

Bästa platsen att åldras på

April 2022



Region och kommuner i Jönköpings län i samverkan

Den 26 april träffades teamen igen i Lärande nätverket i utvecklingsplattformen Bästa platsen att åldras på. Denna eftermiddag var nätverksträffen i Metodikums lokaler i den nya delen av Länssjukhuset Ryhov.

Teamens förbättringsarbeten

Deltagare från teamen presenterade sina postrar med förbättringsarbeten och delade erfarenheter. Det var en konstruktiv och positiv dialog i rummet när alla möttes på plats. Alla är på god väg i sina arbeten och vissa team har börjat samverka med varandra, vilket är en väldigt positiv effekt av lärande nätverket.



Spaningar från en senior

Ing-Britt Quarfordt berättade om stavgången som hon leder på Öxnehaga och delade med sig av sitt inspirerande engagemang.

Samverkan

Lotta Damberg, socialchef i Vaggeryds kommun beskrev varför samverkan på olika nivåer, mellan olika verksamheter och förvaltningar är så viktig. Hon förmedlade att

ensam inte är stark utan att vi är starkast och smartast tillsammans, vi går mot en ny morgondag då medborgaren är i fokus.

Besök från Skellefteå

Ejja Häman Aktell och David Johansson presenterade och inspirerade från Skellefteå kommun, där de jobbat med Min förberedelse och deras lokala samordningsmodell.



BAKGRUND

På uppdrag att Strategigrupp äldre startas nu ett läns-gemensamt utvecklingsarbete som utgår från lokala behov, möjligheter och utmaningar, Bästa platsen att åldras på.

SYFTE

Systematiska förbättringar ska leda till nya och förbättrade arbetssätt, gemensamt lärande och spridning av kunskap med målet att Jönköpings län blir bästa platsen att åldras på.

LÄRANDE NÄTVERK ÄR

En grupp människor som delar ett gemensamt syfte, och som samlas för att uppnå gemensamma målsättningar.

En mötesplats för erfarenhetsutbyte, samverkan, lärande och inspiration mellan teamen och med seniorer.

Inspiration nationellt och internationellt.

FÖRBÄTTRINGSARBETE

Lokalt förbättringsarbete görs av team inom olika förbättringsområden och får stöd av coacher.

Beprövade förbättringsmetoder används.

Arbetet följs av utvalda indikatorer och mätetal.

Koncept skapas och sprids.



KOMMUNAL UTVECKLING
JÖNKÖPINGS LÄN



Region
Jönköpings län

Friluftsliv och äldre




Lisa Bergström på Kommunal utveckling deltog via Zoom. Hon berättade om att vara ute i naturen kan medföra en rad positiva effekter för hälsan, till exempel minskad stress, stärkt kognitiv förmåga, förbättrad psykisk och fysisk hälsa. Studier visar att naturen/grönska ger smärtlindring, ökar motivationen till fysisk aktivitet, stärker

immunförsvaret, hjälper hjärnan att varva ner, minskar oro, ger bättre sömn, ger sinnesfrid och lyckorus. Även korta naturmöten på 4-5 minuter hjälper!

Vad kan vi göra?

- Följ med ut!
- Räcker att sitta på en stubbe!
- Skapa sittplatser i gröna miljöer
- Skapa viloplatsers längs med promenadstråk
- Vägvisa ut i naturen på olika sätt – appar, kartor, föreningsliv som kan följa med ut
- Tillrätta lägg naturen där det går – hela kommunens ansvar inte bara en förvaltning. Arbeta på tvären.
- Om man inte kan gå ut så låt naturen komma till dem – odlingslådor, hönor, får, grönska på gården, äppelträd osv.
- Äldrekolle
- Osv



Länk till broschyr: [Frisk-i-natur.pdf \(svenskfriluftsliv.se\)](https://www.svenskfriluftsliv.se/frisk-i-natur.pdf)

Nästa tillfälle för det lärande nätverket är den 2 juni kl 12-16 och vi möts då på Kungsporten i Huskvarna.

Vill du veta mer välkommen att höra av dig till programgrupp och coacher:

Gunnel Baazius (Kommunal utveckling) gunnel.baazius@rjl.se

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 (Kulturum) susanne.lundblad@rjl.se

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

