanhållen vård och omsorg.
- Förebyggande arbete och delaktighet för goda förutsättningar för ett gott åldrande
- Kunskapsbaserad praktik för en hållbar verksamhetsutveckling

Det kommer vi att göra genom:

- Forsknings- och utvecklingsprojekt.
- Arenor för erfarenhetsutbyte, samverkan och gemensamt lärande.
- Stöd i implementering, arbetsplatslärande, uppföljning och utvärdering.

Inom projekten kommer vi även att beakta innovation och digitalisering. Med innovation menar vi att hitta nya eller förbättrade sätt att möta behov och skapa nytta för verksamheternas målgrupper. Vi kommer att undersöka hur förslag på förändringar kan gynna olika perspektiv, med särskilt fokus på det som ger mest värde för de äldre.

Digitalisering innebär både möjligheter och utmaningar inom vård och omsorg. Vi utgår från att digitalisering ska vara ett verktyg för att förbättra delar av verksamheten, snarare än ett mål i sig. För att digitala lösningar ska bidra till nytta krävs förståelse för både dess möjligheter och risker. Vi kommer där det är aktuellt att inkludera frågeställningar om hur digitala arbetssätt påverkar verksamheten och vardagen för både äldre och medarbetare.

Projekt 2026

Utifrån Nestors inriktning 2026 om att stärka: 1) Samverkan, 2) Förebyggande arbete och delaktighet och 3) Kunskapsbaserad praktik – följer en presentation av vad vi ska arbeta med inom dessa fokusområden. Fler projekt kan tillkomma och projekt kan tas bort utifrån prioriteringar under året. Utformningen av projekten sker tillsammans med styrgrupp, råden och deltagande verksamheter.

Stärkt samverkan för en mer sammanhållen vård och omsorg

Nestor har i uppdrag att bidra till omställningen God och nära vård med fokus på en nära, sammanhållen vård och omsorg i samverkan mellan kommunens och regionens verksamheter.

Mycket av det arbete som gjorts och som pågår på Nestor går i linje med omställningen till en god och nära vård. Nestor har sedan lång tid tillbaka fungerat som en plattform för att stärka samverkan mellan beställare och utförare i kommunerna samt geriatrik, vårdcentral och rehab. Nestor bidrar med kunskapsutveckling och stöd i att facilitera aktiviteter och utvecklingsarbeten i syfte att stärka omställningen till God och nära vård.

Detta gör vi genom att anordna forum och aktiviteter för erfarenhetsutbyte och gemensamt lärande, stöd i framtagande eller i att omsätta lokala handlingsplaner och ge stöd i lokala utvecklingsinitiativ. En bärande del i arbetet handlar om att lära mer om varandras verksamheter och uppdrag, stärka samverkan och minska glappen mellan och inom vård- och omsorgsaktörer. Det primära syftet är att identifiera gemensamma samverkansutmaningar, konkretisera lokala utvecklingsområden och hur man kan ta sig an dem.

Områden som identifierats som angelägna för stärkt samverkan under år 2026:

- Fortsätta följa utvecklingen av omställningen nationellt, regionalt och lokalt
- Följa nya arbetssätt för en samordnad vård och omsorg
- Samverkan i vård och insatsförlopp vid kognitiv sjukdom
- Gemensamt lärande

Följa utvecklingen av omställningen God och nära vård

Omvärldsbevaka nationella, regionala och lokala initiativ och uppföljningar. Fortsatta kontakter och samarbeten med regionens GSA-aktörer (Geografiskt samordningsansvariga) i södra delen av länet och kommunernas KSA-personer (kommunens samordningsansvariga) för att kunna ge stöd i de lokala handlingsplanerna för God och Nära vård och omsorg. Stödet kan innebära att vara bollplank vid utarbetande av planerna, ge stöd och förslag i att bygga strukturer för den lokala samverkan, ge stöd i uppstart, genomförande eller utvärdering av samverkansaktiviteter.

Nya arbetssätt för en mer samordnad vård och omsorg

Det pågår olika delregionala/lokala initiativ för att göra vården och omsorgen mer tillgänglig, underlätta samordning och möta upp invånarna utifrån behov. Nestor kan ge stöd i att kartlägga hinder och möjligheter, stärka förutsättningar och lösningar för samverkan, stötta i uppstart, genomförande eller i att utvärdera effekter.

KOMPASS – Utveckling och utvärdering av en praktisk guide för att samskapa sammanhållen vård och omsorg – ett aktionsforskningsprojekt för och med socialtjänst, primärvård och äldre personer *Länsgemensamt projekt tillsammans med äldre-FOU:erna i Stockholm.*

Detta är ett forskningsprojekt, som syftar både till att bidra till utvecklingen av en mer sammanhållen vård och omsorg genom att samskapa nya arbetssätt i lokala kontexter och till att bygga kunskap om hur samskapande metoder kan användas av kommuner och primärvård som vill utveckla en mer sammanhållen vård och omsorg tillsammans med äldre personer. Under 2025 har Tyresö, Sigtuna, Hägersten-Älvsjö och Täby deltagit i projektet och fått stöd i att identifiera och utveckla samordnade insatser med samskapande metoder, där alla parter ingår dvs socialtjänst, primärvård och äldre personer. Identifierade insatser med utvecklingsbehov var bland annat omhändertagande av personer som blir akut försämrade, förbättrat omhändertagande av personer som blir utskrivna från sjukhus samt gemensamma verksamhetsnära samverkansforum. Parallellt med processtödet som syftar till att utveckla sammanhållen vård lokalt har forskarna genom intervjuer med deltagarna samlat in data om hur deltagarna upplevt att samskapa, framgångsfaktorer och svårigheter. Med detta som grund kommer ett metodstöd tas fram under våren 2026 och testas i några verksamheter under hösten. Under året kommer också den första vetenskapliga artikeln skrivas från projektet.

Socialtjänsten flyttar ut i hälso- och sjukvården eller till andra platser

Den nya socialtjänstlagen syftar till att göra socialtjänsten mer förebyggande, tillgänglig och kunskapsbaserad. Det prövas nu olika arbetssätt för att socialtjänsten ska vara lätt att nå och finnas där människor befinner sig, för att kunna ge rätt hjälp i rätt tid. Ett arbetssätt som prövas är att socialtjänsten ”flyttar ut” d v s förlägger del av arbetet till vårdcentraler eller sjukhus för att informera om insatser, fånga upp behov i ett tidigare skede, utreda behov snabbare och samverka med vårdpersonal. Under 2025 genomförde Nestor omvärldsbevakning och anordnade spridningsaktiviteter om arbetssättet och under hösten genomfördes ett antal lärträffar för de kommuner och verksamheter inom regionen som var nyfikna på och intresserade att starta upp. Under 2026 kommer vi att följa några verksamheter för att få en djupare kunskap av arbetssättet, genom att beskriva upplägg och innehåll samt bedöma hur kunskapsbaserat arbetssättet är idag och hur det kan skruvas på för att bli mer kunskapsbaserat. Vidare undersöka styrkor, utmaningar, kvalitativa effekter och tillsammans med verksamheterna för att identifiera angelägna forskningsområden att studera vidare.

Förstärkt utskrivning

Under 2025 följde Nestor ett annat initiativ Förstärkt utskrivning från geriatriken i Södertälje. Projektet handlar om att pröva ett nytt arbetssätt, där ett geriatriskt team från Södertälje stöttade sköra äldre patienter i hemmet under den första tiden i hemmet efter utskrivning från slutenvården. Södertälje Sjukhus har valt att avsluta projektet i förtid men lägger stor vikt vid hur resultaten och lärdomarna kan tas tillvara i den fortsatta utvecklingen av god och nära vård,

den egna verksamheten och samverkan. Nestor har slutfört sin datainsamling och under 2026 fortsätter arbetet med analys, spridning och stöd i att omhänderta lärdomarna. Arbetet bidrar till den fortsatta utvecklingen av vården och samordningen för de allra sköraste äldre som är i behov av insatser från flera aktörer.

Samverkan i vård och insatsförlopp

Personcentrerade och sammanhållna vårdförlopp finns för vissa sjukdomsområden i syfte att upptäcka personer i risk tidigt, kunna ge ett samlat och individanpassat stöd och uppföljning. Nestor kan bidra till att öka kunskapen om vårdförloppen, identifiera glapp eller utveckla samverkan inom dessa områden. Vi har identifierat att det kan finnas behov av att arbeta vidare med vård och insatsförlopp vid kognitiv svikt eller bedömning av skörhet hos äldre. Under 2025 påbörjade Nestor en sondering av vård och insatsförloppet vid kognitiv svikt. Utifrån resultatet av denna sondering tas vidare beslut om fortsatt arbete. Under 2026 kommer ett nytt kunskapsstöd för att identifiera skörhet hos äldre att drabbas av andra sjukdomstillstånd. När det kunskapsstödet lanserats kommer vi inom Nestors styrgrupp och råd undersöka om det finns behov av ökad kunskap om skörhet eller stöd i att utveckla samverkan inom detta område.

Gemensamt lärande

Gemensamt lärande innebär att yrkesverksamma samarbetar för att utveckla praktiska och teoretiska färdigheter tillsammans. Syftet är att höja kompetensen och öka samverkan inom en specifik yrkesgrupp eller mellan olika verksamheter genom att lära mer om/träna på viss typ av samverkan eller främja interprofessionellt lärande, där olika professioner lär av varandra. Nestor kan erbjuda former för gemensamt lärande för medarbetare inom kommun och Region i syfte att lära mer om varandras verksamheter, uppdrag och roller för att lättare kunna samverka i det operativa dagliga arbetet. Nestor har tidigare hållit gemensamma lärande-forum gällande utskrivningsprocessen och informationsöverföringssystemet Lifecare SP. Förslag på områden för 2026 är: samverkan kring personer med kognitiv sjukdom, skörhet eller personer med ohållbar hemsituation eller annan problematik i syfte att kunna arbeta mer proaktivt och ge ett samordnat omhändertagande. Vilket område och i vilken form det ska genomföras kommer att bearbetas med FoU-råd, lokala samverkansgrupper eller andra typer av referenspersoner.

Förebyggande arbete, delaktighet och förutsättningar för ett gott åldrande

Nestor har i uppdrag att stödja omställningen Framtidens socialtjänst. Vårt fokus i omställningen, är att undersöka hur förändrade arbetssätt kan möta framtida utmaningar och säkerställa att äldre och deras anhöriga får en samordnad vård och omsorg av hög kvalitet. Med målet att stärka delaktighet, välbefinnande och livssituation för gruppen. Detta kommer vi att göra genom att utforska, pröva och utvärdera arbetssätt kopplade till förebyggande och tidiga insatser, stärka delaktighet, samverkan och implementering av kunskapsbaserade arbetssätt.

Ställa om till förändrade arbetssätt

Den nya socialtjänstlagen syftar till att skapa en mer förebyggande, tillgänglig och evidensbaserad socialtjänst för att möta behoven i dagens samhälle och säkerställa att

socialtjänsten kan erbjuda kvalitativa insatser till invånarna. Samtidigt står socialtjänsten inför utmaningar utifrån demografisk utveckling, ökade krav och begränsade resurser. För att möta dessa utmaningar finns det behov av att undersöka och samverka kring lösningar för kompetensförsörjning, anpassningar av organisationen, digitalisering och att balansera ekonomi och förväntningar på kommunens uppdrag utan att tumma på kvalitet. En stor frågeställning är hur kan vi anpassa verksamheten, prioritera rätt insatser, arbetssätt och säkerställa en hållbar och kvalitativ vård och omsorg?

Inom Nestor kommer vi beröra detta genom att bland annat:

- Medverka och leda läroprocessen ”Framtidens socialtjänst” delregionalt, som en av aktörerna för RSS i Stockholm. Tillsammans med övriga aktörer inom RSS och kommunerna i länet – stötta i att ställa om och göra förflyttningar genom att jämföra arbetssätt och lära av varann.
- Workshop om framtidens vård och omsorg – där Nestor, styrgrupp och råden i slutet av 2025 diskuterade framtida scenario och identifierade angelägna utvecklingsområden kan komma att ligga till grund för kommande arbeten.
- Undersöka vilka insatser och arbetssätt som bör prioriteras för att säkerställa en hållbar vård och omsorg – är en del i att arbeta kunskapsbaserat och är en bärande del i alla våra projekt.

Anhörigperspektiv vid flytt till särskilt boende

Forskningsprojekt tillsammans med Marie Cederschiölds högskola, Nestor FoU-center, FoUnu, Bräcke diakoni och Ersta diakoni samt Huddinge, Nynäsbamn, Södertälje och Värmdö.

Detta projekt startade 2025 och består av två delar; ett forskningsprojekt som leds av ett forskarteam vid Marie Cederschiölds högskola, och en mer utvecklingsinriktad del som Nestor håller i. I sin helhet syftar projektet till att ge stöd i utveckling av anhörigperspektivet, och att omsätta den nationella anhörigstrategin i den egna verksamheten. Projektet fångar in hela processen och olika aktörer som de anhöriga möter inför beslut om särskilt boende, inflytt samt livet och relationer på boendet. Nestors utvecklingsdel, som sker i form av digitala seminarierträffar med fördjupade diskussioner och erfarenhetsutbyten mellan deltagarna, syftar till att vidareutveckla anhörigperspektivet i den egna verksamheten/kommunen.

Förebyggande insatser för äldre

Det finns ett intresse, både i kommunens och regionens verksamheter, av att pröva direkta interventioner till patienter/äldre som kan ha potential att skjuta upp vård- och stödbehov. Det kan handla om samtalsgrupper för olika patientgrupper, skapa digitala mötesplatser eller former för träning eller andra aktiviteter inom vård och omsorgsboende, dagverksamhet med mera. Det pågår flera initiativ och det finns intresse av att kunna utveckla nya. Nestor kan för de verksamheter som vill/prövar den hör typen av interventioner, stötta dem i att lägga grunden för interventionen genom att ta fram vilken kunskapsbas som finns för interventionen, stödja i att starta upp, genomföra eller utvärdera ett sådant initiativ.

Träna tillsammans

Socialstyrelsen betonar i underlaget för en nationell demensstrategi att tidigt stöd är av vikt både för personer som nyligen fått en demensdiagnos och för deras anhöriga. De stödinsatser som ges riktas ofta antingen till personen med demens eller den anhörige – trots att deras hälsa är nära sammankopplad. Under 2025 genomfördes en förstudie och litteraturgenomgång, planering och förankring av interventionen. Projekt syftar till att utveckla och pröva former för gemensam träning för personer med demens och deras anhöriga. Målet är att stärka livskvaliteten och relationen mellan den som lever med kognitiv sjukdom och anhörig samt inkludera delar av FINGER-modellen. Det saknas evidensbaserade och lättillgängliga träningsprogram som par kan göra tillsammans. Vi vill därför prova att utveckla och testa en träningsmodell tillsammans med par där en partner har demens. Därefter testa dess genomförbarhet och upplevda värde, samt dess preliminära effekter på livskvalitet, fysisk funktion, aktivitetsnivå, beteendesyntom och anhörigbörda.

Tillgänglighet och förebyggande – att nå de som är svåra att nå

Ny socialtjänstlag med krav på att socialtjänsten ska arbeta förebyggande och vara lätt tillgänglig, kunskapsbaserad och jämställd gör att äldreomsorgen funderar på vad det innebär för målgruppen äldre. Vad kan förebyggas, hur får man hjälp i rätt tid, vad hindrar att ta kontakt och vilja att ta emot stöd? Många kommuner satsar på att komma närmare medborgarna, finnas där de äldre finns, göra uppsökande insatser och erbjuda hälsofrämjande aktiviteter, men man ställer sig frågan om man når ut rätt. I Nestors styrgrupp och råden har det lyfts att man vill arbeta mer för att nå ”de som är svåra att nå”. Det är inte klarlagt vilka dessa personer är, orsak till att de ”är svåra att nå” eller på vilket sätt äldreomsorgen/samhället kan stötta. Flera grupper omnämns som: ofrivilligt ensamma, personer med samsjuklighet och ohållbar livssituation.

Anledningen till att de inte nås kan vara flera exempelvis: att de inte känner till vilket stöd som finns, att de inte vill bli nådda eller inte vill ha stöd och hjälp utan vill klara sig själv, att de inte har tillit till samhället eller på grund av fysiska eller mentala utmaningar har svårare att ta till sig det som erbjuds. Andra grupper som kan vara svårare för omsorgen att nå är män, personer med annan kulturell bakgrund eller digitalt isolerade. Oavsett vet man inte tillräckligt om och hur personer får sina behov tillgodosedda på andra sätt. Så en viktig del i detta är hur vi bygger ett inkluderande och tillgängligt samhälle i stort. Det finns relativt mycket forskning och exempel på arbetssätt.

Då frågan är komplex och det inte är tydligt vilka och på vilka grunder man önskar nå fler/andra kommer Nestor att börja med att inhämta exempel och uppgifter från styrgrupp och råden för att ringa in problematiken, klargöra vilka som avses och vilka som behöver involveras för att utforska mer. Vidare titta på vad säger studier inom området och finns det goda exempel att lära ifrån. Med detta som bas se vad och på vilket sätt det finns behov av att utveckla de egna arbetssätten eller andra strategier. Det blir ett sätt att ta utgångspunkt i de lokala behoven och se hur vi kan arbeta kunskapsbaserat för att stärka området med rätt åtgärder.

Främja delaktighet och inflytande för äldre

Delaktighet och inflytande för personer som behöver äldreomsorg är en viktig faktor för god kvalitet i insatser och arbetssätt som bidrar till en mer individanpassad och personcentrerad

vård och omsorg. Att arbeta med att stärka delaktighet och inflytande handlar bland annat om att skapa en miljö där äldre känner sig sedda och hörda, vilket kan stärka deras autonomi och välbefinnande. Frågor kring hur äldreomsorgen kan främja delaktighet och inflytande för äldreomsorgens användare har lyfts i Nestors forum. Många av äldreomsorgens användare lever med en kognitiv sjukdom, vilket också kräver att formerna för delaktighet och inflytande behöver anpassas till det. Det finns viss forskning på området. Nestor har därför under hösten 2025 samlat ihop erfarenheter, från ett forskningsprojekt, om hur verksamheter kan skapa inflytande för personer med kognitiv sjukdom. Det kommer att bli en kunskapsgrund och ett praktiskt stöd för verksamheter att utveckla deltagarbaserade arbetsätt i sin verksamhet. Nestor kommer under 2026 att sammanställa och sprida metodstödet samt ge praktiskt stöd till hemtjänstenheter, vård- och omsorgsboende eller dagverksamheter som vill pröva/införa arbetsättet

Individanpassat stöd och dagverksamhet för personer med kognitiv sjukdom

Dagverksamhet är en insats som erbjuds äldre med kognitiv sjukdom i syfte att ge social gemenskap, stimulans och aktivering för att bibehålla fysiska och psykiska funktioner och möjliggöra att kunna bo kvar hemma längre. Verksamheten syftar också till att avlasta anhöriga. Nestor har under hösten 2025 genomfört en litteraturstudie för att ta reda på kunskapsläget kring dagverksamhet som insats för personer med kognitiv sjukdom. Några av de frågor vi sökt svar på; Är dagverksamhet som den erbjuds i dag en bra insats utifrån vad vi vet från forskning och erfarenhet kring personer med demenssjukdom? Vilka positiva effekter har påvisats och vilka förutsättningar är av betydelse för personer med kognitiv sjukdom? Resultatet av litteraturgenomgången blir en kunskapsgrund som Nestor kommer att föra ut och ligga till grund för beslut om fortsatt utvecklingsarbete. Det kan t ex handla om hur dagverksamhetens uppdrag och innehåll kan utvecklas, hur man kan arbeta mer kunskapsbaserat eller om det behöver utvecklas andra insatser för att möta behoven hos personer med kognitiv sjukdom på ett ändamålsenligt sätt.

Kunskapsbaserad vård & omsorg – för en hållbar kompetens- och verksamhetsutveckling

Inom detta fokusområde presenteras projekt som avser att bidra med metodkunskap och processtöd för verksamheterna i att arbeta kunskapsbaserat utifrån systematiskt förbättringsarbete, implementering, uppföljning, utvärdering och kompetensutveckling.

Kunskap och stöd i metoder

Nestor har de senaste åren erbjudit seminarier för ökad kunskap och användande av metoder för uppföljning, utvärdering och deltagaraktiva metoder samt tagit fram vägledningsmaterial, som vi kallar för ”Rigga för”. Materialen och vägledning från Nestor syftar till att vara ett stöd för att komma igång och genomföra arbeten i egen verksamhet.

Introduktion till metoderna och vägledningsmaterialen samt stöd vid uppstart eller under genomförandet i den egna verksamheten kommer att erbjudas inom dessa områden:

- Utvärdering av insatser i den egna verksamheten
- Analys av avvikelser på aggregerad nivå
- Workshopar, ett sätt att skapa delaktighet och meningsfulla samtal i äldreomsorgen
- Samverkan
- Att arbeta hälsofrämjande inom hemtjänst

Utöver dessa kan stöd erbjudas vid behov gällande: *Individuell systematisk uppföljning (ISU)* och *Att förebygga och behandla undernäring* (utifrån Socialstyrelsens utbildningsmaterial Ett näringsrikt samarbete om undernäring).

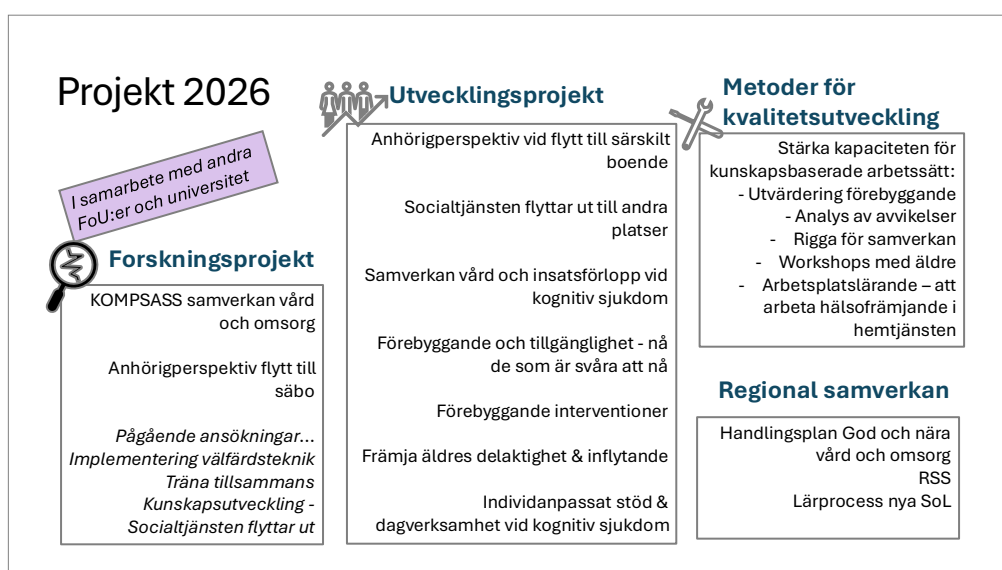
Regional samverkan för stöd i lokala processer

Nestor kommer medverka i följande satsningar inom ramen för samverkan inom länet i egenskap av part i Stockholms läns regionala samverkans- och stödstruktur (RSS):

- Regional samverkan kring regional handlingsplan God och nära vård.
- Lärprocess Framtidens socialtjänst, där RSS stöttar kommunerna i att driva förändring i linje med nya socialtjänstlagen. Lärprocessen är ett nationellt koncept från SKR.
- Stärka förutsättningarna för kommunerna att utveckla och upprätthålla en kunskapsbaserad äldreomsorg med fokus på vård och omsorg för personer som har en demenssjukdom.

Vår medverkan utgår från planerna för länet och prioriteringar i Nestors styrgrupp.

Sammanfattande bild över projekt 2026 uppdelade på forsknings-, utvecklingsprojekt samt aktiviteter för att stärka kunskap om metoder för kvalitetsutveckling och stärkt samverkan.



Kunskapspridning, erfarenhetsutbyten och nätverk 2026

Vi anordnar olika former av kunskapsseminarier, där deltagarna får ökad kunskap inom ett specifikt ämne genom presentationer och diskussioner. Här presenteras våra forum och vilka kunskapsområden vi kommer att fånga upp under året. Därefter en beskrivning av våra forum.

Nestors Chefsmorgon

Cirka en gång i månaden bjuds chefer/ledare och andra nyckelpersoner in till digitala träffar där Nestors aktuella rapporter och andra relevanta projekt presenteras. Chefsmorgnarna syftar till att bidra med inspiration och sprida kunskap som kan vara till nytta i verksamheten, få kännedom om Nestors verksamhet samt få möjlighet att utbyta erfarenheter med chefskollegor i andra kommuner/verksamheter.

Nestorcafé

Nestorcafét vänder sig till chefer, medarbetare och andra nyckelpersoner och är ett tillfälle för kompetensutveckling och inspiration till förändringar på arbetsplatsen. Två caféer planeras under året.

Dialogforum om delaktighet i ett digitaliserat samhälle

FoUerna i Stockholm anordnar digitala dialogforum med fokus på utmaningar och möjligheter som socialtjänsten möter då de ska stödja invånarna i ett digitaliserat samhälle.

Nätverk för verksamhetsutvecklare

Detta är ett forum för erfarenhetsutbyte, där deltagarna diskuterar och reflekterar kring aktuella frågor de själva brottas med på hemmaplan. En träff per termin. Fördjupning kan ske inom ett område som deltagarna vill arbeta med tillsammans.

Föreläsningar

Nestor kan i mån av tid och resurser ge enstaka föreläsningar utifrån tidigare projekt eller ämnen som exempelvis: psykisk hälsa, nutrition, kognitiv sjukdom, läkemedel, fallprevention, fysisk aktivitet och vardagsrehabilitering.

Nestors webbutbildningar

Nestor har utvecklat och förvaltar fem webbutbildningar: Social dokumentation, Lex Sarah, Minska risken för fall - om fallprevention, Våga fråga – våga se! - om psykisk ohälsa, Biståndshandläggare – ny i yrket De är öppna för alla medarbetare i våra ägarorganisationer samt kan köpas externt av kommuner utanför Nestor.

Nestors nyhetsbrev om nutrition och måltider

Nestors dietist skickar 4–5 gånger per år ut ett nyhetsbrev med aktuella rön, forskningsstudier, riktlinjer, webbutbildningar och liknande inom området som är relevant för äldreomsorgen. Nyhetsbrevet riktar sig till personer som på något sätt är involverade i nutrition och måltidsfrågor för äldre.

Om Nestor

Här beskrivs Nestors organisation, uppdrag, verksamhetsidé, kärnvärden samt kommunikationsarbete, samarbeten och internt utvecklingsarbete.

Organisation

Nestor FoU-center ägs och finansieras gemensamt av kommunerna Botkyrka, Haninge, Huddinge, Nacka, Nykvarn, Nynäshamn, Salem, Södertälje, Tyresö och Värmdö samt Region Stockholm. Nestor är organisatoriskt placerad i Social- och äldreförvaltningen i Haninge kommun. Nestor leds av en FoU-chef som är ansvarig för verksamhet, ekonomi och medarbetare inför styrgruppen. De fyra grupper och råd som styr Nestor beskrivs nedan.

Nestors Styrgrupp	I Nestors styrgrupp ingår förvaltnings-, äldreomsorgs- eller kvalitetschef i de tio kommunerna samt en representant från Hälso- och sjukvårdsförvaltningen inom Region Stockholm. Styrgruppen beslutar i strategiska frågor, ansvarar för uppföljning, behandlar verksamhetsplan och budget samt utser representanter till Nestors FoU-råd. FoU-chefen är föredragande och bereder ärenden till styrgruppen.
Nestors FoU-råd	I FoU-rådet ingår personer med chefs-/utvecklingsansvar inom äldreomsorgen från respektive kommun, samt representanter på motsvarande nivå för Region Stockholms verksamheter inom geriatik. FoU-rådet arbetar fram idéer och ger förslag och råd beträffande projektsatsningar och övriga aktiviteter. FoU-chefen är sammankallande och ordförande.
Nestors seniorråd	Nestors seniorråd består av representanter från de kommunala pensionärsråden i ägarkommunerna och från Regionstyrelsens pensionärsråd. De bidrar med idéer till projekt, ger förslag och råd beträffande projektsatsningar och övriga aktiviteter samt sprider information om Nestors arbete via sina nätverk. FoU-chefen är sammankallande och ordförande.
Nestors arbetsgrupp	Nestors arbetsgrupp består av 8 projektledare (varav två är tjänstlediga för studier), FoU-chef, administratör och kommunikatör. Arbetsgruppens medarbetare har olika yrkes- och utbildningsbakgrund inom vård och omsorg. Fyra personer i arbetsgruppen har doktorsexamen, två har masterexamen, två har magisterexamen och två har kandidatexamen.

Uppdrag och verksamhetsidé

Nestors övergripande uppdrag är att genom praktknära forskning och utveckling bidra till en utveckling som höjer kvaliteten inom vård och omsorg till äldre. Vår verksamhetsidé är att vara en plattform för forskning och praktik där kunskap omsätts i handling och där det skapas rum för kritisk reflektion. Vi stödjer samverkan mellan kommun och region och är en motor för lärande och verksamhetsutveckling i vård och omsorg. Målsättningen är att bidra till kunskapsutveckling och en hållbar kompetens- och verksamhetsutveckling som stärker arbetsätt, stöd och insatser samt förutsättningar i arbetet.

Det gör vi genom att stimulera forskning och utveckling som bidrar till kunskapsutveckling, kunskapsutbredning och kunskapsanvändning på följande sätt:

- Främja praktisk kunskap – det vill säga generera ny, användbar kunskap som direkt kan bidra till att utveckla den praktiska verksamheten.
- Öka verksamheternas förmåga att arbeta kunskapsbaserat – det vill säga att få tillgång till, ta till sig och omsätta ny kunskap.
- Stärka verksamhetsutveckling – det vill säga öka kunskap om och användande av analys, uppföljning och utvärdering för att förbättra hur verksamheten organiseras och skapar värde.

Aktiviteter som ingår i Nestors uppdrag

- Driva och medverka i FoU-projekt utifrån vetenskapliga metoder
- Bidra till utveckling av metoder för förbättringsarbete, utvärdering och implementering,
- Bidra till en evidensbaserad praktik,
- Medverka till en långsiktig professions- och kunskapsutveckling,
- Bidra till god samverkan mellan berörda aktörer för en sammanhållen vård och omsorg,
- Utveckla och driva arenor och nätverk: tvärvetenskapliga, tvärorganisatoriska och tvärprofessionella,
- Utveckla och upprätthålla ett nära samarbete med berörda universitet, högskolor och FoU-enheter,
- Utveckla former för kunskaps- och informationsspridning om FoU-verksamhetens resultat och aktuell forskning samt integrering av denna i ordinarie verksamhet,
- Bedriva omvärldsbevakning och bidra till kunskapsutbyte mellan praktik och relevanta myndigheter, akademien och andra aktörer.

Våra kärnvärden

I det här avsnittet presenteras Nestors kärnvärden. Våra kärnvärden är vägledande i vår verksamhet, till exempel i vilka projekt vi tar oss an och hur dessa genomförs och sprids.

Aktuella och relevanta för verksamheter och äldre

Den forskning och utveckling vi bedriver ska vara relevant för verksamheterna och i förlängningen för de äldre som verksamheterna möter. Därför har vi en nära dialog med våra ägarverksamheter kring behov och utmaningar inom vård och omsorg. Vi skapar dialog och knyter samman förändringar i lagkrav, direktiv och pågående satsningar på nationell, regional och lokal nivå. Våra utvecklingsprojekt är grundade i forskning. Genom god kännedom om aktuell forskning och kontakter med andra forskare kan ny kunskap/forskning spridas och integreras i det konkreta utvecklingsarbetet. Våra forsknings- och utvecklingsprojekt ska även bidra till kunskapsutveckling inom äldreområdet till nytta för nationella och regionala aktörer.

Praktiknära forskning och utveckling

Nestor ska bedriva praktiknära forskning och utveckling. Med praktiknära menar vi att vi både vill lyfta in forskningen närmare äldres vardag, och lyfta in deras vardag i forskningen. Våra forsknings- och utvecklingsprojekt genomförs nära verksamheterna, tillsammans med chefer, medarbetare och äldre personer. Ambitionen är att våra forskningsprojekt ska bidra till utveckling och att utvecklingsprojekten ska guidas av forskning. För att forskningsprojekten ska kunna omsättas till utveckling vill vi att våra utvecklingsprojekt bedrivs i nära samverkan med berörda verksamheter, och att vår kunskap ska vara tillgänglig.

Vi samverkar aktivt med samtliga verksamheter finansierade av ägarna oavsett driftsform samt brukarorganisationer, universitet och högskolor, nationella och regionala aktörer samt andra FoU-enheter. Läs mer om Nestors samarbeten längre ned.

Tillgänglig kunskap som är till nytta

Vi vill att resultat och kunskaper från våra projekt ska vara lättillgänglig och anpassad till de aktuella målgrupperna. Detta för att kunskaperna ska komma till användning. Vi lägger därför stor vikt vid att kunskap som genereras i våra projekt kommuniceras på olika sätt. Därför gör vi olika sorters material, erbjuder aktiviteter och ger stöd anpassat till olika målgrupper.

Hållbar utveckling

Vi är ett stöd till verksamheternas egen verksamhetsutveckling genom att bidra med och föra samman kunskap från nationella direktiv, forskning, praktik och äldre personers perspektiv och intressen. Vårt fokus är att skapa förutsättningar för kunskapsutveckling genom att tillsammans med verksamheterna skapa lösningar som stärker verksamheternas kompetens och kapacitet att organisera och förbättra sina insatser, arbetssätt och förutsättningar i arbetet.

Spridning och kommunikation

Målet med Nestors kommunikationsarbete är att skapa kännedom om Nestors verksamhet, särskilt i våra ägarorganisationer, för att bana väg för utveckling och förbättring men även för att sprida resultat till organisationer, myndigheter och andra aktörer i samhället. Detta sker till stor del i elektroniska kanaler som webbplats, nyhetsbrev, sociala medier, film, mejlutskick, pressmeddelanden och liknande. I dem presenteras med utgångspunkt från målgrupp och kanal Nestors projekt, publikationer, samverkansforum, utbildningar, föreläsningar och andra relaterade ämnen och händelser.

Nestors samarbeten och interna utvecklingsarbete

Nestor har flera externa samarbeten med andra FoU:er, regionala aktörer och akademien. De senaste åren har Nestor knutit tätare kontakter med universiteten, engagerat sig i flera forskningsprojekt tillsammans med andra forskare och utvecklat samarbetet med de övriga FoU-verksamheterna i regionen. Nestors samarbeten stärker kvaliteten och det långsiktiga värdet för ägarnas verksamheter, chefer och medarbetare och därmed också för de äldre och deras anhöriga.

Samarbete med andra FoU:er

Nestor samarbetar aktivt med Stockholms läns fyra andra FoU-enheter (FoU Nordost, Stiftelsen Stockholms läns Äldrecentrum, FOU nu, och FoU Nordväst). Samarbetet innebär bland annat gemensamma kunskapsseminarier, chefsträffar, och samarbete i projekt. Nestor deltar i FoU Välfärd (en nationell intresseförening för FoU-enheter inom socialtjänsten).

RSS i Stockholm

Nestor är en del av kunskapsstyrningen inom socialtjänsten och därmed en part av Regional Samverkans- och Stödstruktur, RSS i Stockholm. Arbetet inom RSS sker i samverkan mellan Storsthlm, länets FoU-enheter & Forum Carpe. Under 2025 har ett fördjupat arbete inletts med att hitta samverkansformer både i att identifiera gemensamma utvecklingsområden och identifiera aktiviteter som gynnas av att lyftas i ett länsperspektiv och hur det kompletteras med fördjupat stöd delregionalt och lokalt. Bland annat erbjudit stöd och länsövergripande aktiviteter för en kunskapsbaserad äldreomsorg med fokus på personer med demens. En satsning utifrån statliga stimulansmedel på området 2025 med trolig förlängning till 2027.

Andra regionala och nationella samarbeten

Nestors medarbetare ingår i SKR:s nätverk *Äldreomsorg*. Nestor deltar även som representant för Stockholms äldre-FoU:er i Storsthlm's samrådsgrupp äldre för regional samordning av omställningen till God och Nära vård. Arbetet i samrådsgrupperna har inriktats på att vara rådgivande i framtagande av handlingsplan/Huvudöverenskommelsen (Höken).

Samarbete med akademien

Nestor har i uppdrag att utveckla och upprätthålla samarbeten med akademien. Flera projektledare är knutna till högskolor och universitet, till exempel Karolinska Institutet, NVS, sektionen för arbetsterapi och Mälardalens universitet. Flera av Nestors forskningsprojekt genomförs i samarbete med högskolor och universitet.

Internt utvecklingsarbete

Nestors interna utvecklingsarbete innebär bland annat att våra medarbetare deltar i föreläsningar och forum dels som omvärldsbevakning till ägarna och dels för eget och Nestors lärande. Det finns strukturer och forum för internt lärande. Under 2026 kommer vi bland annat att lära mer om metoden Lovande arbetssätt, inhämta kunskap om nationella och regionala stöd och kunskapsstrukturer inom vård och omsorg och det arbete som genomförs där och hur vi kan sprida och samarbeta.

Intern utveckling som vi kommer att arbeta med under året är bland annat: Hur vi kan mäta och utvärdera av vårt eget arbete både internt och externt på ett ändamålsenligt sätt. Se över vår roll och våra arbetssätt och aktiviteter. Vi har blivit färre personer och får dessutom fler åtaganden inom den regionala samverkans och stödstrukturen RSS vilket gör att vi behöver se hur vi ska arbeta på bästa sätt. Vi kommer även att titta på utformning av våra kunskapsseminarier, process för att söka externa medel och fortsatt förvaltning eller utfasning av våra webbutbildningar.

Chef och skyddsombud driver ett systematiskt arbetsmiljöarbete i samarbete med alla medarbetare. Arbetet utgår från medarbetarsamtalen, den årliga arbetsplatsundersökningen, skydds rond, riskbedömningar och åtgärdsplan. Vi har en dialog om ställningstagande i hur vårt arbete kan säkerställa en effektiv hushållning av resurser och hur vi gör miljömedvetna val i vår vardag.

Ekonomi

Budget år 2026

Intäkter 2026	
Basanslag	8 146 023
Externa anslag*	291 000
Försäljning	10 000
Totalt intäkter	8 447 023

Verksamhetens kostnader 2026	
Personalkostnader (<i>ink konferens inom Nestor</i>)	8 101 000
Lokalkostnader	497 000
Interna tjänster (<i>It, telefoni, frakt, oh-kostnader, friskvård</i>)	438 000
Köp av externa tjänster (<i>IT-licenser, support, post/transporter, föreläsare/konferenser, ny webbplats</i>)	542 000
Köp av varor mm	46 000
Totala kostnader	9 624 000
Nettobudget	- 1 176 977
Ingående balans från 2024	3 988 678
* Externa medel från Forte för SAMSAS, KOMPASS samt Hälsohögskolan i Jönköping AB	

Nestor har ett överskott. Överskottet uppstod i första hand före år 2012 och Nestor tar av överskottet för drift. Överskott som inte är bokat tillfaller basanslaget.



Nestor FoU-center
www.nestorfou.se
tel: 08-777 99 16