



Årsrapport 2024

Bästa platsen att åldras på

På uppdrag av Strategigrupp Äldre



KOMMUNAL UTVECKLING
JÖNKÖPINGS LÄN



Region
Jönköpings län

Bakgrund

Bästa platsen att leva på är en utvecklingsplattform för länsgemensamma områden där Region Jönköpings län och 13 kommuner och länets invånare samverkar. Arbetet utgår från ledningssystem i samverkan och omsätts i handlingsplan Strategigrupp Äldre med visionen Jönköpings län ska vara bästa platsen att åldras på.

I hela Sverige pågår omställningen till nära vård, ett skifte från dagens hälso-och sjukvårdssystem som i hög grad är uppbyggt kring sjukdomar och institutioner, till ett system som är designat för människors vardag och samtidigt klara välfärdens utmaningar. I Jönköpings län samverkar länets 13 kommuner och Region Jönköpings län med länets invånare, föreningar och andra organisationer kring omställningen till nära vård. Omställningen innebär att vi alltmer samskapar hälsa och vård tillsammans med invånare och civilsamhälle. Fokus är personcentrerat, proaktivt och hälsofrämjande men också god vård, omsorg och rehabilitering för de sköra och mest sjuka äldre.

En gemensam plan för primärvård har arbetats fram inom ledningssystemet där samverkan mellan Region Jönköping län och länets kommuner beskrivs. Denna plan omsätts i tre strategigrupper handlingsplaner, vilka i sin tur mynnar ut i länsgemensamma utvecklingsarbeten. Bästa platsen att åldras på har utvecklats bland annat för att ge stöd åt dessa pågående och nya utvecklingsarbeten.

Demografi

I kommunerna i Jönköpings län varierar andelen invånare 65 år och äldre, där Eksjö kommun har högst andel och Habo lägst. Andelen invånare 80 år och äldre är högst i Tranås och lägst i Habo (Kolada.se).

Kolada.se 20241231				
65 år och äldre				
Område	Andel	Antal	Antal Kvinnor	Antal Män
Aneby	24,5	1 667	837	830
Eksjö	26,3	4 678	2 462	2 216
Gislaved	22,2	6 429	3 284	3 145
Gnosjö	22,7	2 076	1 064	1 012
Habo	18,6	2 506	1 304	1 202
Jönköping	19,1	28 235	15 225	13 010
Mullsjö	24,6	1 865	994	871
Nässjö	22,3	7 049	3 602	3 447
Sävsjö	24,0	2 771	1 405	1 366
Tranås	25,6	4 754	2 540	2 214
Vaggeryd	20,5	3 036	1 555	1 481
Vetlanda	25,0	6 877	3 574	3 303
Värnamo	22,9	7 920	4 186	3 734
Jönköpings län	21,6	79 863	42 032	37 831

Kolada 20241231				
Invånare 80 +				
Område	Andel	Antal	Varav kvinnor	Varav män
Aneby	6,5	442	246	196
Eksjö	7,8	1 386	804	582
Gislaved	6,8	1 973	1 142	831
Gnosjö	6,4	583	325	258
Habo	5,3	712	392	320
Jönköping	6,0	8 885	5 208	3 677
Mullsjö	6,8	514	284	230
Nässjö	6,6	2 074	1 141	933
Sävsjö	7,3	839	482	357
Tranås	8,6	1 596	932	664
Vaggeryd	5,8	865	495	370
Vetlanda	7,8	2 134	1 232	902
Värnamo	6,7	2 318	1 370	948
Jönköpings län	6,6	24 321	14 053	10 268

Programgrupp

Programgruppen Bästa platsen att åldras på har representanter från specialiserad vård, primärvård/rehabilitering, kommunal vård och omsorg, utvecklingsenhet och Folkhälsa.

Gruppen bestod 2024 av:

Helena Blom Håkansson	Utvecklingsledare, Kommunal utveckling
Joakim Edvinsson	Utvecklingschef, Medicinsk vård Region Jönköpings län
Susanne Lundblad	Utvecklingsledare, Qulturum Region Jönköpings län
Ulrika Nord Danielsson	Utvecklingskoordinator, Region Jönköpings län
Ulrika Stefansson	Utredare Region, Jönköpings län
Eva Timén	Folkhälsoutvecklare, Region Jönköpings län

Syfte

Programmet har samma syfte som programtiteln; att Jönköpings län ska vara bästa platsen att åldras på.

På lång sikt vill programmet bidra till att seniorer upplever god hälsa och livskvalitet, har god kunskap och möjlighet att ta hand om sin egen hälsa. Seniorer ska också få den vård hon behöver när hon behöver den och känna sig trygg och säker. Seniorer ska uppleva ökad delaktighet, social inkludering, samhällsengagemang och livsmiljö; att boende, utomhusmiljö, transporter är äldrevänligt.

Dessutom vill programmet bidra till att det är attraktivt att arbeta med äldre, att Regionen och kommunerna ligger högst i nationella kvalitetsmätningar 65+ och att en innovativ forskningsverksamhet bedrivs. Ur ett samhällsperspektiv vill programmet vara en del av en åldrerörelse och att ålderism minskar.

Logisk modell med förändringsteori för Bästa platsen att åldras är utvecklad, se bild nedan.

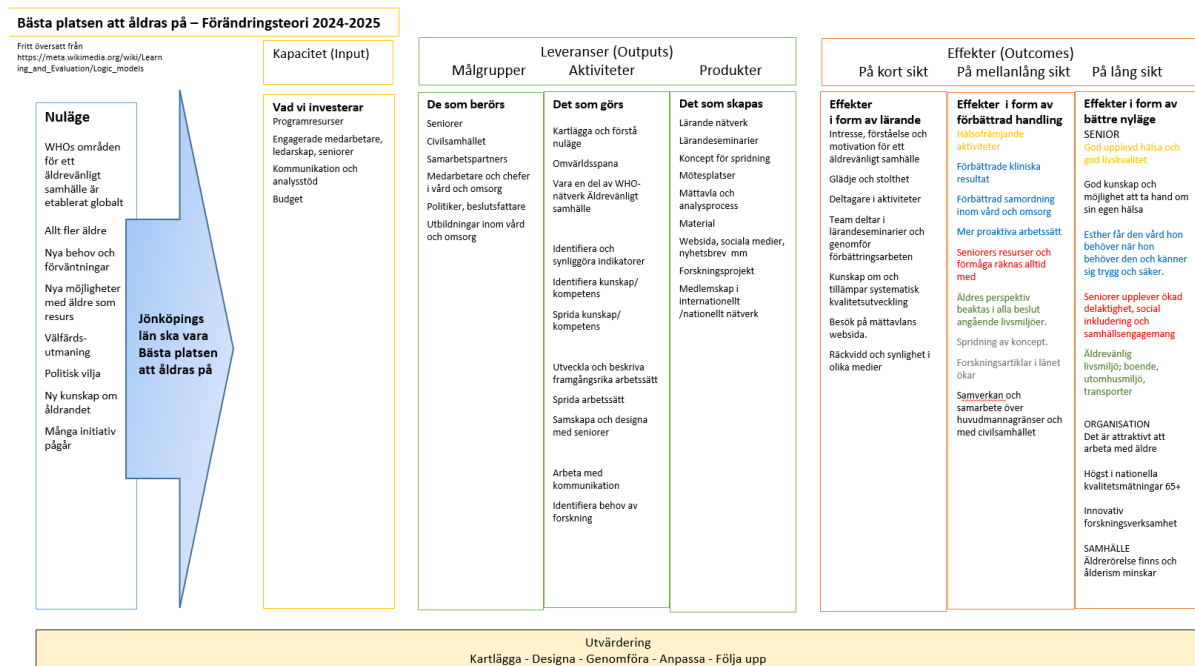
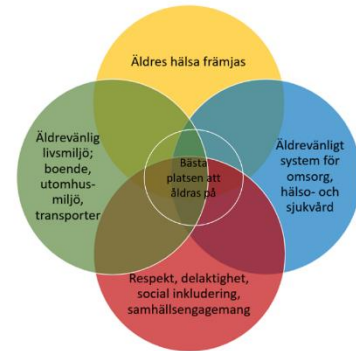


Bild: Förändringsteori framtagen av Bästa platsen att åldras på

Bästa platsen att åldras på inspireras av WHO:s beskrivning hur ett äldrevänligt samhälle skapas. WHO har åtta domäner som här sammanfattats i fyra områden:

- främja äldres hälsa
- äldrevänlig livsmiljö
- äldrevänligt system för omsorg, hälso- och sjukvård
- respekt, delaktighet, social inkludering och samhällsengagemang.



Områdena är illustrerade i Bästa platsen att åldras-blomman.

WHO age-friendly cities:

<https://extranet.who.int/agefriendlyworld/age-friendly-cities-framework/>

<https://www.healthycities.se/>

Bild: Fyra områden för ett åstadkomma Bästa platsen att åldras på. Illustration framtagen av Bästa platsen att åldras på.

Genomförda aktiviteter

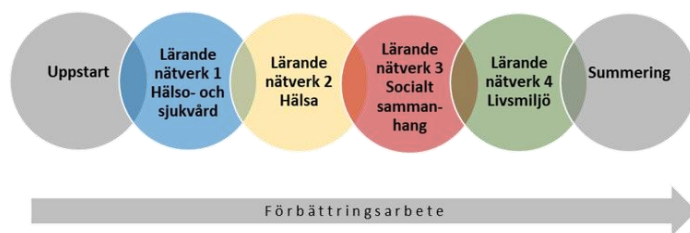
Lärandeseminarier

Program med Lärandeseminarier genomfördes under året.

Programmet omfattar 6 halvdags-tillfällen under nio månader med innehållet:

- Lärande om åldrandet och ett äldrevänligt samhälle.
- Berättelser från seniorer
- Kompetenshöjande föreläsningar från ämneskunniga
- Lokal, nationell och internationell inspiration
- Kunskap om och coaching att genomföra förbättringsarbete
- Ett systematiskt förbättringsarbete genomförs av teamet med och för seniorer.

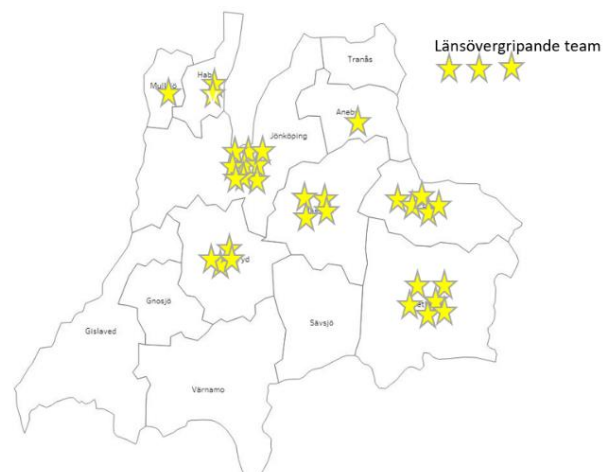
Varje team erbjuds coaching av erfarna coacher och stöd i analys och mätning.



Under 2024 avslutade sex team en omgång lärandeseminarier.

Teamen kommer från flera verksamheter inom länets kommuner och från Regionen.

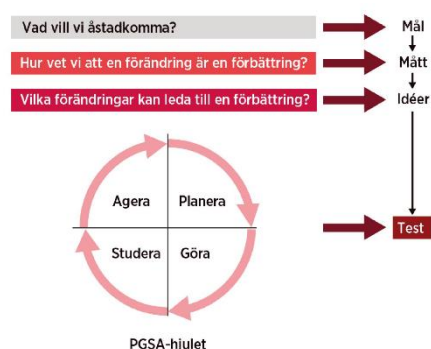
Bild: Illustration antal team från respektive område med förbättringsarbeten 2022–2024.



Deltagarna i Lärandeseminarier har många olika professioner. Se sammanställning nedan av deltagare 2021–2024.

Anhöringsamordnare	Enhetschef	Träningsassistent
Aktivitetssamordnare	Fysioterapeut/sjukgymnast	Undersköterska
Arbets terapeut	Medicinsk Ansvarig Rehabilitering	Utredare
Bibliotekarie, bibliotek	Projektledare	verksamhetsutvecklare
Biståndshandläggare	Senior	Vårdbiträde
Chef	Sjuksköterska, Distriktsköterska	Äldre konsulent
Chefssjuksköterska	Studieförbund, Cirkelledare	Äldrepedagog
Distriktsläkare	Teckentolk	

Lärandeseminarierna syftar till att stödja genomförande av lokala förbättringsarbeten och att skapa intresse, förståelse och motivation för ett äldrevänligt samhälle med målbilden Bästa platsen att åldras på. Teamen arbetar tillsammans med seniorer i förbättringsarbeten utifrån lokala behov och använder beprövade metoder för förbättringsarbeten. Teamen baserar arbetet på seniorers behov och säkrar att förändringen leder till förbättring. Teamen erbjuds coaching under och mellan seminarier. Förbättringsarbetena presenteras både muntligt och med poster vid varje lärandeseminarium och på avslutningen.



Förbättringsarbeten som genomförts eller pågår 2024 inom områdena:

- Dagliga aktiviteter på särskilt boende
- Digitala kontakter med närstående på särskilt boende
- Egentid på särskilt boende
- Fallprevention
- Fysisk aktivitet – träning
- Ofrivillig ensamhet

Under terminen påbörjade teamen förbättringsarbeten som fortsätter efter avslutad omgång. Coacherna finns tillgängliga för teamen även efter lärandeseminarier.

Redovisningar med posters och bildspel från avslutningstillfället 2024 finns publicerade [här](#).

Bild: Från avslutningsdagen med förbättringsteam, några deltagare saknas.



Seniorer

I Bästa platsens olika aktiviteter är målgruppen seniorer självklart delaktiga. Från forskning vet vi att hälsan påverkas positivt för seniorer som är delaktiga i samhället och känner meningsfullhet med livet.

I lärandeseminarier har seniorer deltagit vid varje tillfälle. De har haft föredrag utifrån sitt perspektiv som senior och varit bollplank i teamens förbättringsarbeten.

Vi arbetar vidare med att få ett stort nätverk med seniorer som medverkar i de olika aktiviteter som görs i Bästa platsen i Jönköpings län.



Bild: Dorothy Jansson Senior



Utvärdering

Lärandeseminarierna är mycket uppskattade. Deltagarna som avslutade lärandeseminarierna 2024 skattar tillfällena i medeltal 9 på en skala från 1–10 där 10 är bästa möjliga.

Kommentarer från deltagare:

"Bra seminarium, kul o inspiration till max. Har en nystart i mitt arbete o ser ljus på framtiden."

"Uppskattat särskilt seniorerna som delade med sig av sina erfarenheter och det gav mycket inspiration!"

"Det har varit bra att träffa andra, ta del av andras idéer, få en kick i rätt riktning."

Mötesplatser

En fantastisk inspirationsdag! Det var sammanfattning av dagen den 26 september 2024 då programgruppen arrangerade En dag om Bästa platsen att åldras på. Målgruppen var alla som arbetar inom hälsa, vård och omsorg för äldre i Jönköpings läns kommuner, Region Jönköpings län och civilsamhället.

Originalen på Qulturum i Jönköping fylldes med 120 deltagare för att ta del av föreläsningar som gav kunskap och inspiration för att vi ännu bättre ska bidra till att Jönköpings län blir Bästa platsen att åldras på. Föreläsningarna engagerade och hade rubriker som "Åldersvänliga Göteborg", "Åldersvänliga utemiljöer", "Verksamhetsutformning i nya särskilda boenden", "Nära vård", "Leva livet hela livet", "Internet of things" och som sista föreläsning "Hälsosamt åldrande - Hur blir vi starkare, spänstigare och smartare?" med Mattias Sunneborn och Anna Ek.

Runt om lokalerna fanns lokala utställare;

- Senior alert – ett nationellt kvalitetsregister för vårdprevention,
- Läkemedel och äldre
- Äldre och alkohol
- Leva livet
- Var dag värd att leva
- Gåfotboll
- Existentiell hälsa
- Kulturvän
- Datadriven utveckling i samverkan
- Länsbarometern
- Seniorwebben – Mediacenter
- En god munhälsa hela livet
- Passion för livet

I hösträdet hängde deltagarna många tankar och idéer om hur Jönköpings län ska bli bästa platsen att åldras på. Här kan du läsa några av dem.



"Räkna med mig, trots att jag är äldre!"

"Skapa mötesplatser över generationsgränser"

"Glöm inte de viktiga samtalen med den äldre"

"Var dag ska vara värd att leva – även det lilla räknas"



Medborgardialog

Programgruppen har tillsammans med Länsstyrelsen i Jönköpings län samt kommunledningen i Tranås kommun genomfört en medborgardialog i Tranås kommun med temat **Tranås - ett rikt liv som senior**.

I början av december 2024 träffades ett trettiotal seniorer, medarbetare i kommunala verksamheter, representanter i programgruppen Bästa platsen, Länsstyrelsen i Jönköpings län samt Tranås kommuns ledning och genomförde en medborgardialog.

Övergripande syften för kvällen:

- Det är viktigt att civila samhället är med och sätter riktning för arbetet med social hållbarhet i Tranås och Jönköpings län.
- Att tillsammans diskutera samhällsutmaningar i Tranås samt möjligheter för utökad samverkan mellan offentlig och idéburen sektor.
- Mötesplats och tillfälle att testa idéer och utvecklingsmöjligheter samt inspirera varandra i det fortsatta arbetet med social hållbarhet.
- Få en lägesbild över hur seniorer i Tranås har det.

Huvuddelen av kvällen ägnades åt samtal i mindre grupper utifrån de fyra hälsoområdena Fysisk, Psykisk, Social och Existentiell hälsa utifrån temat "ett rikt liv som senior".



Länsstyrelsen kommer under 2025 att sammanställa materialet och därefter blir det fortsatt arbete för Tranås kommun att arbeta vidare mot sin vision; Tranås - ett rikt liv som senior.



Bild från Medborgardialog Tranås kommun

Forum Geriatrikum

Forum Geriatrikum är en serie föreläsningar fyllda med inspiration och lärande inom vård och omsorg för äldre. Föreläsningarna är till för personer som arbetar med äldre inom kommuner och region och har under 2024 haft 313 deltagare.



Sista torsdagen i månaden kl. 15:00-15:45 sänds öppna föreläsningar digitalt. Teman för 2024 har varit: Sömnhälsa, Ögats normala åldrande, Suicid, Ljus, rum och hälsa, HBTQI, Sexualitet, Psykofarmaka, Utemiljöer under värmebölja. Samtliga föreläsningarna spelas in och publiceras på [Geriatrikum-Folkhälsa och sjukvård](#). Fortsättning är planerad för 2025.

Under 2024 genomfördes även två kompetenshöjande föreläsningar riktade till den kommunala hälso- och sjukvården.

Ambitionen är att programmet ska bidra till kunskapsutveckling på olika sätt. Kontakter har initierats med Hälsohögskolan och Jönköping Academy. Följeforskning på hela programmet är önskvärt men ännu saknas förutsättningar för detta.

Forskning

Geriatrikum är ett samarbete i Jönköpings län för att stärka geriatrik forskning, kompetens och utveckling inom länet oavsett vårdgivare eller vårdprocess. Jönköpings län har en politisk ambition att vara den bästa platsen att växa upp på och den bästa platsen att åldras på. Geriatrikum ska medverka till att stärka och utveckla det geriatrika området.

Geriatrikum, i samarbete med Bästa platsen att åldras på, arrangerade i maj en förmiddag om forskning i Jönköpings län om äldre och åldrande. Syftet med dagen var att skapa en gemensam bild av den forskning om äldre och åldrande som pågår i länet och ta gemensamma steg framåt.



Dagen lockade ett 30-tal personer från Region, kommuner, Jönköping University samt seniorer. Deltagarna inleddes med berättelser från seniorer om vad som är viktigt för dem. Vi fick också ta del av och workshopa om Forskningens förutsättningar i länet, Digifysisk vård, Läkemedelsbehandling och Mot ett Socialförvaltningsuniversitet. Idéer genererades kring forskningsrågor och design som kommer att fortsätta bearbetas i återkommande nätverksträffar.

Resultat

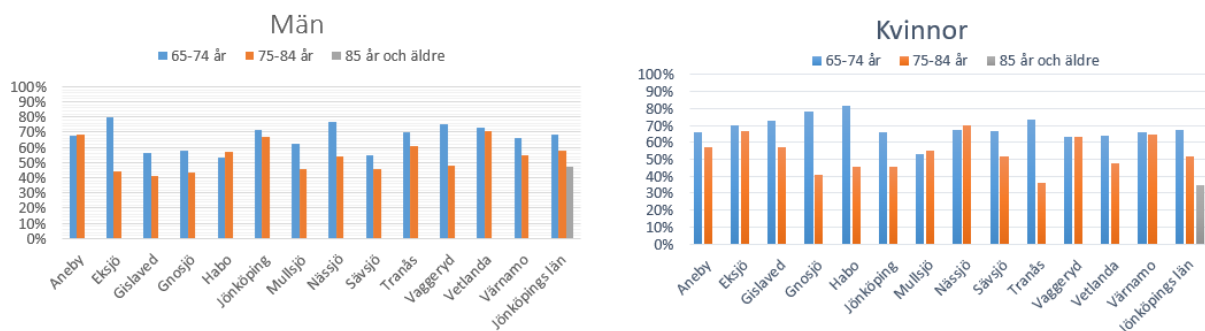
I Bästa platsen att åldras på används indikatorer för att utveckla programmet och svarar på frågan vad vi kan lära av genomförda aktiviteter och justera designen på programmet gradvis.

Indikatorer används för att ur olika perspektiv synliggöra hur Jönköpings län blir den Bästa platsen att åldras på. Indikatorerna är kopplade till att främja äldres hälsa, en äldrevänlig livsmiljö, ett äldrevänligt system för omsorg, hälso- och sjukvård och respekt, delaktighet, social inkludering.

Arbetet är långsiktigt och effekter av förbättrings- och utvecklingsarbeten kan ibland dröja. Vi arbetar med processer som vi vet ger effekt på sikt och följer processmått istället.

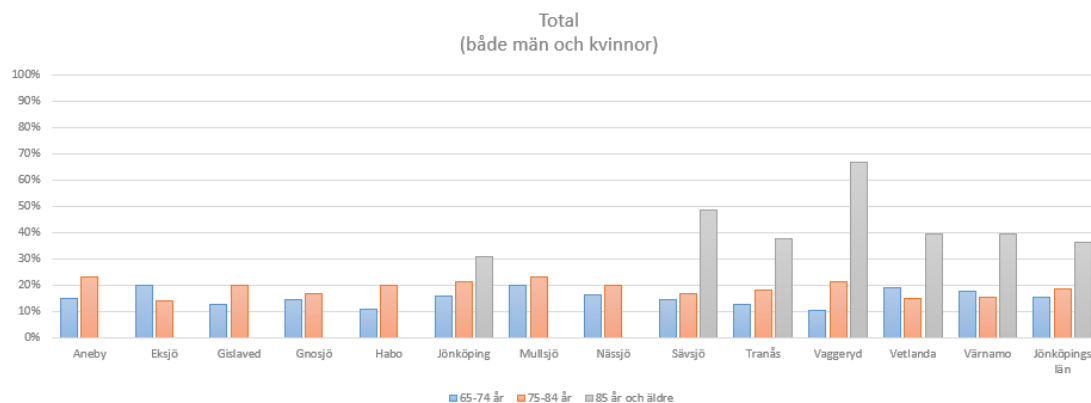
Resultatindikatorer har definierats av Regioner och kommuner i samverkan (REKO). Det finns indikatorer i gemensamma måttavlor kopplat till *Förstärkt lokal samverkan* samt i folkhälsoenkäten *Hälsa på lika villkor*. Uppgifter på kommunnivå ur *Hälsa på lika villkor* uppdateras vart fjärde år, nya uppgifter publiceras 2026.

Allmänt självskattat hälsotillstånd.
Fråga: Hur bedömer du ditt allmänna hälsotillstånd?
Mycket bra eller bra allmänt självskattat hälsotillstånd



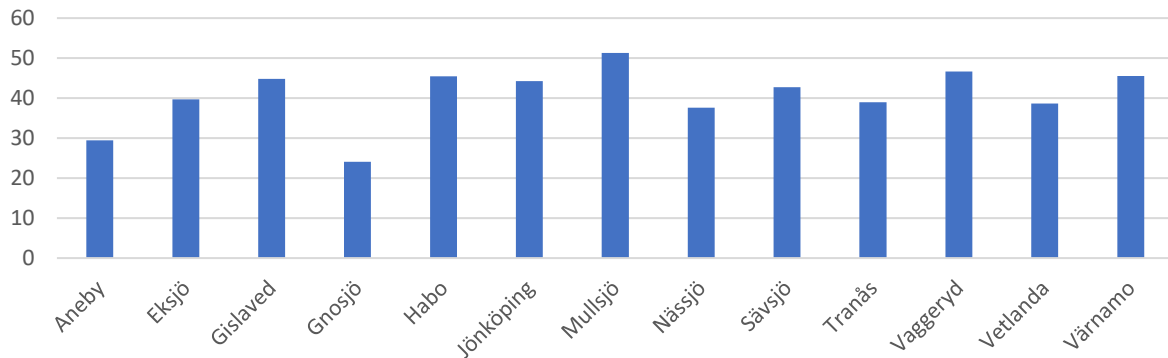
***Sekretess:** För enkätdata redovisas ej uppgifter som baseras på färre än tio individer.
Källa: Hälsa på lika villkor, Folkhälsomyndigheten. 2022

Besvär av ensamhet och isolering
Fråga: Upplever du besvär av ensamhet och isolering.
Ja låtta besvär, Ja svåra besvär



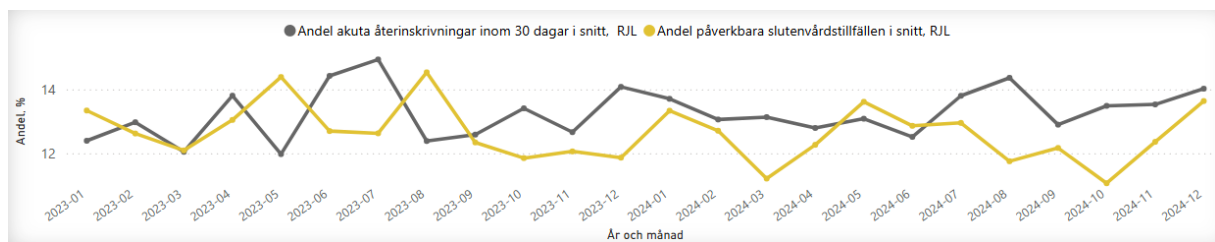
***Sekretess:** För enkätdata redovisas ej uppgifter som baseras på färre än tio individer.
Källa: Hälsa på lika villkor, Folkhälsomyndigheten. 2022

Antal fall per 1000 personer över 75 år, år 2024



Källa: Diver, RJL.

Återinskrivningar inom 30 dagar och påverkbara slutenvårdstillfällen (%) 2023-2024, samtliga kommuner i länet.



Källa: Statistik för samverkan mellan kommuner och region – Folkhälsa sjukvård [Microsoft Power BI](#)

Programindikatorer som följs är antal team och deltagare i lärande seminarier, lärande nätverk och andra mötesplatser och spridningsaktiviteter. Varje aktivitet utvärderar deltagarnas upplevelse och resultatet används i fortsatt planering av programmet.

Kommunikation

Webbplats

Bästa platsens webbplats finns här: <https://utveckling.rjl.se/basta-platsen/aldre>

Nyhetsbrev

Regelbundna nyhetsbrev har skickats ut till verksamheter inom Region, kommuner och till seniorer.

Social media

Sociala medier är ett utvecklingsområde. #bästaplatsenattåldras är framtagen, men har använts i begränsad omfattning.

Media

Flera av de projekt som har ingått och ingår i Bästa platsen att åldras på har uppmärksammats i olika media internt i kommuner och Social media. Sveriges Radio Jönköping rapporterade från inspirationsdagen i maj. Mattias Sunneborn, Dorothy Jansson och Ulrika Stefansson berättade om varför det är viktigt att tillsammans arbeta med Bästa platsen att åldras på.



Omvärldsbevakning

Nordiskt nätverk

Programgruppen har förmånen att vara gäster i det *Nordiska nätverket om åldersvänliga städer och samhällen* och har under året deltagit i två digitala nätverksmöten, och en fysisk träff www.nordicwelfare.org. Programgruppen kommer även nästa år vara en del av nätverket med syfte att inspireras, lära och ta hem goda koncept till länet.

Programgruppen hade kontakt och utbyte med Göteborgs stad som också är del av det Nordiska nätverket.

Ekonomi

Aktiviteter finansierades under året av organisationernas gemensamma medel.

Presentationer

Bästa platsen att åldras presenterats i olika nätverk och forum bland annat Region Jönköpings läns chefsdag och Bra Liv arena. Återkoppling har skett till Strategigrupp Äldre samt Ledningsgrupp för samverkan, REKO.

Samtliga kommunala nätverk inom äldreområdet som Kommunal utveckling har ansvar för har kontinuerligt fått information och inbjudningar.

Utvecklingsområden

Det finns stora möjligheter att fortsätta arbetet att göra Jönköpings län till Bästa platsen att åldras. Under året har det blivit allt tydligare att förutom hälsa och vård är livsmiljön och det sociala sammanhanget av stor betydelse för ett gott äldre.

Konceptualisering och spridning av arbetssätt behöver fortsatt utvecklas. Bästa platsen att åldras på kan användas mycket mer systematiskt för detta.

Utveckling av system för att följa och utvärdera programmet och ett äldrevänligt samhälle är ytterligare ett viktigt utvecklingsområde.

Fler aktörer behöver framöver känna till och delta i programmet. Därför behöver Bästa platsen att åldras att marknadsföras och spridas i länet.





Slutord

Programgruppen är stolt över arbetet som har gjorts under året och ser fram emot att fortsätta ambitionen att Jönköpings län ska vara bästa platsen att åldras på.