



Utvecklingsplattformen Bästa platsen att åldras på är i en spännande fas med flera olika aktiviteter och initiativ där seniors hälsa är i fokus.

Spaning från en senior

Elsa Ask, 85 år, säger *”Det är en väldigt bra period för mig just nu”*. Elsa har senaste åren opererat både höft och knä och skickar med några tips:

- ✓ Träning är viktigt livet ut och seniorer kan behöva stöd i sin träning.
- ✓ Att personal visar glädje när de möter senioren – smittar av sig.
- ✓ Sociala sammanhang är viktiga. Ett sammanhang som Elsa är med i är digitala kompisar som ses varje fredag. *”Vilken rikedom att ösa ur”*.



Lärandeseminarium

I början av december träffades sju team för att lära mer om temat Omsorg, hälso- och sjukvård, rehabilitering. Julian Pascual Fuentes, överläkare på Geriatriken Ryhov gav oss en inblick i det som är viktigt att tänka på när äldre personer blir sjuka. Vissa allmänna symtom visar på sjukdom, men inte på vilken; avmagring/vikt förlust, intorkning, svimning/fall, immobilisering, gångsvårigheter, konfusion, inkontinens, smärta, oro och sömnstörningar. Därför är det extra viktigt med

- Tid
- Noggrannhet
- Engagemang
- Kompetens
- **Alla i teamet!**

Teamen som deltar i lärandeseminarier är

Ingsbergsgården Nässjö kommun – Möjliggöra digitala träffar med närstående.
 Bra liv Eksjö – Utveckla äldremottagning.
 Bruksgatan äldreboende Jönköpings kommun – Egentid.
 Rehabteam Vaggeryds kommun – Fallprevention.
 Bondbergets- och Österängens äldreboende – Ökad delaktighet i aktiviteter.
 Vetlanda kommun – Träningsviljan.
 Eksjö kommun – Frivilligverksamhet för att motverka ensamhet

December 2023

Ett läns gemensamt program för utvecklingsarbete, med fokus på äldre, Bästa platsen att åldras på, startade hösten 2022. Uppdraget kommer från Strategigrupp äldre.

SYFTET

är att Jönköpings län ska bli bästa platsen att åldras på.

Programmet har inspirerats av Världshälsoorganisationens (WHO) arbete med ett Äldrevänligt samhälle och Hälsosamt åldrande inom områdena

- Hälsa
- Omsorg hälso- och sjukvård, rehabilitering,
- Socialt sammanhang
- Livsmiljö



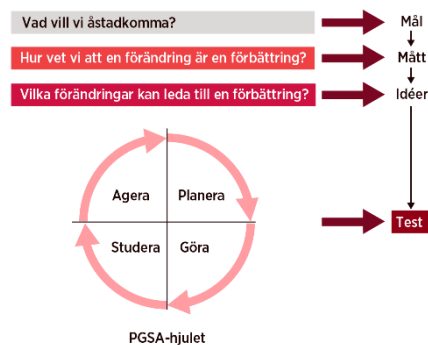
GENOM

- Lärandeseminarier
 - Lärande nätverk
 - Forum Geriatrikum
 - Forskning
 - Mötesplatser
 - Och mycket annat
- sker utveckling och förbättringar utifrån lokala behov, möjligheter och utmaningar.

Samverkan, lärande, erfarenhetsutbyte, inspiration, mål och resultat är nycklar till framgång.

Teamen arbetar just nu för fullt med sina förbättringsarbeten; tydliggöra baslinje, mål, nulägesanalys och börja testa idéer. Vi utgår från Förbättringsmodellen.

Nästa Lärandeseminarium är den 18 januari 09:00-16.00 på Qulturum i Jönköping.



Nätverk Åldersvänliga städer

I november deltog representanter från Bästa platsen äldre i en nordisk nätverksträff. Livs- och boendemiljön för äldre var ett fokus och vikten av att bygga ett samhälle som passar för äldre är alldeles nödvändigt med tanke på demografin.

På nätverksträffen fick Joakim Edvinsson, Utvecklingschef Medicinsk vård, tillfälle att intervjua Kenny Jansson, som är samordnare för ett äldrevänligt samhälle i Uppsala: https://youtu.be/-9D_J4DcSso

Allt behöver inte vara avancerat och dyrt. I äldrevänliga Göteborg har man ställt ut "Pratbänkar" som inbjuder till sociala kontakter.



Forum Geriatrikum



Forum Geriatrikum är en serie digitala föreläsningar fyllda med inspiration och lärande inom vård och omsorg för äldre sista torsdagen i månaden kl. 15:00-15:45. Föreläsningarna är till för de som arbetar med äldre inom kommuner och regioner.

Torsdagen den 25 januari är vårens första föreläsning som kommer att handla om Sömn och äldre Sandra Öberg från Hälsohögskolan föreläser. Välkommen med!

Forskardag Geriatrikum

Forskare och forskningsintresserade träffades en förmiddag på Verket i Jönköping för att ta del av och inspireras av pågående forskning om äldre och åldrandet. Många olika forskningsstudier är med och bidrar till att Jönköpings län ska bli bästa platsen att åldras på.

Under förmiddagen fick deltagarna ta del av glimtar av pågående forskning:

- Sofi Fristedt Valfärdstekniksutmaningar, Movadot
- Elida Floberg REAGERA
- Sandra Öberg Sömnhälsa hos äldre
- Björn Westerlind NorDAS-studien
- Therese Bielsten How is care organized for young people with dementia?
- Ingemar Kåreholt Daily-BPSD
- Malin Holmqvist Äldre och läkemedel

Förmiddagen var intressant med engagerade deltagare som enades om att en fortsättning behövs. Ny halvdag planeras till våren.

Inspirationsdag Bästa platsen att åldras 26 september 2024

Boka in dagen i din kalender redan nu. Vi möts för att lära mer och Livsmiljö för seniorer.



Vill du veta mer om Bästa platsen att åldras på är du välkommen att höra av dig till programgruppen

Ulrika Stefansson (Folkhälsa och sjukvård) ulrika.stefansson@rjl.se

Joakim Edvinsson (Medicinsk vård) joakim.edvinsson@rjl.se

Eva Timén (Folkhälsa och sjukvård) eva.timen@rjl.se

Susanne Lundblad (Qulturum) susanne.lundblad@rjl.se

Helena Blom Håkansson (Kommunal utveckling) helena.blom.hakansson@rjl.se