

## Velferdsteknologi

Velferdsteknologi kan gi pasientar og brukarar auka meistring, tryggleik og kontroll over eiga helse.

*Det er eit grunnleggjande ideal i samfunnet vårt, at den enkelte så lenge som mogleg skal setjast i stand til å klare seg sjølv i kvardagen. Satsinga på velferdsteknologi er eitt av fleire verkemedel som skal bidra til å svare på dei store endringane samfunnet vårt gjennomgår.*

Bruk av velferdsteknologi kan gi mange nye moglegheitar for aktivitet og deltaking. Det kan gi menneska auka moglegheit til å meistre eige liv og helse, og bidra til at ein kan bu lenger i eigen heim, trass i nedsatt funksjonsevne.

### Velferdsteknologi delast inn i 4 grupper:

**1. Tryggleiksskapende teknologiar** kan føre til at den enkelte kan bu lenger heime, leggje til rette for sosial deltaking og motvirke ensemd. Døme på dette er: tryggleiksalarmar, dørsensorar og andre rørslesensorar, lokaliseringsteknologi (GPS), fallsensorar, komfyrvakt, varsling av tjuveri og brann, dørkamera, elektroniske dørlåsar og videokommunikasjon.

**2. Meistringsteknologiar** bidrar til at den enkelte kan ha kontroll over eigen helsetilstand og meistre kvardagen betre, spesielt i samband med kroniske sjukdomar. Det kan også vere teknologi som blir brukt i samband med rehabilitering, opptrening og vedlikehald av mobilitet. Dette kan vere digitale kalendarar og hugselister, eigenmålingar av helsetilstand, tilrettelagte spelplattformer, instruksjons- og motivasjonsvideoar og treningsappar.

**3. Utrednings- og behandlingsteknologier** kan gi avansert medisinsk utredning og behandling i heimen. Her står telemedisinske videoløysingar sentralt, saman med biomedisinske sensorar for medisinske målingar og appar for sjølvrapportering.

**4. Velværeteknologiar** gir auka medvit om eiga helse og hjelper i praktiske gjeremål i det daglege utan at nedsatt funksjon eller helse er årsaken til bruk av teknologien. Dette inkluderer det store spekteret av trenings- og motivasjonsappar og også nye elektroniske hjelpemedel som robotstøvsugarar og robotplenklypparar, samt ulike smarthusløysingar og løysingar for sosial kontakt og samhandling med andre.

**Ansvar for å skaffe seg velferdsteknologi er todelt. Noko kan kommunen bidra med, noko må du skaffe deg sjølv.**

I vår søken på Velferdsteknologi , snubla vi over ei inspirerende godt vaksen dame, Margot.

Håpar denne dama gir deg ei humoristisk vinkling på temaet.

[https://www.youtube.com/watch?v=HPhzlyUi\\_k](https://www.youtube.com/watch?v=HPhzlyUi_k)