Nestor
Forskning och utveckling för äldre

VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2019

Nestors vision är att alla äldre känner välbefinnande och delaktighet i samhället.

Verksamhetsberättelse 2019
Nestor FoU-center
2020

Nestor FoU-center ägs gemensamt av kommunerna Botkyrka, Haninge, Huddinge, Nacka, Nykvarn, Nynäshamn, Salem, Södertälje, Tyresö och Värmdö samt Region Stockholm. Även privata utförare som ger vård- och omsorgsinsatser till äldre och som ligger inom ägarorganisationernas geografiska område har möjlighet att ta del av Nestors stöd och material.

Nestor FoU-center
Marinens väg 30, 136 40 Handen
webbplats: www.nestorfou.se
tel: 08-777 99 16
e-post: adm@nestorfou.se

Rapporten kan laddas ner på
www.nestorfou.se

Nestor FoU-center 2020

Verksamhetsberättelse för år 2019

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

För utveckling av samverkan och kunskaps-baserade och hälsofrämjande arbetssätt!

Nestor har i år främst arbetat med tre områden: Stöttat utvecklingen för en ökad samverkan, undersökt förutsättningar för hälsofrämjande arbetssätt och stärkt möjligheterna för att de utbildningssatsningar vi gör får betydelse i vardagens arbete. Och vi ser att det blir positiva resultat.

Ett tydligt exempel på att Nestor stöttat utvecklingen för ökad samverkan är de fyra arenor som Nestor driver: Mötesplatser för lokal samverkan. Där har ett stort fokus under året varit på LUSEN. Nestor har medverkat till fyra LUSEN-workshops med sammanlagt över 240 deltagare från kommun, primärvård och geriatrik. En studie om två Trygg hemgångsteam, som bland annat tog upp samarbetet mellan kommun och regionen, avslutades också under året. Den presenterades på en länsövergripande Trygg hemgångskonferens, arrangerad av de fyra äldre-FoU-erna i Stockholm, med ett hundratal deltagare. Nestor har även utvärderat Balansskolan i Nacka, som är ett samarbete mellan kommunen och primärvården. För forskning och utveckling av samverkan har vi i samarbete med andra både ett Vinnova-projekt och ett Forte-projekt.

Nestor har under året startat flera projekt som syftar till att utveckla det förebyggande och hälsofrämjande arbetet i äldreomsorgen. Ett projekt handlar om hur hälso- och sjukvårdsprofessionernas kunskap används på vård- och omsorgsboenden, ett annat om förutsättningarna för hemtjänstens personal att ha ett hälsofrämjande arbetssätt samt ett om hur dagverksamheters uppdrag, innehåll och brukarmedverkan ser ut. Dessa kommer att rapporteras under 2020 och fungera som underlag för vidare beslut om utvecklingsprojekt inom ett eller flera av områdena.

Nestor har som tidigare år erbjudit kompetensutveckling för ägarnas brukarnära medarbetare inom nutrition och måltid samt psykisk ohälsa hos äldre. Här har vi arbetat för att de äldres perspektiv ska synliggöras och för att stärka förutsättningarna för att kunskapen ska användas i vardagens arbete. En rapport kommer tidigt under 2020 om våra erfarenheter med att arbeta på detta sätt och kan ses som ett startskott på ett kommande tema: Att arbeta för att verksamheter bygger upp en mer lärande organisation.

Några andra exempel att lyfta är vårt nya material om IBIC - som har fått uppmärksamhet på bla SKR och Socialstyrelsen, vår uppskattade chefskurs med fokus på systematiskt förbättringsarbete, Nestors och vårt seniorråds bidrag som rådgivande för Socialstyrelsens informationsmaterial till äldre om psykisk ohälsa. Läs gärna mer om vår verksamhet och våra kommande aktiviteter på vår webbplats och i vårt nyhetsbrev!

Eva Lindqvist, FoU-chef

Läs mer om:
- *Mötesplatser för lokal samverkan (se sid 9).*
- *Trygg hemgångsteam (se sid 12)*
- *Balansskolan (se sid 12)*
- *IBIC– individens behov i centrum (se sid 15)*
- *Nestors utbildning för chefer (se sid 15)*

Innehåll

För utveckling av samverkan och kunskapsbaserade och hälsofrämjande arbetssätt! 2
1. Uppdrag och organisation 4
Uppdrag 4
Organisation 4
Tabell 1: Ledamöter i Nestors styrgrupp under 2019 6
Tabell 2: Ordinarie ledamöter i Nestors FoU-råd under 2019 6
Tabell 3: Ordinarie ledamöter i Nestors seniorråd under 2019 7
Tabell 4: Medarbetare på Nestor under 2019 7
2. Nestor FoU-centers verksamhet 8
2.1 Inledning – Aktiviteter inom Nestors uppdrag 8
2.2 Projektuppdrag 9
Fokusområde: Samordnad vård och omsorg 9
Fokusområde: Förebyggande och kunskapsbaserad äldreomsorg 12
Fokusområde: Verksamhets- och kompetensutveckling 14
2.3 Kunskapsutbyte och kompetensutveckling 16
Återkoppling och dialog med myndigheter och länet 16
Nätverk 17
Utbildningar i lokal eller på webben 18
Kunskapsdagar 19
Publikationer 20
2.5 Kommunikation 20
2.6 En lärande arbetsplats 21
Kunskapsutbyte och nätverk 21
Intern kompetensutveckling 23
En god arbetsmiljö 23
3. Ekonomisk redovisning 2019 24

1. Uppdrag och organisation

Uppdrag

Nestor FoU-centers uppdrag är att genom praktiknära forsknings- och utvecklingsarbete stödja en hållbar kvalitetsutveckling i äldreomsorgen och hälso- och sjukvården i Stockholms södra länsdel i frågor som är angelägna för ägarorganisationerna och de äldre invånarna inom ägarområdena. Nestor har till uppgift att använda sig av forsknings- och erfarenhetsbaserad kunskap och vetenskapliga metoder i sina uppdrag och strävar efter bred delaktighet, samverkan och aktivt ägarskap hos sina uppdragsgivare. Nestor har också i uppdrag att sprida kunskap till ägarnas medarbetare genom att erbjuda aktiviteter för kompetensutveckling och olika arenor för utbyte av erfarenheter och gemensamt lärande.

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 ligger organisatoriskt under Äldreförvaltningen i Haninge kommun direkt under förvaltningschefen och Nestor leds av en FoU-chef som är närmaste chef för alla medarbetare. FoU-chefen är verksamhetsansvarig och svarar självständigt för bland annat Nestors personal, aktiviteter och ekonomi inför styrgruppen. Verksamheten vid Nestor startade som ett projekt år 2003 och permanentades år 2009.

Styrgrupp
I Nestors styrgrupp ingår förvaltnings- eller äldreomsorgschefer med ansvar för äldreomsorgen i de tio kommunerna samt ansvarig chef inom Region Stockholm (se tabell 1, s 6). Styrgruppen beslutar i strategiska frågor, ansvarar för uppföljning och behandlar verksamhetsplan och budget. FoU-chefen är föredragande och bereder ärenden till styrgruppen. Nestors styrgrupp utser representanter till Nestors FoU-råd. Ordförande väljs på två år. Fyra styrgruppsmöten har ägt rum under 2019.

FoU-rådet
I FoU-rådet ingår personer med chefs-/utvecklingsansvar inom äldreomsorgen från respektive kommun, samt representanter på motsvarande nivå för Region Stockholm inom geriatrik och primärvård (se tabell 2, s 6). FoU-rådet arbetar fram idéer och ger förslag och råd beträffande projektsatsningar och övriga aktiviteter. FoU-chefen är sammankallande och ordförande. Under 2019 har fyra FoU-rådsmöten hållits.

Seniorråd
Nestors seniorråd består av representanter från ägarorganisationernas kommunala pensionärsråd och från Regionstyrelsens pensionärsråd (se tabell 3, s 7). Seniorrådet bidrar med idéer till projekt, ger förslag och råd beträffande projektsatsningar och övriga aktiviteter samt sprider information via sina nätverk. FoU-chefen är sammankallande och ordförande. Fyra seniorrådsmöten har ägt rum 2019.

Medarbetare

Nestors arbetsgrupp består av elva medarbetare; chef, administratör, kommunikatör och åtta projektledare med olika bakgrund. Medarbetarnas professioner svarar väl mot uppdragets krav: Apotekare, arbetsterapeut, dietist, etnolog, fysioterapeut, sjuksköterska, socialantropolog, sociolog och socionom. Fyra av medarbetarna har doktorsexamen och tre av medarbetarna har magisterexamen. (se tabell 4, sid 7)

Arbetsordning för att ta fram verksamhetsplan

Styrgruppen ansvarar för att besluta om den långsiktiga riktningen för Nestors verksamhet. Detta görs på underlag av behov och utmaningar i huvudmännens respektive verksamheter, nuvarande och kommande händelser inom äldreområdet på regionalt och nationellt plan, bästa tillgängliga kunskap och förslag på prioriteringar i FoU-råd och seniorråd. Utifrån styrgruppens riktning och prioriteringar ansvarar FoU-chefen för att arbeta fram förslag till aktiviteter för nästkommande år med stöd av Nestors medarbetare, FoU-råd och seniorråd. De förslag som styrgruppen är positiv till vidareutvecklas, tas upp för beslut i styrgruppen och ingår i kommande års verksamhetsplan. Styrgruppen tar beslut om verksamhetsplanen före årets slut.

Tabell 1: Ledamöter i Nestors styrgrupp under 2019

Namn	Befattning	Organisation
Ann-Sophie Holgersson (ordförande)	Enhetschef, Äldreenheten	Nacka kommun
Eva Ingemarsdotri**	Förvaltningschef	Haninge kommun
Siv Lidestål*	Förvaltningschef	Haninge kommun
Petra Oxonius	Omsorgsdirektör	Botkyrka kommun
Ann-Christine Falck Brännström	Verksamhetschef, Biståndskansliet	Huddinge kommun
Berit Ahlberg Åhammar**	Enhetschef	Nykvarns kommun
Sofia Conrad*	Avdelningschef	Nykvarns kommun
Indra Jacobson	Avdelningschef, Myndigheten för äldre och funktionshinder	Nynäshamns kommun
Åsa Bergström	Verksamhetschef äldreomsorgen	Salems kommun
Pernilla Andreason	Myndighetschef, Social- och omsorgskontoret	Södertälje kommun
John Henriksson	Myndighetschef, äldre och funktionsnedsättning	Tyresö kommun
Helena Lindenius	Myndighetschef	Värmdö kommun
Emelie Engbo	Utredare	Region Stockholm
Eva Lindqvist (föredragande)	FoU-chef	Nestor FoU-center

*) Personen har påbörjat sitt uppdrag under innevarande år. **) Personen har avslutat sitt uppdrag under innevarande år.

Tabell 2: Ordinarie ledamöter i Nestors FoU-råd under 2019

Namn	Befattning	Organisation
Eva Lindqvist (ordförande)	FoU-chef	Nestor FoU-center
Helén Lieberman-Ram	Samordnare/projektledare	Nestor FoU-center
Kristin Breitenstein (sekreterare)	Kommunikatör	Nestor FoU-center
Christina Almqvist	Kvalitetscontroller	Botkyrka kommun
Marjaana Lehmonen Nilsson**	Utredare	Haninge kommun
Michaela Thelander Looström*	Utredare	Haninge kommun
Ann-Christin Rehnman Larsson	Utvecklingsledare	Huddinge kommun
Elisa Reinikainen	MAS	Nacka kommun/MAS-nätverket
Malin Blomqvist	Biståndshandläggare	Nykvarns kommun
Sahza (Bella) Dzabirov	Enhetschef	Nynäshamns kommun
Pia Ragni Orrhammar	Kvalitetsutvecklare	Södertälje kommun
Marita Sjögren	Verksamhetsutvecklare	
Carina Widmark	Utvecklingsledare, Vård- och omsorg	Värmdö kommun
Gunilla Benner-Forsberg	Utredare, Hälso-och sjukvårdsförvaltningen	Stockholms läns landsting
Carina Sühl Öberg	Bitr. verksamhetschef	PTJ/Handengeriatriken
Gunilla Brohmé	Verksamhetsutvecklare	Capio Geriatrik Nacka
Yvonne Emlén**	Kvalitetschef	Legevisitten AB, Nynäshamn

*) Personen har påbörjat sitt uppdrag under innevarande år. **) Personen har avslutat sitt uppdrag under innevarande år.

Tabell 3: Ordinarie ledamöter i Nestors seniorråd under 2019

Namn	Tillhörighet	Namn	Tillhörighet
Jean- Pierre Zune	Botkyrka	Ing-Marie Yang	Södertälje
Anders Magnusson	Botkyrka	Söve Åkerlund	Södertälje
Gunvor Kyller	Haninge	Kerstin Hallgren	Tyresö
Birgitta Brynnel	Haninge	Barbro Rådberg	Tyresö
Berit Westergren	Huddinge	Erland Bridell	Värmdö
Lennart Eriksson	Nacka	Monica Ungerholm	Värmdö
Brita Nyman	Nacka	Alf Andersson	Region Stockholm
Karl-Erik Johansson	Nykvarn	Eva Öhbom Ekdal	Region Stockholm
Ajno Alstrin	Nynäshamn		
Ann Gould	Nynäshamn	Eva Lindqvist (ordförande)	Nestor FoU-center
Ilse Forsberg	Salem	Helén Lieberman Ram	Nestor FoU-center
Cecilia Carlén	Salem	Kristin Breitenstein (sekreterare)	Nestor FoU-center

Tabell 4: Medarbetare på Nestor under 2019

Namn	Examen
Eva Lindqvist (FoU-chef)	Leg arbetsterapeut, Med dr
Helén Lieberman-Ram (Samordnare, projektledare)	Leg apotekare
Ingeborg Björkman (Projektledare)	Leg apotekare, Med dr (hälso- och sjukvårdsforskning)
Kristin Breitenstein (Kommunikatör)	Fil kand, Journalist
Karin Högstedt (Projektledare)	Leg fysioterapeut, Med mag
Eva Karlsson (Projektledare)	Fil dr (etnologi)
Milja Ranung (Projektledare)	Leg sjuksköterska, specialist (psykiatri), Med mag
Linda Nyholm (Projektledare)	Leg dietist, Med mag
Daniel Ram (Administratör)	Key account manager
Helena Viberg (Projektledare)	Socionom, Fil kand
Emanuel Åhlfeldt (Projektledare)	Fil dr (sociologi), föräldraledig hösten 2019
Karin Johansson (Projektledare)	Fil dr, socialantropolog, vikarie under hösten 2019

2. Nestor FoU-centers verksamhet

2.1 Inledning – Aktiviteter inom Nestors uppdrag

Samtliga Nestors aktiviteter utgår från aktuell vetenskapligt grundad forskning. En del aktiviteter syftar till att producera ny kunskap och andra till att omsätta kunskap så att den blir praktiskt användbar. I flera aktiviteter kombineras dessa perspektiv. Ett antal aktiviteter ingår i Nestors verksamhet enligt gällande samverkansavtal, vilka är följande:

- Driva och medverka i forsknings- och utvecklingsprojekt.
- Bidra till samverkan mellan huvudmän i lokala vård- och omsorgskedjor.
- Medverka till en långsiktig personal- och kunskapsutveckling.
- Samverka med kommunernas och landstingets enheter och förvaltningar samt med seniororganisationer.
- Utveckla olika former för kunskaps- och informationsspridning om FoU-verksamhetens resultat, aktuell forskning och forskningsanvändning.
- Skapa arenor och nätverk för kunskaps- och erfarenhetsutbyte – tvärvetenskapliga, tvärsektoriella och tvärprofessionella.
- Etablera ett nära samarbete med universitet, högskolor och andra FoU-miljöer.

Nestors medarbetare har hög kompetens inom skilda vetenskapliga metoder och kan erbjuda olika typer av stöd till ägarorganisationerna. Nestor kan gå in som projektledare eller processtöd i ett projektuppdrag. Utvecklingsprojekten omfattar systematiskt förbättringsarbete, utvärdering och metodstöd i fråga om organisation, rutiner och förhållningssätt. Studier genomförs i syfte att skapa ny kunskap som berör vård och omsorg. Alla projekt är praktiknära, vilket ger goda möjligheter att producera kunskap och uppslag som kan användas för fortsatt utveckling av verksamheter. Nestor har också i uppdrag att följa upp projekt en tid efter projektavslut utifrån bland annat ett hållbarhetsperspektiv. En översiktlig beskrivning av dessa stöd har tagits fram och går under benämningen ”Nestors Verktygslåda” (se bild 1).

Verktygslådan:
Detta stöd kan Nestor ge sina ägare

Utvecklingsarbete	Kunskapsproduktion
Projektledning –Nestor som drivande i utvecklingsprojekt	Kartläggning –Nestor sammanställer från tillgängligt material
Processtöd –Nestor som nära och stödjande i utvecklingsprojekt	Kunskapsöversikt –Nestor sammanställer befintlig extern kunskap
Lärande utvärdering –Nestor utvärderar ”på avstånd” över tid	Studie/undersökning –Nestor samlar ny kunskap och gör en mer omfattande analys
Kompetensutveckling –Nestor ingår som del av en satsning eller ger fristående utbildning i mindre/större sammanhang	Resultatutvärdering – Nestor utvärderar insatser inom ägarorganisationer
Nätverk – Nestor som värd för nätverk, gärna kopplade till aktiviteter i hemma-organisationer	Forskning – Nestor kan ingå i forskningsprojekt vid extern finansiering och kopplad till forskargrupp

Bild 1: En översiktlig beskrivning av vilka typer av stöd Nestor kan erbjuda sina ägarorganisationer - Nestors Verktygslåda

Kompetensutveckling för personal inom vård och omsorg bedrivs både som delar av större utvecklingsprojekt och som fristående utbildningsinsatser. Nestor delar även kunskap till medarbetare i vård och omsorg genom Nestordagen, Chefsdagen, FoU-caféer, konferenser, föreläsningar, seminarier, rapporter, utbildnings- och studiecirkelmaterial. Kunskap och erfarenheter förmedlas även aktivt i motsatt riktning av Nestor; från praktik till myndigheter och organisationer på regional och nationell nivå. Nestor driver nätverk för dialog och erfarenhetsutbyte mellan, och inom, olika organisationer och professioner.

För att kunna säkerställa relevans och kvalitet i Nestors aktiviteter har ett antal interna forum utvecklats. Det finns ett internt råd, där FoU-chef, samordnare och en projektledare kunnig i FoU-frågor, månatligen bereder strategiska frågor. Det finns även ett forum för samtliga medarbetare, Nestortanken, för strukturerad återkoppling och genomgång av projektplaner och rapporter som Nestor tar fram. FoU-chef, samordnare och kommunikatör har regelbundna möten om strategiska kommunikationsfrågor. Nestors disputerade medarbetare möts regelbundet för att stärka forskningsuppdraget i Nestors verksamhet.

Nestors vision och verksamhetsidé

Nestors vision är att alla äldre känner välbefinnande och delaktighet i samhället. Nestor vill fungera som en länk mellan forskning och praktik och vara en motor för lärande och verksamhetsutveckling i vård och omsorg. Vi stödjer samverkan mellan kommun och landsting, omsätter kunskap i handling och bidrar med kritisk reflektion.

- Vi utgår från och tillvaratar de äldres perspektiv och intressen.
- Vi arbetar för att kunskap och resultat från våra utvecklingsarbeten ska tillvaratas långsiktigt.
- Vi arbetar nära och tillsammans med chefer och medarbetare i äldreomsorg, geriatrik och primärvård.

2.2 Projektuppdrag

Projekt och aktiviteter redovisas under tre fokusområden:

- Samordnad vård och omsorg
- Förebyggande och kunskapsbaserad äldreomsorg
- Verksamhets- och kompetensutveckling

Fokusområde: Samordnad vård och omsorg

Mötesplats för lokal samverkan

Nestor driver sedan 2015 på uppdrag av Nestors styrgrupp, fyra arenor; ”Mötesplats för lokal samverkan” med fokus på att stödja och stärka samverkan mellan och inom kommun och Region kring äldre personer i syfte att skapa en mer sammanhållen vård och omsorg. Mötesplatserna är organiserade kommunvis enligt följande: *Botkyrka-Huddinge; Värmdö-Nacka; Tyresö-Haninge-*

Nynäshamn och *Nykvarn-Salem-Södertälje*. I varje Mötesplats deltar chefer, de flesta på mellanchefsnivå från äldreomsorg, primärvård och geriatrik, mellan 10-20 deltagare i respektive grupp (se bild). I två av Mötesplatserna deltar även akutsjukhus. Nestors roll är att vara facilitator och processtödjare, vilket innebär att på ett strukturerat sätt hålla ihop och stötta samtalen och arbetet i de fyra grupperna. Under fyra träffar per år i respektive Mötesplats diskuterar och arbetar deltagarna tillsammans med att öka kännedomen om varandras verksamheter, ansvar och uppdrag, dela erfarenheter och goda idéer samt identifiera utvecklingsområden i samverkan runt de äldre och utifrån dessa starta upp lokala samverkansprojekt (se nedan).

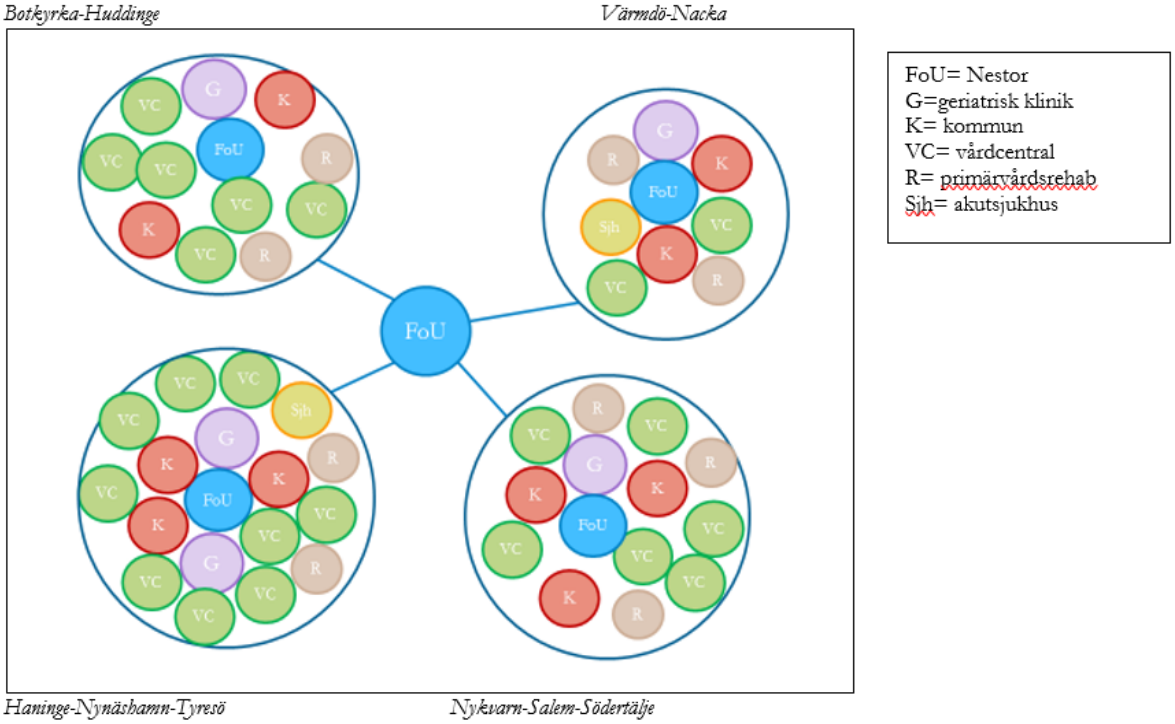

Bild: Representation av verksamheter i Mötesplatser för lokal samverkan under 2019

Fokus för 2019 har fortsatt varit Lagen om samverkan vid utskrivning från sluten hälso- och sjukvård (LUS), 2017:612. Se aktiviteter nedan. Under året har följande teman varit uppe på agendan: följa lokal statistik för Samordnad Individuell Plan (SIP), ”en persons väg genom vård- och omsorgskedjan”, vårdansvar inom särskilt boende, gemensam avvikelserapportering, Clinical Frailty Scale (CFS), äldre med psykisk ohälsa, beroendeproblematik, samverkan med psykiatrin, försämring av patient/brukare i hemmet, samverkan mellan primärvårdsrehab och hemtjänst/hemsjukvård, referensgrupp med patienter/anhöriga, miniföreläsningar om varandras uppdrag och verksamhetsområden. Ett genomgående tema vid samtliga Mötesplatsträffarna under året har gällt samverkan kring äldre med psykisk ohälsa. Grupperna har följt vad som händer inom området på regional och nationell nivå samt kartlagt hur den egna verksamheten tar hand om målgruppen och tillsammans tagit fram förslag på gemensamma utvecklingsarbeten som kan genomföras under 2020.

Nestor har på olika sätt stöttat införandet av LUSEN under 2019. En stående programpunkt vid samtliga Mötesplatsträffar har varit att uppdatera varandra om ny information från centralt håll i regionen och utbyta erfarenheter om hur det går på hemmaplan. Lokala styrgrupper som utgår från Mötesplatserna finns i Södertälje-Salem-Nykvarn, Huddinge, Haninge och Botkyrka för att stötta

implementeringen av LUSEN. Nestor har varit sammankallande i tre och deltagare i en. Nestor har varit adjungerad i Nackas lokala styrgrupp, som också har implementering av LUSEN på sin agenda. Under året har fem avstämningsmöten med HSF och de övriga äldre-FoU:erna i länet ägt rum för att diskutera samverkansfrågor, framför allt med fokus på LUS. Nestor har deltagit på två dialogforum om LUSEN, arrangerade av HSF, Region Stockholm. Nestor fick under 2019 medel från SKL/SKR för att kunna ge utökat stöd vid införandet av LUSEN.

Lokala aktiviteter med utgångspunkt i Mötesplatserna för en stärkt utskrivningsprocess

Workshops om LUSEN: Under året har också genomförts fyra välbesökta workshop om LUSEN: Södertälje-Salem-Nykvarn (ca 70 deltagare), Huddinge (ca 70 deltagare), Haninge, (ca 55 deltagare) och i Botkyrka (ca 45 deltagare). Planeringen av dessa har antingen skett tillsammans med den lokala styrgruppen eller i lokala arbetsgrupper med representanter från kommun, vårdcentral, geriatrik samt primärvårdsrehab.

Ett lokalt förtydligande: Under hösten 2019 initierades i Södertälje-Salem-Nykvarn en lokal överenskommelse - ett förtydligande - av den regionala överenskommelsen kring LUSEN. En arbetsgrupp med representation från kommunen, vårdcentral, geriatrik samt primärvårdsrehab utvecklar en samsyn i moment som kan uppfattas olika. Arbetet kommer att fortsätta våren 2020.

Vårdansvar: Ett lokalt arbete har påbörjats i kommunerna Botkyrka och Huddinge med ett antal inledande möten mellan Medicinskt ansvariga sjuksköterskor (MAS:ar), Tema Åldrande, Huddinge geriatrik och läkarorganisationer i särskilt boende, i syfte att diskutera roller och vårdansvar vid olika typer av insatser i och med den nya utskrivningsprocessen och identifiera hur respektive kommun handhar hälso- och sjukvårdsfrågorna inom sina särskilda boenden.

Ring-upp-projektet: I Södertälje-Salem-Nykvarn genomfördes ett mindre projekt där patienter och anhöriga ringdes upp efter utskrivning från Södertälje sjukhus, i syfte att följa upp hur de upplevde utskrivningen från sjukhuset. Personerna tillfrågades av sjukhusets utskrivningsteam om medverkan och Nestor genomförde intervjuerna.

Clinical Frailty Scale (CFS) – för mätning av skörhet: Under året har diskussioner förts i Mötesplatsen Haninge-Nynäshamn-Tyresö om att samverka kring skattningsskalan CFS. Ett pilotprojekt startades för att testa om skalan kan användas som ett gemensamt verktyg i utskrivningsprocessen. Förankringsarbetet påbörjades under hösten och testet kommer förhoppningsvis igång under första delen av 2020.

Nätverk för primärvårdens ssk/dsk: I Huddinge startade under hösten ett nätverk för dsk/ssk som arbetar med utskrivningsprocessen. Vårdcentralerna har en mer aktiv roll i utskrivningsprocessen än tidigare och syftet med nätverket är att deltagarna ska stötta varandra i att utveckla de nya arbetssätten. Nestor deltog med stöd initialt.

Vinnova-projekt ”Mötesplats som innovativ arena för samverkan”

År 2018 beviljades Nestor medel från Vinnova för projektet ”Mötesplats som innovativ arena för samverkan – kvalitetsförbättringar för äldre personer med komplexa behov” tillsammans med fem parter: Södertälje kommun, Södertälje sjukhus, vårdcentralerna Wasa och Järna samt en forskargrupp vid Uppsala universitet. Projektet pågår mellan november 2018 och mars 2021 vid

Mötesplats Södertälje-Salem-Nykvarn. Under projektet kommer arbetet med att utveckla samverkan fortsätta som tidigare, men det kommer även att studeras och vidareutvecklas. Under 2019 har till exempel ”MIO-modellen” (en modell för reflektion om innovation i offentlig sektor) använts tillsammans med deltagarna i Mötesplatsen och forskargruppen har påbörjat sin datainsamling. En arbetsgrupp har tillsammans med Nestor planerat en Workshop med innovativa förtecken som kommer under våren 2020.

Intervjustudie om team för Trygg hemgång (tidigare Tryggt mottagande i hemmet)

En studie av två Trygg hemgångsteam, som är en fortsättning på arbetet från 2018, har färdigställts under året. De två teamen som studerats är Haninges Trygg Hem och Södertäljes Trygg och säker hemgång. I studien beskrivs erfarenheter av att arbeta utifrån team för att skapa trygghet när äldre personer skriv ut från slutenvården. Studien visar på skillnader i organisation, målgrupper och personalsammansättning, men även på stora likheter när det gäller erfarenheter, arbetssätt och förhållningsätt. Den visar också på faktorer som verkar främja trygghet vid hemgång. Rapporten kan ses som ett bidrag till diskussionen om hur personer med komplexa behov ska stödjas vid hemgång från sjukhus, vilket är en stor och aktuell fråga i många kommuner. Under hösten genomfördes en regional konferens i samarbete med Äldrecentrum, FOU nu och FoU Nordost där Nestors rapport *”Att främja en trygg hemgång från sjukhus. En beskrivande studie av två Trygg hemgångsmodeller”* presenterades.

Forte-projekt: Effektiv och hållbar koordinering av vård och omsorg för äldre personer med komplexa behov.

Tillsammans med Äldrecentrum, FoU Nu och FoU Nordost har Nestor beviljats planeringsbidrag från FORTEs utlysning ”Tillämpad välfärdsforskning”. Arbetet påbörjades december 2019 och pågår till och med december 2020. En medarbetare från respektive FoU-enhet ingår i det regionala projekt-teamet. Syftet med planeringsbidraget är att tillsammans med nämnda FoU-enheter skriva en ansökan för ett större projekt med inriktning mot samordning och samverkan mellan kommuner och region för äldre personer med komplexa behov.

Fokusområde: Förebyggande och kunskapsbaserad äldreomsorg

Intervjustudie om Hälsosamma vanor hos personer i ordinarie boende med hemtjänst

Denna intervjustudie syftar till att bidra med kunskap om förutsättningarna för att stödja hälsofrämjande vanor för äldre personer genom hemtjänst. Intervjuerna fångar synen på hälsofrämjande vanor hos personer i ordinärt boende som har stöd av hemtjänst och dessa personers och hemtjänstmedarbetares uppfattning om hemtjänstens möjligheter att stödja äldre personers hälsosamma vanor i vardagen. De preliminära resultaten ligger till grund i ett kommande projekt om hälsofrämjande socialtjänst som startar 2020. En rapport om studien är klar i början av 2020. Den lyfter möjligheter och även utmaningar som kan vara värdefulla för hemtjänstverksamheter att beakta om de vill införa ett mer hälsofrämjande arbetssätt.

Utvärdering av Balansskolan i Nacka

Rapporten från Nestors utvärdering av Nacka kommuns fallförebyggande kurs Balansskola publicerades i början av 2019 med ett efterföljande podd-avsnitt. I utvärderingen följdes fem kursomgångar där deltagarna erbjöds att besvara enkäter före kursen och vid två tillfällen efter avslutad kurs för att undersöka deras medvetenhet kring fall och fallprevention före och efter

kursen. Efter kursen ökade deltagarnas medvetenhet om riskfaktorer för fall, samtidigt som de blev mindre rädda för att falla, upplevde sin fallrisk som lägre och begränsade sig mindre i vardagen. Många av deltagarna började träna eller utökade sin träning för att förebygga fall. Rörande kursens förslag på andra åtgärder var det ett mindre antal av deltagarna som använde sig av dessa. Konceptet Balansskolan har startat upp i en annan ägarkommun, Värmdö, där Nestor bidrar med en föreläsning om kost och nutrition.

Utvecklingsprojekt om Meningsfull dagverksamhet

År 2018 genomfördes ett projekt vid dagverksamheten Heijken/Åsen i Södertälje. Syftet med projektet var att fånga in vad gästerna vid dagverksamheten såg som meningsfullt och utveckla de idéer som samlades in. I projektet användes metoden Tjänstedesign. Vid en uppföljning i augusti 2019 visade det sig att flera positiva förändringar skett både när det gällde miljön och innehållet i verksamheten. Då flera andra förändringar skett på enheten som kan ha påverkat verksamheten, är det svårt att säga vad som beror på tjänstedesignsprojektet eller andra faktorer i verksamheten. En slutlig rapport från detta projekt kommer under vintern 2020.

Kartläggning av Inflytande och innehåll på dagverksamheter

Under 2019 inleddes en kartläggning av de dagverksamheter som finns inom Nestors ägarkommuner. Ett möte anordnades med representanter från kommunerna för att identifiera relevanta ämnesområden. Dessa var bland annat verksamhetens uppdrag, organisation, innehåll och brukardelaktighet. Kartläggningen kommer att ske i början av 2020 genom en enkät som riktar sig till chefer för dagverksamheterna. Resultatet från kartläggningen kommer kunna ligga till grund för olika kommande utvecklingsarbeten på dagverksamheterna.

Kompetensutveckling om psykisk ohälsa hos äldre

Botkyrka hemtjänst: Samtliga hemtjänstgrupper i Botkyrka kommun deltog i Nestors tre timmars seminarium om psykisk ohälsa hos äldre. Deltagare var medarbetare inom hemtjänst med dag/nattjänst samt verksamhetschef. Nestor samt chefer och utvecklingsledare hade ett uppföljande möte i maj 2019. Utvärderingarna visade att deltagarna hade fått ny kunskap att använda i sitt arbete och att övergripande bestämmelser och handlingsplaner behövde uppdateras. Ytterligare uppföljning är planerad i mars 2020.

Glasberga vård- och omsorgsboende, Södertälje: Nestor höll ett tre timmars seminarium om psykisk ohälsa med fokus på ångest och depression, för medarbetare och chefer från samtliga avdelningar (demens/somatisk inriktning). Sammanlagt 50-60 medarbetare (vårdbiträden, undersköterskor och fysisoterapeut) deltog. Den enkät som delades ut ca en månad efter seminariet visade att 88% av deltagarna hade börjat prova nya sätt att bemöta nedstämdhet och ångest, samt att man upplevde chefens stöd i sitt fortsatta arbete. Uppföljning med chefer är planerad i februari 2020.

Kompetensutveckling om nutrition och måltider

Nacka Seniorcenter, Ektorp: I detta projekt var syftet att arbeta fram idéer för hur mellanmål skulle kunna bli mer näringsriktiga och omtyckta på ett vård- och omsorgsboende. Delar av metoden *tjänstedesign* användes, vilket innebar att såväl medarbetare som boende involverades i projektet. För att stärka både medarbetares och boendes kunskap om äldres näringsbehov hölls en kortare föreläsning för respektive grupp. En workshop anordnades, där medarbetare och chef tillsammans tog fram förbättringsförslag för mellanmål. Dessa diskuterades sedan vidare i gruppsamtal med

boende. Nio månader efter workshopen uppgav biträdande verksamhetschef att de fortsatt arbetet med mellanmål, och enligt chefen har detta förbättrat förutsättningarna för ett bra näringsintag hos de boende.

Tallgårdens äldreboende, Huddinge: Projektet ”Måltider i fokus” syftade till att förbättra måltiderna utifrån de boendes perspektiv och önskemål. Den metod som användes var *tjänstedesign,* och boende, medarbetare och enhetschef var involverade i projektet. Det skedde genom gruppintervjuer med boende, samt en workshop där enhetschef och ett tjugotal medarbetare deltog. I början av 2020 kommer en av idéerna som togs fram under workshopen att testas i liten skala på en av Tallgårdens avdelningar.

Nutritionsutbildning, alla Nestors ägare: Utbildningen *Så kan energi- och näringsintaget ökas hos äldre* arrangerades vid tre tillfällen under 2019. Totalt deltog 63 personer från både kommunala och privata verksamheter i sex av Nestors ägarkommuner. Med utgångspunkt i Livsmedelsverkets råd ”Bra måltider i äldreomsorgen” varvades föreläsningar med diskussioner och grupparbete. Utbildningen riktade sig till medarbetare på vård- och omsorgsboende, inom geriatrik eller hemtjänst. Bland deltagarna fanns sex sjuksköterskor, en arbetsterapeut, en dietist, en kock samt 54 undersköterskor. Enligt utvärdering av utbildningarna ansåg 98 % av deltagarna att de lärt sig mycket om vad man kan göra för att förbättra energi- och näringsintaget hos äldre personer, och lika stor andel uppgav att de kommer använda det som tagits upp under utbildningen i sitt arbete.

Kompetensutveckling inom fysisk träning

Chefsfrukost - Motivera äldre att träna så att de klarar sin vardag: I september 2019 bjöd Nestor in till en chefsfrukost för att inspirera till hur verksamheter kan stärka sitt motivationsarbete rörande äldre personers fysiska träning för att fortsätta vara aktiva i vardagen. Under frukosten presenterades olika verktyg, metoder och rekommendationer rörande fysisk aktivitet och träning.

Kompetensutveckling BPSD (Beteendemässiga och psykiska symptom vid demens)

Under 2019 genomfördes två omgångar av BPSD-registrets administratörsutbildning samt en uppföljande halvdag från en utbildningsomgång 2018. BPSD-registret är en användbar modell för att förebygga beteendemässiga och psykiska symptom hos personer med en demenssjukdom. Totalt deltog 48 deltagare från fem ägarkommuner vid kommunala och privata äldreboenden. Utvärdering av utbildningarna visade att 90 % av deltagarna såg utbildningen som relevant för sina arbetsuppgifter och 88 % såg sig kunna använda kunskapen i praktiken. En återträff genomförde för samtliga utbildade verksamheter, där sex äldreboenden deltog från tre kommuner. Från år 2020 har Nestors styrgrupp beslutat att Nestors inte längre håller i dessa utbildningar. I stället håller kommunerna dem lokalt.

Fokusområde: Verksamhets- och kompetensutveckling

Projekt: Användning av legitimerad personals kunskap på vård- och omsorgsboende

En undersökning av hur legitimerad personals kompetens kommer till användning inom vård och omsorgsboende har genomförts under året. Undersökningen gjordes genom webbenkäter till sjuksköterskor, arbetsterapeuter och fysioterapeuter/sjukgymnaster. Enkätsvaren diskuterades sedan i mindre grupper med några av respondenterna. Därefter anordnades ett seminarium där berörda chefer, MAS:ar och utvecklingsledare bidrog med tankar och förbättringsförslag utifrån

resultaten. En intern diskussion kring hur projektet kan vidareutvecklas påbörjades i december. Fortsatta aktiviteter kopplade till enkätresultatet och rapportering kommer att ske under våren 2020.

Ett material: Individens behov i centrum – IBIC

IBIC – individens behov i centrum – är en modell som Socialstyrelsen tagit fram för ett systematiskt arbetssätt och strukturerad dokumentation inom socialtjänsten. En majoritet av Sveriges kommuner planerar att, eller håller på att implementera modellen i sina organisationer. Det har dock visat sig att många kommuner av olika skäl haft problem med införandet. För att stötta kommunerna både när det gäller att ta beslut om att införa IBIC och vid en eventuell implementering av modellen, har Nestor tagit fram materialet *Individens behov i centrum. Förutsättningar, förväntningar & konsekvenser vid beslut och införande av IBIC*. I arbetet med materialet har vi haft stöd av projektledare och processledare för införande av IBIC i Nacka kommun, nätverket för processledare för IBIC i Nestors kommuner samt en referensgrupp med representanter från åtta av Nestors ägarkommuner. Materialet har presenterats både i samarbete med Socialstyrelsen och SKR.

Utvecklingsprojekt: Lärande arbetsplats – Tornet

Under hösten 2019 inleddes planeringen av ett projekt kallat *Lärande arbetsplats – Tornet*. Tornet är ett vård- och omsorgsboende i Botkyrka. Syftet med projektet är att öka förutsättningarna för den enskilda verksamheten Tornet att ta tillvara de kunskaper och erfarenheter som finns hos medarbetare och som de tar del av genom kurser med mera för att det ska bli till nytta för verksamheten och dess brukare som helhet. Utöver detta är syftet för Nestor att ta fram och testa en modell för att stötta även andra verksamheter att bättre ta tillvara och använda den kunskap som finns inom respektive organisation. Projektet kommer att starta under våren 2020.

Utbildning i förbättringsarbete utifrån kvalitetsledningssystem

Sedan 2016 har Nestor en årlig utbildning som utgår från Socialstyrelsens föreskrift om systematiskt kvalitetsarbete (SOSFS 2011:9) och förbättringsarbete. Under hösten 2019 genomfördes en utbildningsomgång med totalt fem utbildningstillfällen, varav det sista i januari 2020. Nio team deltog med totalt 24 deltagare, chefer och utvecklingsledare, från fem ägarkommuner vid offentliga och privata verksamheter. Under utbildningens gång arbetar teamen med sina valda utvecklingsarbeten och lär sig om olika metoder att använda vid förbättringsarbeten. Utvärdering sker efter avslutad utbildning.

Utbildning i riskanalys

En riskanalysutbildning genomfördes utifrån Nestors handbok i riskanalys, med elva deltagare från sex ägarkommuner vid offentliga och privata verksamheter. Riskanalys är en del av det systematiska kvalitetsarbetet utifrån Socialstyrelsens föreskrift (SOSFS 2011:9). Utvärdering sker 2020.

2.3 Kunskapsutbyte och kompetensutveckling

Nestor som föreläsare

Nestors medarbetare har varit talare på konferenser och andra evenemang under 2019. Se tabell nedan.

Titel	Arrangör	Föreläsare
Föreläsningar för seniorer		
Fallprevention	PRO Handen	Karin Högstedt
Komma igång med smygträning för att må bra	SPF Västerhaninge	Karin Högstedt
Hitta kraften genom mat och träning	ABF Huddinge	Linda Nyholm Karin Högstedt
Hitta kraften genom mat och träning	Nestor FoU-center	Linda Nyholm Karin Högstedt
Ångest och depression samt Må bra med eller utan läkemedel	ABF Huddinge	Milja Ranung Helén Lieberman Ram
Påverkar våra matvanor risken att falla? *(tre tillfällen under 2019)*	Tyresö kommun (Balansskolan 2 ggr samt PRO/SPF Hälsoträff)	Linda Nyholm
Det viktiga mellanmålet	SPF Vendelsö-Brandbergen	Linda Nyholm
Vad är bra mat för äldre?	PRO Fullersta	Linda Nyholm
Föreläsningar för praktiken		
Moderator: Word Mental Health Day- Psykisk hälsa har ingen ålder	NSPH	Milja Ranung
Individens behov i centrum. Förutsättningar, förväntningar & konsekvenser vid beslut och införande av IBIC	SKR Sveriges kommuner och regioner, utbildning för chefer om IBIC	Eva Karlsson
Ett material om IBIC!	Socialstyrelsen, nätverk för processledare IBIC	Eva Karlsson & Helena Viberg
Geriatrisk nutrition- små insatser kan ge stor effekt	Nacka sjukhus, äldrepsykiatri	Linda Nyholm
Att främja en trygg hemgång från sjukhus	Nestor FoU-center, Stockholms läns Äldrecentrum, FOUnu och FoU Nordost	Helena Viberg
Ett material om IBIC!	Nestor FoU-center, FOUnu och FoU Nordost, Regional nätverksträff	Helena Viberg
Föreläsningar för FoU och akademin		
Kommunikation och lite annat	FoU Sörmland	Eva Karlsson

Återkoppling och dialog med myndigheter och länet

Det ingår i Nestors uppdrag att förmedla kunskap, bland annat vetenskapligt baserad forskning och riktlinjer från myndigheter, till ägarorganisationernas verksamheter. Vi förmedlar också praktikens och Nestors kunskap och erfarenheter tillbaka till akademi och myndigheter. Vi utgår från att den här formen av kunskapsförmedling mellan forskning, myndigheter och organisationer i kommun och regioner är fruktbar för alla berörda. Nedan presenteras ett urval av kunskapsutbyten under 2019:

- Remissvar: Livsmedelsverket, Kostråd för personer över 65 år.
- Remissvar: Regionalt Centrum för psykisk hälsa
- Referensgrupp Socialstyrelsen: Information till äldre om psykisk ohälsa, tillsammans med Nestors seniorråd

- Referensgrupp Kompetenscentrum för Kultur och Hälsa, Region Stockholm
- Referensgrupp Ensamhetsprojektet, Region Stockholm
- Erfarenhetsutbyte SKL:s satsning Samarbetsvård psykisk ohälsa. Syftet är att öka samverkan mellan primärvård och specialistpsykiatri.
- SKR – dialog om kommuners arbete med IBIC
- Socialstyrelsen – dialog om äldre och alkohol i och med ett tidigare Nestor-projekt

Nätverk

Nestor har under åren initierat och oftast drivit ett antal tvärprofessionella nätverk. Under 2018 var nedanstående nätverk aktiva.

Nätverk för sjukgymnaster, fysioterapeuter och arbetsterapeuter
Detta nätverk har funnits sedan 2009 och riktar sig till medarbetare i både kommun och region. Under 2019 genomfördes en nätverksträff med temat Nollvision rörande en demensvård fri från tvångs- och begränsningsåtgärder. Femton personer deltog vid träffen.

IBIC-nätverket – Individens behov i centrum
Till IBIC-nätverket kommer processledare, verksamhetsutvecklare och personer som arbetar med att införa IBIC i sina verksamheter för att utbyta erfarenheter. Genom att dela erfarenheter mellan kommuner och mellan olika verksamheter finns det möjlighet att få ökad kännedom om varandras arbete och lära av varandra. Alla kommuner har möjlighet att delta med representanter från ÄO, LSS och socialpsykiatri. Även FoU Södertörn har ingått i nätverket vilket har vidgat nätverket att också inkludera LSS. Under året har det genomförts fyra nätverksträffar. Utöver de lokala träffarna har en länsövergripande nätverksträff i samarbete med FOUnu och FoU Nordost genomförts. Där deltog också SKR.

Nätverk för verksamhetsutvecklare
Nätverket startade 2015, och har två möten per år. Vid träffarna är fokus erfarenhetsutbyte kring aktuella ämnen som deltagarna väljer själva. Deltagarna har också haft visst utbyte mellan träffarna. Under året har nätverket vuxit och hade i slutet av året ca 20 medlemmar. De kommuner som var representerade under 2019 är Botkyrka, Haninge, Huddinge, Nynäshamn, Salem, Södertälje, Tyresö och Värmdö.

Nutritionsnätverket
Mailbaserat nätverk som drivs av Nestors dietist och vänder sig till personer som är intresserade av måltidsfrågor kopplade till äldreomsorgen. Nätverket består för tillfället av 33 medlemmar med olika professioner, både inom och utanför Nestors ägarområde. Syftet med nätverket är att lyfta aktuella rön, forskningsstudier, riktlinjer och liknande, men deltagarna kan även ställa frågor och diskutera mat och måltider. Nätverket bildades i januari 2019, och under året gjordes fem utskick.

Nätverk för samordnare av lokala evenemang för Äldredagen och Anhörigdagen
Sedan 2016 har Nestor årligen sammankallat samordnare för lokala evenemang för Äldredagen och Anhörigdagen i Nestors ägarkommuner. Deltagarna utbyter erfarenheter och tar del av varandras arbetssätt, med inspiration från bland annat den nationella fallpreventionskampanjen och FN:s internationella äldredag. Nätverket består av 21 deltagare från nio ägarkommuner.

Utbildningar i lokal eller på webben

En viss del av Nestors kompetensutvecklingsinsatser utgörs av utbildningar. Antingen är de fristående eller ingår som en del av ett Nestorprojekt. Utbildningarna ges antingen i våra egna lokaler, eller ute på arbetsplatser runt om i våra ägarkommuner. Under 2019 har utbildningar givits inom områdena: BPSD-register, Kost och nutrition för äldre, Psykisk ohälsa hos äldre, Riskanalys och Systematiskt kvalitetsarbete. Utbildningarna har beskrivits tidigare under kapitel 2.2.

Nestor har även genom åren producerat fem webbutbildningar. De riktar sig till medarbetare i vård och omsorg och är kostnadsfria för Nestors ägarorganisationer. Antal deltagare i utbildningarna i våra ägarorganisationer framgår av tabell nedan. Organisationer utanför Nestors ägarområde betalar en avgift för att få tillgång till webbutbildningarna. I tabell, nästa sida, framgår vilka organisationer som köpt tillgång till Nestors utbildningar under 2019. Utbildningarnas innehåll beskrivs i korthet på nästa sida. För mer information om utbildningarna, se Nestors webbsida.

Tabell: Antal personer som har påbörjat webbutbildningarna 1 januari – 31 december 2019

Utbildning	Nestors ägarorganisationer	Utanför Nestors ägarområde
Våga fråga – våga se!	182	541
Social dokumentation	191	*
Minska risken för fall	147	*
lex Sarah	159	*
Biståndshandl.-ny i yrket	43	-

*) De flesta kommuner utanför ägarområdet laddar ner köpt utbildning till sina resp. lokala webbplatser eller utbildningsportaler. Statistik kan endast tas fram lokalt.

Biståndshandläggare – ny i yrket (2017)
För nya biståndshandläggare, för att skapa mer trygghet i yrkesrollen och få redskap för att genomföra professionella utredningar och bedömningar av äldre personers behov. Innehåller teman som äldre och åldrande, regelverk och förutsättningar, handläggning och samverkan.

Våga fråga – våga se! (2013, reviderad 2017)
Handlar om psykisk ohälsa hos äldre och tar upp teman om depression och bipolär sjukdom, ångest och sömnstörning, psykossjukdom och konfusion, missbruk och självmord, med mera. Utbildningen innehåller fakta, fallbeskrivningar, kunskaps- och reflektionsfrågor.

lex Sarah (2014)
Utbildningen tar huvudsakligen upp följande frågeställningar: Vad innebär lex Sarah? Vad är en lex Sarah-rapport? När och varför ska jag rapportera?

Social dokumentation (2013)
En praktiskt inriktad utbildning som innehåller avsnitten: Vad ska dokumenteras? Hur ska dokumentationen utformas? Varför är dokumentation viktig? Vänder sig till nyanställda och som ett led i att utveckla dokumentationsarbetet på arbetsplatsen.

Minska risken för fall (2013)
Utbildningen ger baskunskap om hur fallolyckor kan förhindras. Innehåller avsnitten: Din roll – arbeta strukturerat, förebygg – konkreta åtgärder, om det händer.

Externa organisationer som har haft tillgång till Nestors webbutbildningar under 2019

Social dokumentation	Våga fråga – våga se!		Biståndshandläggare – ny i yrket
Täby kommun	Kungsholmens SDF	Perstorps kommun	En privatperson
Alvesta kommun	Sotenäs kommun	Mjölby kommun	Sigtuna kommun
Älvsbyns kommun	Kävlinge Kommun	Markaryds kommun	Kalmar kommun
Stockholms stadsmission	Aman Care AB	Aleris omsorg AB	Malmö stad
Tjörns kommun	Älmhults kommun	Högdalens VO-boende	Karlsborgs kommun
Örnsköldsviks kommun	Sundbybergs stad	Aleris Omsorg AB	Mjölby kommun
Stiftelsen Stora Sköndal	Varbergs kommun	Höganäs Omsorg	
Värnamo kommun	Falkenbergs kommun	Ljungby kommun	
	Region Norrbotten	Tjörns kommun	
	Hofors kommun	Lidköpings kommun	
	Trollhättans Stad	Enköpings kommun	
	Staffanstorps kommun		

Kunskapsdagar

Nestors större och årligen återkommande kunskapsdagar har 2019 genomförts på Citykonferensen i centrala Stockholm. Nestorcaféer har anordnats två gånger under året. De lyfter aktuella ämnen inom äldreområdet och vänder sig till alla yrkesgrupper inom vård och omsorg i Nestors ägarorganisationer, även privata vård- och omsorgsutförare som anlitas av ägarorganisationerna. Föreläsningar, diskussioner och erfarenhetsutbyten är stående punkter på caféerna.
Nestor anordnar en gång vartannat år även en chefsdag som syftar till att ge chefer och ledare ytterligare kunskap, inspiration och intresse för frågor som rör deras eget ledarskap när det gäller att främja utveckling, lärande och evidensbaserad praktik i sina verksamheter. År 2018 anordnades en chefsdag och nästa anordnas under våren 2020.

Nestor-café, mars 2019

Tema: *Åldrande och sexualitet – när kroppen åldras och livsvillkoren förändras – vad händer med sexualiteten?*
Ca 60 deltagare tog del av hur man på ett respektfullt sätt stärker äldres rätt till sin sexualitet och vilka utmaningar som finns och hur man kan arbeta med frågan på sin arbetsplats. Information gavs också kring hur en HBTQ-certifiering går till och vad det kan innebära i form av positiva förändringar på arbetsplatsen. Föreläsare:

- Gunilla Matheny, distriktssköterska, pedagog och terapeut. *"Handtag, famntag, klapp eller kyss"*
- Ellinor Isacsson, enhetschef på Tallgårdens äldreboende i Huddinge, berättar om deras hbtq-certifiering

Nestor-café, oktober 2019

Tema: *Delaktighet för äldre, hur får vi till det?*
Drygt 60 deltagare reflekterade över vad delaktighet kan innebära och hur delaktighet kan stärkas både genom att lära känna personen och genom att främja kommunikationen med personen. Under eftermiddagen fick deltagarna även ta del av hur omsorgstagarna kan involveras i utvecklingsarbeten. Föreläsare:

- Karin Johansson, fil dr i arbetsterapi, socialantropolog och projektledare Nestor FoU-center. "*Delaktighet - vad är det och hur kan det stödjas inom äldreomsorgen*"
- Dana Hagström, metodutvecklare, Huddinge kommun. "*Delaktighet med stöd av alternativ och kompletterande kommunikation*"

Regional konferens, nov 2019
Tema: *Trygg hemgång*
Drygt 100 deltagare lyssnade på presentationer av tre studier som FoU-enheterna i Stockholm gjort under året. Dessa belyste Trygg hemgång utifrån olika perspektiv. Det gavs också möjlighet att i form av ett dialogcafé diskutera olika utmaningar som deltagarna själva hade.

- Bettina Meinow, Äldrecentrum: *"Att komma hem från sjukhus och få ett tryggt mottagande – om insatser från äldreomsorgen efter sjukhusvistelse"*
- Helena Viberg, Nestor FoU: *"Att främja en trygg hemgång från sjukhus. En beskrivande studie av två Trygg hemgångsmodeller"*
- Elisabeth Lauritzen, FoU nu: *"Tillsammans för trygg hemgång"*

Publikationer

Nestors medarbetare har skrivit ett antal rapporter och texter för tidskrifter utifrån de projekt och uppdrag som Nestor haft under året, se nedan. För en sammanställning av tidigare rapporter och andra publikationer hänvisas till Nestors webbplats.

Högstedt, Karin & Björkman, Ingeborg. (2019). *Utvärdering av Nacka kommuns fallförebyggande verksamhet Balansskolan.*
Karlsson, Eva M. (2019). *Anhörigstödjare. En kartläggning.* Internrapport.
Karlsson, Eva M. & Viberg, Helena (2019). *Individens behov i centrum. Förutsättningar, förväntningar & konsekvenser vid beslut och införande av IBIC.* Nestors skriftserie nr 2/2019.
Lindqvist, Eva; Viberg, Helena & Åhlfeldt, Emanuel (2019). *Att främja en trygg hemgång från sjukhus. En beskrivande studie av två Trygg hemgångsmodeller.* Nestor FoU-centers Skriftserie nr 3/2019
Nyholm, Linda och Jonsson, Linda. Konferensrapport International Association of Gerontology and Geriatrics European Region Congress. *Dietistaktuellt nr 5* 2019, vol. XXVIII.
Åhlfeldt, Emanuel. (2019). *Hållbart utvecklingsarbete i organisationer – användbart begrepp eller meningslös floskel? En kunskapsöversikt och begreppsanalys. Helix rapport 19:003*. Helix Competence Centre. Linköpings universitet.

Material som har tagits fram på Nestor finns att beställa eller ladda ner via webbplatsen. För Nestors ägarorganisationer och även privata utförare som är knutna till ägarorganisationerna är alla publikationer gratis. Till dessa har Nestor levererat ca 1300 publikationer under året. Drygt 140 publikationer har sålts utanför Nestors upptagningsområde till kommuner, landsting, företag, privatpersoner och andra.

2.5 Kommunikation

Syftet med Nestors kommunikation är att medarbetarna i Nestors ägarorganisationer ska se Nestor som en tillgång för dem vid kvalitets- och verksamhetsutveckling och att de ska använda sig av det som Nestor erbjuder. Nestor strävar efter att chefer och medarbetare i Nestors ägarorganisationer och andra målgrupper ska känna till, se nyttan av och använda Nestors tjänster och produkter och att de ska vara förtrogna med Nestors verksamhet.

En viktig del av Nestors kommunikationsarbete är att systematiskt och strategiskt sprida kunskap med utgångspunkt från Nestors olika projekt och att skapa inspiration och nyfikenhet kring förändringsarbeten inom vård och omsorg. Målgrupper, geografiskt område, kanaler, forum och

typ av information som ska ingå i spridningsarbetet tas fram av projektledare och kommunikatör. Ofta exponeras ett aktuellt projektämne i en redaktionellt utformad artikel, vid sidan av rena informationstexter. Nestors podd är ytterligare en viktig kanal för spridning, vid sidan av webb, nyhetsbrev, utskick, sociala medier, tryck, annonser etc. Nedan presenteras de elektroniska kanaler som Nestor använder för att sprida kunskap om Nestor som organisation och kunskap från egna projekt och andra källor.

Webbplats
Nestors webbplats informerar om Nestors verksamhet, uppdrag, organisation, projekt evenemang, utbildningar, publikationer och webbutbildningar. Webbplatsens innehåll och struktur har under året genomgått förändringar för att öka läsbarhet och tillgänglighet. Under året hade webbplatsen 25 644 besök, varav 18 150 var unika besökare, se tabell nedan.

Antal besök och unika besökare på Nestors webbplats under åren 2017-2019

År	Unika besökare (antal besökare)	Besök (sessioner)
2019	18 150	25 644
2018	18 300	27 524
2017	17 077	26 269

Nyhetsbrev
I de elektroniska nyhetsbreven finns intervjuer, nyhetsartiklar och notiser. Artiklarna i nyhetsbreven är länkade till Nestors webbplats. Nyhetsbrevet skickas ut fyra gånger per år och går ut till cirka 3 000 prenumeranter vid varje utskickstillfälle. Cirka 25 procent av adressaterna har öppnat nyhetsbreven.

Facebook
Nestor hade vid slutet av året drygt 230 följare. 57 inlägg har gjorts under 2019. I genomsnitt har 175 personer nåtts per inlägg. Det Facebookinlägg som har fått störst spridning nådde 980 personer.

Podd
Under 2019 producerades tre poddavsnitt. Ämnen som tagits upp är: Nacka kommuns arbete för att minska fallolyckor; Södra Stockholms samverkansarbete kring sköra äldre; Hemtjänstens möte med äldre som lider av psykisk ohälsa. I slutet av året hade sammanlagt 321 lyssningar av Nestorpodden gjorts sedan start (hösten 2018).

2.6 En lärande arbetsplats

Kunskapsutbyte och nätverk

Anknytning till och kontakt med universitet
Kontakter med akademin för kunskapsutbyte och samarbete har stor betydelse för Nestor FoU-center, i egenskap av kunskapsorganisation. FoU-chefen är anknuten till Karolinska Institutet, NVS, sektionen för arbetsterapi. En av Nestors medarbetare är associerade till Uppsala universitet, Institutionen för folkhälso- och vårdvetenskap, Hälso- och sjukvårdsforskning och är associerad medlem i forskargruppen för Hälso- och sjukvårdsforskning. Samma forskargrupp är också

samarbetspart i Vinnova-projektet. Det finns även upparbetade kontakter med Linköpings universitet, Institutionen för beteendevetenskap och lärande, avdelningen för pedagogik och sociologi, som under 2019 gav Nestor ett externt uppdrag, att utföra en litteraturstudie om hållbart utvecklingsarbete i organisationer.

Samarbete med FoU-miljöer och länet

Nestor har under 2019 ytterligare stärkt sitt samarbete med Stockholms läns fem andra FoU-miljöerna (FoU Nordost, Stiftelsen Stockholms läns Äldrecentrum, FOU nu, FoU Södertörn och FoU Nordväst). Äldre-FoU:er som finns i regionen (FOU nu, FoU Nordost och Stockholms läns Äldrecentrum och Nestor) har exempelvis adresserat övergången mellan slutenvård till vård och omsorg i hemmet med en gemensam regional konferens om Team för trygg hemgång. Äldre-FoUerna tar ett gemensamt ansvar för representation och engagemang i ett antal nationella och regionala nätverk och sammanhang med bäring på äldrefrågor: RSS-nätverket för äldrefrågor, demensnätverk, IBIC, regionalt nätverk kultur och hälsa, referensgrupp äldres ensamhet. Tillsammans har Äldre-FoUerna stärkt resurserna för praktiknära forskning genom att erhålla medel från FORTE för gemensamt forskningsarbete om samverkan kring äldre hemmaboende personer med komplexa vård- och omsorgsbehov. Detta startade dec 2019.

Nestor ingår i FoU Välfärd, en nationell intresseförening med ett 30-tal FoU-miljöer som har till uppgift att främja utveckling och kunskapsutbyte mellan FoU:er inom socialtjänsten. Nestor har under året deltagit i FoU Välfärds årliga dialogmöte.

Nestor som en del av nationell kunskapsstyrning

Socialcheferna i Stockholms län gav under 2018 de sex FoU-miljöerna, Stockholms stad och Storsthlm i uppdrag att bilda Stockholm RSS (Regional samverkans- och stödstruktur) för att kunna vara en länk vid kunskapsstyrning och samverkan mellan regional och nationell nivå och ingå i SKL:s nationella RSS-nätverk. Sedan hösten 2018 har Nestors chef ingått i styrelsen för RSS i Stockholm. Denna regionala samverkans- och stödstruktur möjliggör att man inom länet kan samlas kring strategiskt viktiga frågor och utnyttja befintliga resurser på ett mer samordnat och effektivt sätt. (Mer info om RSS på SKL:s webbsida.) Aktiviteter som RSS i Stockholm har gjort under 2019 är bland andra: Representerat RSS i Stockholm i de nationella nätverken på SKL/SKR, Utsett representanter i nationella programområden, arbetsgrupper och nätverk inom kunskapsstyrningssystemen, Arrangerat workshop med länets samtliga representanter i de nationella nätverken kring nuvarande roller, uppdrag och kommunikation, Kontinuerligt administrerat ärenden som adresserats till den regionala samverkans- och stödstrukturen, Rekvirerat statliga stimulansmedel, förankrat förslag samt fördelat stimulansmedel i länet, Sänt ut behovsenkät till kommunerna inför nästa års statliga överenskommelse. Under hösten 2019 har uppdragsdirektivet från 2018 kompletterats med ett uppdrag att arbeta fram ett förslag på en formell ledningsstruktur av den regionala kunskapsstyrningen.

Nätverk som Nestor ingår i

Regionala nätverk:

- Storsthlms nätverk för Regionala stödstrukturer
- Nätverket för demensfrågor, Stockholms läns landsting
- Fysioterapeuternas Äldrenätverk, Stockholm
- Nätverk för IBIC: Drivs av Nestor FoU-center, FOU nu och FoU Nordost

Nationella nätverk

- Nationella nätverket för äldreomsorg och kommunal hälso- och sjukvård - SKR
- Nationell fallpreventionskampanj via SKR:s webbrum
- BPSD-registrets nätverk för certifierade utbildare
- Socialstyrelsens nätverk för processledare IBIC
- Fysioterapeuternas Nationellt nätverk för sjukgymnaster, demensnätverk
- Nationella nätverket för kommundietister
- IBIC – en digital mötesplats för erfarenhetsutbyte (SKR)
- FoU Välfärds kommunikationsnätverk

Forskarnätverk

- Forum för humanistisk och samhällsvetenskaplig hälsoforskning
- Helix Vinn Excellence Centre, Linköpings universitet
- Arbetsplatsnära FoU som drivs av SWEREA (Swedish research)
- Forskargruppen i Hälso- och sjukvårdsforskning, Uppsala universitet

Intern kompetensutveckling

Under 2019 har fokus i den interna kompetensutvecklingen legat på att söka, värdera och använda kunskap. I gemensamma seminarier har vi sökt och granskat vetenskapliga artiklar och diskuterat hur Nestor ska förhålla sig till den mängd forskning som finns inom området. Några av medarbetarna har även gått utbildning på SBU i ämnet. Under planeringsdagar har Nestor haft ett internt seminarium om delaktighet och mångfald och vi har även besökts av Mångkulturellt centrum för att diskutera hur de arbetar med dessa frågor.

Eftersom Nestor strävar efter hög delaktighet hos både ägarorganisationernas medarbetare och seniorer har Nestors medarbetare utvecklat sina kunskaper från tidigare utbildning inom tjänstedesign. Två medarbetare har genomgått en fem dagars utbildning i "Metoder och verktyg för deltagaraktiva möten och processer".

Nestors medarbetare har besökt konferenser inom bland annat psykisk ohälsa, samverkan, nutrition och kognitiv sjukdom/demens för att hålla sig uppdaterade inom ämnena samt deltagit med bokbord vid Stockholms läns demensdag.

En god arbetsmiljö

Under 2019 har det systematiska arbetsmiljöarbetet som bygger på en dialog kring arbetsmiljön mellan chef och medarbetare skett i flera olika forum under året, fortsatt med fokus på att ringa in och minska risker för stress. Vi har även haft utbildning i HLR, Första hjälpen och brand.

3. Ekonomisk redovisning 2019

Intäkter 2019	Basanslag	Övriga intäkter	Totalt
Botkyrka kommun	631 954		
Haninge kommun	673 952		
Huddinge kommun	727 414		
Nacka kommun	813 230		
Nykvarns kommun	90 420		
Nynäshamns kommun	306 490		
Salems kommun	143 882		
Södertälje kommun	769 067		
Tyresö kommun	392 859		
Värmdö kommun	366 029		
Stockholms läns landsting	3 066 000		
SKR via RSS*		450 000	
Linköpings universitet		65 000	
Försäljning litteratur/webb + föreläsning		274 754	
Samtliga intäkter 2019:	**7 986 297**	**789 754**	**8 776 051**

Verksamhetens kostnader 2019		Totalt
Personalkostnader, lön + övrigt	7 312 715 +130 769	7 443 484
OH-kostnader + IT/telefoni/post	200 000+251 362	451 362
Lokalkostnader		823 756
Övriga verksamhetskostnader		448569
Varav plattform webbkurser	121 558	
Varav konferenser för ägarnas medarbetare	73 964	
Kostnader		**9 167 171**
Totalt Resultat: 2019		**-391 120**
Ingående balans, överfört från 2019		**7 432 301**
Utgående balans, överförs till 2020		**7 041 181 kr**

*Medel till utökat stöd vid införandet av Lagen om samverkan vid utskrivning från sluten hälso- och sjukvård (LUS): 400 000 kr. Medel för kartläggning och analys om kommunernas kommande behov av utbildning och stöd till kompetensförsörjning inom kommunal hälso- och sjukvård: 50 000 kr.

Nestor har tilldelats 600 000 kr av Vinnova för samverkansprojektet Mötesplats som innovativ arena för samverkan - kvalitetsförbättringar för äldre personer med komplexa behov. Nestor är även koordinator i projektet och ansvarar för att deltagande parter får de pengar de tilldelats. Vinnova-medlen används under projekttiden 20181101- 20210331. Medel från Vinnova kommer att redovisas vid projektets slut 2021.

Överskott tillfaller basanslaget.

Nestor FoU-center
Marinens väg 30, 136 40 Handen
Webbplats: www.nestorfou.se
Tel: 08-777 99 16