



Den 21 februari träffades teamen i Bästa platsen att åldras en halvdag med tema Livsmiljö.



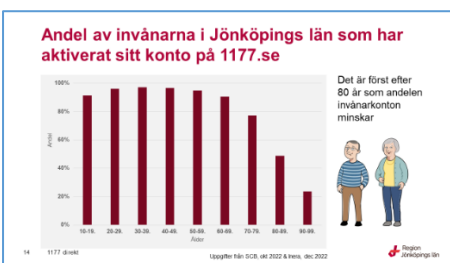
”Vill du bli lycklig hela livet, så skaffa dig en trädgård.”, är hämtat från ett kinesiskt ordspråk.

Seniorspaning

Dorothy Jansson inledde dagen med en spaning kring livsmiljö och olika faktorer som har betydelse, hur viktigt det är att vara delaktig i samhället, att känna gemenskap, vara behövd och att ha en uppgift tex genom att hjälpa andra. Man kan till exempel engagera sig som volontär efter yrkeslivet.



e-Hälsa och 1177



Sven-Åke Svensson, e-hälsostateg i Region Jönköpings län berättade om 1177 som är ett av Sveriges mest välkända varumärke. 1177 finns i form av telefon, webbplats och digitala tjänster via 1177. Tjänsten ska öka tillgängligheten till första linjens vård och vara tillgänglig för alla i

befolkningen på enkla sätt. 1177 Direkt är en helt ny chattfunktion där man kan ta kontakt digitalt först, och beroende på symptom och allvarlighetsgrad får man hjälp eller blir hänvisad vidare utifrån behov.

Februari 2024

Ett länsgemensamt 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

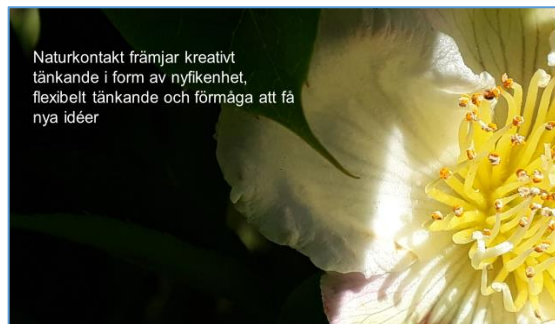
- Lärandedseminarier
- Lärande nätverk
- Forum Geriatrikum
- Forskning
- Mötesplatser och mycket annat, sker utveckling och förbättringar utifrån lokala behov, möjligheter och utmaningar.

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

Utemiljö

Robert Burman, landskapsarkitekt i Region Jönköpings län, berättade om utemiljöns betydelse för hälsan och att utsikt med naturinslag och tillgång till dagsljus i vårdsammanhang stärker hälsan på olika sätt:

- Mindre stress, smärta, oro
- Bättre fysiskt och psykiskt välmående
- Sänkt puls och blodtryck
- Bättre sömn och sömnmönster
- Färre demenssymptom
- Minskad medicinering



Naturkontakt främjar kreativt tänkande i form av nyfikenhet, flexibelt tänkande och förmåga att få nya idéer

Robert berättar vidare om ett sätt att tänka på kring grönska i utemiljö enligt 3-30-300. Det innebär att varje person bör ha möjlighet att se tre träd från sin bostad, varje stadsdel eller omgivning ute behöver ha 30% täckning av trädkronor och alla ska kunna nå ett grönområde 300 meter från sin bostad.

Förbättringsarbete, mätningar och resultat



Ulrika Stefansson berättade om mätningar, olika typer av diagram för att presentera resultat, samt att många mätningar kan göras på flera sätt för att kunna jämföra resultat. Mätningar för olika ändamål; för forskning, för att jämföra och för utveckling och förbättringar.

Under eftermiddagen fanns tid för eget arbete och möjlighet att få coaching i teamen.

Avslutning 9:e april

Vid avslutningen den 9:e april presenterar alla team sina förbättringsarbeten och postrar och vi firar alla fina förbättringsarbeten!



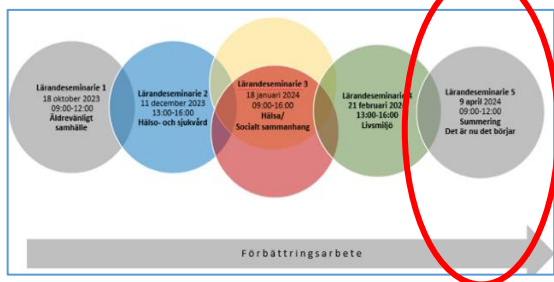
Exempel på Poster



Via länken nedan finns mallar som kan användas till Postern.

[Metoder vid innovation, lärande och förnyelse-Folkhälsa och sjukvård \(rjl.se\)](#)

Nästa gång är sista tillfället i denna omgång av lärandeseminarier.



Vill du veta mer, 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