

Smarte Hjem



En høyttaler med mikrofon + internett, gir deg det du trenger for å bo hjemme lenger; altså et enklere liv for deg og mindre uro for de pårørende.

Det jeg stusser mest over, er hvorfor ikke alle har det - og bruker det på denne måten (til digitale hjemme-tjenester), når det er et så åpenbart bruksområde? Så langt jeg kan se, er det både politisk vilje og ikke minst kommersiell interesse for å gi de kronisk syke en bedre helsetjeneste - bl.a. et enklere liv og å kunne bo lenger hjemme – mens belastningen hos de pårørende avtar. Dette er nemlig ikke noe Rocket Science, men kjent teknologi satt sammen på en måte som er egnet til vårt bruk. Dessuten vil pårørende få jevnlig rapport om helsetilstand og utvikling, eller en melding om at pasienten i dag hadde slag, ble godt ivaretatt av helsepersonell og ligger nå på X sykehus, avdeling Y. De må ikke bekymre seg om pulsen er grei eller at hjertet slår normalt - slike prøver kan tas og evalueres når som helst. Terskelen for bruk er lav, og uten Smartphone og App-er – altså stemmestyr!

På første bildet over, finner du eksempler på enheter/varslere som kan inngå i en Smart Hjem løsning. Disse kan styres av så vel Google og Amazon som andre standard- eller spesielle typer stemmestyrte løsninger som på bildet til høyre = høyttaler med mikrofon. Herfra kan du slå av/på lysene, sette på kaffen, Tven og/eller NRK P1+ osv osv. Du kan også få påminnelse og fulgt opp dette med medisinbruk så mulighetene er legio. - Hva med påminnelse om at dere har bryllupsdag?

Medlemsmøtet 16. april - kl 18:00 til 20:30 - Lambertseter Gård

Velkommen til andre medlemsmøte i år på Lambertseter Gård med adresse; Langbølgen 2B, 1154 Oslo. Her serveres Dagens Meny, en blanding av fag og kultur. Denne gangen står en fysioterapeut for det første, mens han som har blitt mer kjent og populær som forfatteren i våre kretser, vil være vårt kulturelle alibi.

Mange sier han er hardtslående - om enn ikke i bokseringen - så i alle fall når han presenterer tema fra boken sin og det han ellers er opptatt av som Parkinsonist; «Shaken not Stirred».

Det nest smarteste du gjør, er å trene!

De færreste av oss kommer gjennom hverdagen uten medisiner. I tillegg til at vi ofte benytter oss av terapeuter, logopeder og andre spesialister. Det er selvsagt smart – men i tillegg må alle se til å få med nødvendig fysisk fostring!

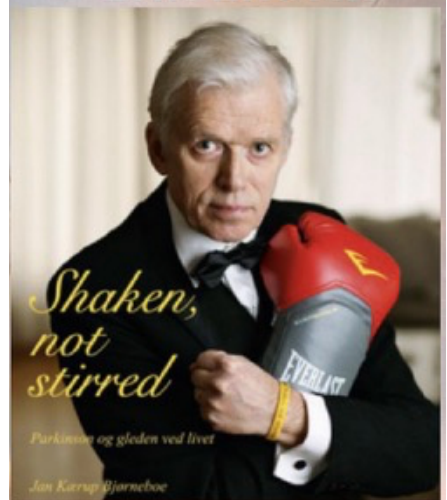
Erik på AktiFys-klinikken på Hauketo, har erfaring og spesialistutdannelse innen nevrologi og fysioterapi. I tillegg er han godt kjent med de nye retningslinjer for fysioterapi, kalt «Fram-modellen». Han vil altså legge vekt på det vi kan bidra med selv; nemlig all den trening som motvirker våre symptomer.

»Shaken not Stirred« er tittelen på boken til Jan K. Bjørneboe.

Mange stusser også på undertittelen: «Parkinson og gleden ved livet»



Erik Ekevik



Jan K. Bjørneboe

«I am on the Internet - Therefore I am»

- Renny B. Amundsen