

Välkommen till inspirationsdag

# Bästa platsen att åldras på

När: 26 september 2024

Tid: 9:00-16:00

Var: Qulturum, Ryhovsområdet, Jönköping



Vi återupprepar succén, nu kommer en ny möjlighet att vara med på en Bästa platsen dag. Hur skapar vi förutsättningar för ett hälsosamt åldrande i en föränderlig omgivning?

## För vem?

Dagen är en mötesplats för dig som på olika sätt arbetar med och för äldre i Jönköpings läns kommuner, Region Jönköpings län och civilsamhället. Ta tillfället att få idéer och inspiration till att utveckla och förbättra, med målet att Jönköpings län ska bli bästa platsen att åldras på.

## Några föreläsare

Se alla föreläsare i programmet på sidan 2



**Mattias Sunneborn**  
*Fd. Elitidrottare,  
specialist i träning  
för äldre*



**Anna Ek**  
*Leg. Fysioterapeut*



**Emma Matsson**  
*Utvecklingsledare  
Åldersvänliga  
Göteborg*



**Anette Nilsson**  
*Utvecklingsstrateg  
Region Jönköpings  
län*

## Minimässa

Under dagen kommer det finnas en minimässa, några exempel:

- Senior alert – ett nationellt kvalitetsregister för vårdprevention
- Läkemedel och äldre
- Äldre och alkohol
- Leva livet
- Aktiviteter på Särskild boende
- Mediacyter
- Existentiell hälsa
- Datadriven utveckling
- Äldre och fritid
- En god munhälsa hela livet

## Kostnad

450 kr kronor per person inkl. lunch och fika. Anmälan kan överlåtas till annan.

## Anmälan

senast **18 september** via länk

[Bästa platsen att åldras - 20240926 \(esmaker.net\)](https://esmaker.net)

eller via QR kod



## Frågor?

[bastaplatsenaldras@rjl.se](mailto:bastaplatsenaldras@rjl.se)

# 26 september 2024 - En dag om Bästa platsen att åldras på

## Välkommen

*Helena Blom Håkansson, utvecklingsledare, Kommunal utveckling*

*Ulrika Stefansson, utredare, Folkhälsa och sjukvård*

*Elsa Ask, Dorothy Jansson och Inger Norrlin, seniorer*

## Inledning

*Annette Frisk, folkhälsochef, Folkhälsa och sjukvård*

## Vad är Bästa platsen att åldras på och vad är viktigt för Esther?

*Helena Blom Håkansson, utvecklingsledare, Kommunal utveckling*

*Ulrika Stefansson, utredare, Folkhälsa och sjukvård*

## Åldersvänliga Göteborg - En stad för ett gott åldrande och ett hållbart samhälle

*Emma Matsson, utvecklingsledare, äldre samt vård- och omsorgsförvaltningen*

## HEAT - Åldersvänliga utemiljöer under värmebölja, för och av äldre personer

*Johanna Johansson, doktorand hälsa och välfärd, Hälsohögskolan*

## Verksamhetsutformning av nya särskilda boenden för äldre

*Jenny Wiberg Larsson, områdeschef äldreomsorg, Jönköpings kommun*

*Mia Chaib, lokalplaneringschef, Jönköpings kommun*

*Cecilia Landerholm, lokalplanerare, Jönköpings kommun*

## Bästa platsen och nära vård

*Anette Nilsson, utvecklingsstrateg, Region Jönköpings län*

## Leva livet hela livet

*Malin Thörnberg, hälsosamordnare, Jönköpings kommun*

*Ing-Marie Jonsson, äldrekonstulent, Jönköpings kommun*

## Internet of things – en läns gemensam investering

*Simon Hillfors, utvecklingsledare digitalisering, Kommunal utveckling*

## Hälsosamt åldrande - Hur blir vi starkare, spänstigare och smartare? Konkreta tips utlovas!

*Mattias Sunneborn fd. elitidrottare i längdhop, specialist i träning för äldre och Anna Ek, leg. fysioterapeut*

*MedicRehab Jönköping*

**Det kommer också finnas en spännande minimässa att ta del av vid programpauser.**

Hitta till Qulturum [Qulturum – Google Maps](#)



## Bästa platsen att åldras på

Region Jönköpings län, länets kommuner och civilsamhälle arbetar tillsammans för att Jönköpings län ska bli bästa platsen att åldras på. Satsningen är den del av [Gemensam plan för primärvård](#).

Vi utgår ifrån WHO:s beskrivning hur ett äldrevänligt samhälle skapas: främja äldres hälsa; äldrevänlig livsmiljö; äldrevänligt system för omsorg, hälso- och sjukvård; samt respekt, delaktighet, social inkludering och samhällsengagemang. Initiativet Bästa platsen att åldras på sprider engagemang, kunskap och kompetens om åldrandet och i samskapande med seniorer utvecklas och sprids goda arbetssätt.

Här finns mer information om [Bästa platsen att åldras på](#)