



Årsrapport 2022

Bästa platsen att åldras på

Programgrupp

Joakim Edvinsson

Ulrika Stefansson

Gunnel Baazius

Susanne Lundblad

Eva Timén

Helena Blom Håkansson



KOMMUNAL UTVECKLING
JÖNKÖPINGS LÄN



Region
Jönköpings län

Bakgrund

Bästa platsen att leva på är en plattform för länsgemensamma utvecklingsområden där Region Jönköpings län och 13 kommuner samverkar inom hälsa, vård och omsorg tillsammans med invånare, i hela länet under hela livet. 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 uppbyggda kring sjukdomar och institutioner, till ett system som är designat för människors vardag och samtidigt klara välfärdens utmaningar där fler kommer försörja färre. 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 invånarna 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 det gemensamma 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 för att ge stöd åt just dessa pågående och nya utvecklingsarbeten.

Demografi

I Jönköpings län varierar andelen 65, där Eksjö har högst andel och Habo lägst. Andelen 80 år och äldre är högst i Tranås och lägst i Habo.

	Andel 65+	Antal 65+		Andel 80+	Antal 80+
Eksjö	25.3	4 518	Tranås	7.8	1 472
Tranås	24.9	4 700	Eksjö	6.9	1 235
Vetlanda	24.3	6 712	Vetlanda	6.8	1 889
Mullsjö	24.1	1 790	Sävsjö	6.6	776
Sävsjö	23.6	2 760	Värnamo	6.1	2 107
Aneby	23.0	1 587	Gislaved	6.0	1 767
Värnamo	21.8	7 543	Nässjö	5.9	1 860
Gnosjö	21.5	2 055	Mullsjö	5.6	415
Nässjö	21.5	6 837	Aneby	5.5	378
Gislaved	21.1	6 223	Jönköping	5.4	7 763
Vaggeryd	19.8	2 926	Gnosjö	5.2	500
Jönköping	18.9	27 199	Vaggeryd	5.1	756
Habo	18.0	2 304	Habo	4.2	533

Källa: Kolada.se

Uppstart

Programgrupp

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

Gruppen består av:

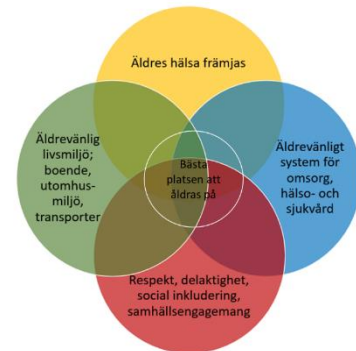
Joakim Edvinsson	Utvecklingschef Medicinsk vård Region Jönköpings län
Ulrika Stefansson	Utredare Region Jönköpings län
Gunnel Baazius	FOU-ledare Kommunal utveckling
Susanne Lundblad	Utvecklingsledare Kulturmuseum Region Jönköpings län
Eva Timén	Folkhälsoutvecklare Region Jönköpings län
Helena Blom Håkansson	FOU-ledare Kommunal utveckling
Ulrika Nord-Danielsson	Utvecklingskoordinator Region Jönköpings län

Omvärldsbevakning

WHO

Bästa platsen att åldras på inspireras av WHO:s beskrivning hur ett äldrevänligt samhälle skapas. WHO har 8 domäner som vi har sammanfattat i 4:

- 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/>

Hallstahammar

Hallstahammar är en del av Världshälsoorganisationen WHO:s nätverk för äldrevänliga städer och kommuner. Programgruppen hade förmånen att göra ett digitalt studiebesök i kommunen. Hallstahammar beskriver att WHO:s nätverk har gett vidgade perspektiv och det blir ett signalvärde för alla. Det blir allvar och ytterst tar politiken besluten. Kommunen hittade sina gap genom baslinjebedömning som bygger på WHO:s 8 områden utifrån det har de arbetat. Alla i kommunen är inte med på tåget men mycket är med. Man är väldigt nöjd med att bostadsbolaget är med. Kommunen har en igenkännande symbol för äldrevänligt samhälle i sociala medier och använder alla sina kanaler för att nå ut.

Vi tar med oss många saker från det besöket:

- Följ och arbeta med WHO:s alla 8 punkter (som vi sammanfattat i 4 punkter)
- Jobba nära pensionärerna och lyssna på dem.
- Gap-baslinje-MÅL
- Delta i WHO nätverk
- Skapa ringar på vattnet. Det är en rörelse och inget projekt.
- "Våga låta det leva sitt eget liv"
- "Genomföra-påverka-inspirera"

Programgruppen har kontakt med och fått del av material från *Göteborgs stad* som också är del av WHO:s nätverk.

Vi hade förmånen att vara gäster i det *Nordiska nätverket om åldersvänliga städer och samhällen* och har hittills deltagit i ett nätverksmöte, www.nordicwelfare.org. Programgruppen kommer även nästa år vara en del av nätverket,

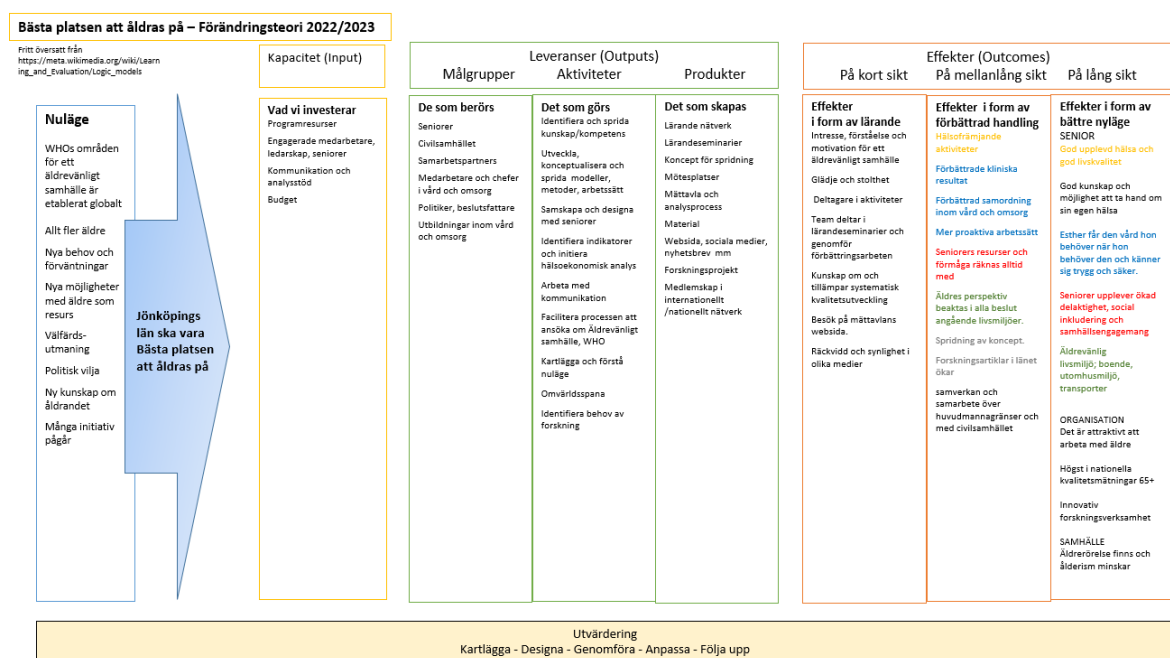
Analys

I inledning av året gjorde programgruppen en strategisk planering med bland annat SWOTanalys. Den användes sedan för att designa förändringsteorin, en logisk modell, för arbetet.

De långsiktiga effekterna av programmet för senioren är primärt en god upplevd hälsa, livskvalitet, god kunskap och möjlighet att ta hand om sin egen hälsa. Hälso- och sjukvårdssystemet ser till att Esther (som vi här kallar senioren) får den vård hon behöver när hon behöver och känner sig trygg och säker. Seniorer upplever ökad delaktighet, social inkludering och samhällsengagemang, länet har äldrevänlig livsmiljö avseende boende, utomhusmiljöer och transporter.

För organisationerna som arbetar med äldre vill programmet långsiktigt bidra till att det är attraktivt att arbeta med äldre, att länet hamnar högst i nationella kvalitetsmätningar 65+ och bedriver en innovativ forskningsverksamhet.

För samhället vill programmet bidra till att skapa en åldrerörelse och att ålderismen minskar.



Ekonomi

Lärandeseminarier och mötesplatser har i uppstarten bekostats av organisationernas gemensamma medel.

Genomförda aktiviteter

Lärandeseminarier

Två program Lärandeseminarier har under året genomförts eller pågår i Bästa platsen att åldras på.

Programmet omfattar 6 tillfällen med innehållet:

- Lärande om åldrandet och ett äldrevänligt samhälle.
- Berättelser från Seniorer
- Föreläsningar från ämneskunniga
- Lokal, nationell och internationell inspiration
- Kunskap om och stöd 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



Totalt har 13 team deltagit och genomfört 13 olika förbättringsarbeten.

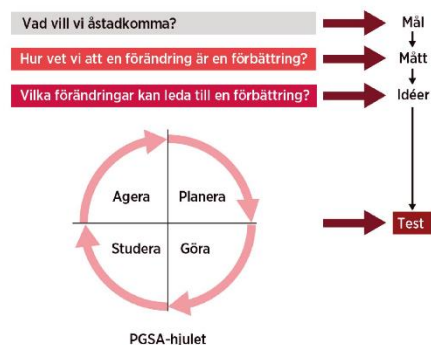
Teamen kommer från flera verksamheter inom länets kommuner och från Regionen.



Deltagarna i Lärandeseminarier har många olika professioner

Aktivitetssamordnare	Med ansv rehab, MAR	Undersköterska
Arbetsterapeut	Projektledare	Utvecklingsledare
Bibliotekarie, bibliotek	Senior	Verksamhetsutvecklare
Biståndshandläggare	Sjuksköterska,	Utredare
Chef	Distriktsköterska	Äldrekonulent
Chefssjuksköterska	Studieförbund, Cirkelledare	Äldrepedagog
Distriktsläkare	Teckentolk	

Lärandeseminarierna syftar till att skapa intresse, förståelse och motivation för att skapa äldrevänligt samhälle. Jönköpings län ska bli Bästa platsen att åldras på. Teamen arbetar tillsammans med seniorer i förbättringsarbeten utifrån lokala behov och beprövade metoder för förbättringsarbeten används. Teamen baserar sitt arbete på seniorers behov och säkrar att förändringen leder till en förbättring. Alla teamen får coaching under och mellan seminarier. Förbättringsarbetena redovisas både muntligt och med poster vid varje lärandeseminarie och på avslutningen.



Förbättringsarbeten har genomförts eller pågår inom områdena:

- Läsfrämjande inom omsorgen i Jönköpings län/Högläsning på SÄBO Vetlanda kommun, Biblioteket
- Existentiella samtal på särskilt boende, Nässjö kommun
- Samtalsgrupper på äldreboenden, Jönköpings kommun
- Arbetssätt sköra äldre på vårdcentralen Hälsan 2, Jönköping.
- Mötesplatser för ensamma äldre, Vetlanda kommun.
- Uppsökande verksamhet, Vetlanda kommun.
- Träffpunkt Råslätt, Jönköpings kommun.
- Samordnad vårdplanering innan planerad ortopedisk operation, Länsövergripande
- Mötesplatser, Mullsjö kommun
- Nära vård, Aneby kommun
- Mobilt hem- och vårdteam för äldre döva och teckenspråkiga i Jönköpings län, MovaDot
- Minskad förekomst av UVI, Habo kommun
- Förebyggande arbetssätt med teamet, Habo kommun
- Äldrevänligt Eksjö kommun

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

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



Lärande nätverk

Bästa platsen att åldras på har startat ett Lärande Nätverk. Målgruppen är personer som deltagit i Lärandeseminarier och alla personer i länet, som på något sätt är engagerade i arbetet och frågor som rör äldre; i vård, omsorg, rehab, skola eller civilsamhälle-

Nätverket blir en naturlig fortsättning för teamen som deltagit i Lärandeseminarier och bildar ett nätverk med andra engagerade. Vi strävar mot samma mål; att Jönköpings län ska bli bästa platsen att åldras på.



Till den första digitala 45-minutersträffen 7 december 2022 anslöt det 12 deltagare. 20 personer har visat intresse för att delta framöver. Fyra digitala träffar är planerade för vårterminen 2023.

Deltagarna kom fram till några regler för nätverket

- Inget är för litet eller stort att prata om.
- Allas röst är värd lika mycket.
- Kravlöst men seriöst.
- Vi tipsar varandra om vad vi lärt oss på senaste tiden.
- Vi kan testa idéer på varandra.
- Vi uppmuntrar och coachar varandra.
- Vi är där som person inte som organisation.
- Vi sprider goda idéer och tankar.
- Vi jobbar med utmaningarna/det som går dåligt.

Mötesplatser

Seniorer - invånarkraft för att främja hälsa var rubriken för en inspirerande eftermiddag 4 maj där seniorer, föreningar och organisationer möttes. 250 personer deltog för att dela med sig och få del av exempel som visar på den gemensamma kraften som finns för att främja hälsa och livskvalitet.

Volontärer från Erikshjälpens second hand, satsningen Minska ofrivillig ensamhet, Träning i ur och skur, Existentiella samtal, Passion för livet och Boxning för seniorer gav fantastiska exempel på vad som kan bidra till hälsa. Stefan Einhorns föreläsning – *Konsten att göra skillnad* summerade dagen på ett fint sätt.

Dagen var initierad av politik, kommun och regionledning och genomfördes med stöd från programgruppen Bästa platsen att åldras på.



Seniorer - invånarkraft för att främja hälsa

Välkommen till en inspirerande eftermiddag där seniorer, föreningar och organisationer möts för att dela med sig av och få del av exempel som visar på den gemensamma kraften som finns för att främja hälsa och livskvalitet. Diskussion kring vi del av Stefan Einhorns föreläsning – *Konsten att göra skillnad*.

Eftermiddagen vänder sig till dig som är senior, med eller utan anknytning till en förening eller organisation. Vi välkomnar också politiker och tjänstemän som är nyfärdiga på hur seniorkraften i länet främjar hälsa.

När: onsdagen 4 maj kl. 13:00-16:30 Eftermiddagen är gratis och vi njuter på fika.
Var: Kungälvarens konferenscenter, Kungälvsvägen 25 Huskvarna <https://www.kungalva.se>

Eftermiddagens erbjödande:

Välkommen Rachel De Bazo, Regionråd och ordförande i nämnd för folkhälsa och sjukvård i Region Jönköpings län och Ann-Marie Nilsson, kommunråd, ordförande Primärkommunal samverkan.

Ta del av goda exempel från Jönköpings län hur blir bästa platsen att åldras på

- ✓ Att främja hälsa och livskvalitet – så bidrar seniorer
- ✓ Så når stödjer regionen och kommunerna invånarkraften

Stefan Einhorn föreläser via länk om *Konsten att göra skillnad*
Stefan Einhorn är professor och ordförande i Centrum för socialt nätverk vid Karolinska Institutet samt överläkare vid Radumhemmet i Stockholm.

Anmälan och frågor
Anmälan senast 20 april till ulrika.nord.denkesson@rjl.se eller tfn 0730-916804
Angi namn, kontaktuppgifter och eventuell specifik kost.

Vi följer Folkhälsomyndighetens råd och rekommendationer.

 Region Jönköpings län  KOMMUNAL UTVECKLING JÖNKÖPINGS LÄN



Bilder från mötesplatsen Invånarkraft.



En dag om Bästa platsen att åldras 21 februari 2023

Planeringen är i full gång för en heldag för alla som arbetar inom hälsa, vård och omsorg för äldre i Jönköpings läns kommuner, Region Jönköpings län och civilsamhället. Vi kommer att fylla Originalet på Kulturum med cirka 180 deltagare.

Dagen kommer att innehålla föreläsningar som ger kunskap och inspiration för att vi ännu bättre ska bidra till att Jönköpings län blir Bästa platsen att åldras på. Föreläsningar med rubriker som "Viktigare än du tror! Om att vara en del av andra människors liv", "Utemiljöns betydelse för vår hälsa", "Att åldras i en digitaliserad tillvaro – en källa till glädje och frustration", "Att bli sjuk när man är äldre - vad behöver vi i vården tänka på?" engagerar.

Förutom allt detta ger dagen oss kunskap om att åldras i en digitaliserad tillvaro, vård och omsorg om sjuka äldre, munhälsa, fallprevention, förbättringsarbete, äldre i kollektivtrafiken och hälsofrämjande dans för äldre.

Henrik Widegren läkaren från Fråga Lund kommer att avrunda dagen med "Skratt - Inget man skojar bort".

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 2022 haft drygt 400 deltagare.

Sista torsdagen i månaden kl. 15:00-15:45 sänds föreläsningar digitalt. Teman för 2022 har varit Fallprevention, Vårdprevention Senior alert, Sömn och äldre, Tillgänglighet i samhället, Dans som en hälsofrämjande och förebyggande aktivitet för äldre, Utemiljö, Fritid, Ångest i hög ålder, Bra mat för äldre och Yrsel. Föreläsningarna spelas in och publiceras på geriatrikum.se. Fortsättning är planerad för hela 2023.



Välkommen till en dag om
Bästa platsen att åldras på
21 februari 2023 | Tid 9:00-16:00
På Kulturum, Ryhovsområdet Jönköping
[Klicka hit](#)

Dagen är en mötesplats för dig som arbetar inom hälsa, vård och omsorg för äldre i Jönköpings läns kommuner, Region Jönköpings län och civilsamhället.

Te tillfälligt ett hänge med läslinade, fä tips, löser och inspiration till ett utveckla och förbättra med målet att Jönköpings län ska bli bästa platsen att åldras på.

Anmälan senast 30 januari 2023 till [LÄNK](#)
Lokalens storlek begränsar deltagarantalet till 150, därför max 3 deltagare per enhet och först till kvarn.

Kostnad Ingen kostnad för deltagande.
Anmälan kan överlämnas till annan men utbetalat deltagaravgift debiteras med 500 kr.

Aktiviteter
På plats kommer det att finnas flera intressanta verksamheter från länet som alla arbetar med och för seniorer för att det ska vara riktigt bra att åldras i Jönköpings län.

Övrig information
Stanna hemma om du har förkylningssymtom.
Folkhälsomyndighetens rekommendationer rådg.

Kontakt och frågor
urika.mord.danielsson@rjl.se

Bästa platsen att åldras på
Region Jönköpings län, läns kommuner och civilsamhället arbetar tillsammans för att Jönköpings län ska bli bästa platsen att åldras på. Syftet med dagen är att [läsa till er](#).

Vi utgår från WHO:s beskrivning hur ett hållbart samhälle skapas: främja äldre hälsa, hållbarhet, trygghet, bidragande system för omsorg, hälsa och självständighet, respekt, delaktighet, social inkludering och samhällsengagemang. Kunskap och kompetens om äldre och i samarbete med seniorer utvecklas och sprids givande arbetssätt. Här finns mer information om [Bästa platsen att åldras på](#).

Några programpunkter och talare

Skratt -
Inget man skojar bort
Henrik Widegren, läkare och Fråga Lund presenterar i SVT's Fråga Lund

Viktigare än du tror!
Om att vara en del av andra människors liv
Susanne Skarvén, Leg sjukvårdssjuksköterska / Fä mag, författare, föreläsare

Att åldras i en digitaliserad tillvaro - en källa till glädje och frustration
Lilli Samuelsson, Lektor i pedagogik och utbildningschef vid Högskolan för lärande och kommunikation

Att bli sjuk när man är äldre - vad behöver vi i vården tänka på?
Ellen Wesslén, Överläkare, Geriatriska kliniken Länssjukhuset Ryhov, Adjunkt i geriatrik

BÄSTA PLATSEN
KOMMUNAL UTVECKLING JÖNKÖPINGS LÄN
Region Jönköpings län



Indikatorer

Hälsa-, vård- och omsorgssystemet är ett datarikt system och har många indikatorer som följs upp på olika sätt och av olika aktörer. Uppföljning av indikatorer sker i mikro- meso- och makrosystemet. Det finns tre olika användningsområden för indikatorer. Det första är att användas för jämförelser. Olika vårdgivare bedöms utifrån ett antal indikatorer som ska rapporteras in till databaser. Dessa kan vara alltifrån nationella medicinska kvalitetsregister, öppna databaser för kommuner och regioner och folkhälsomyndighetens databaser till statistiska centralbyrån och socialstyrelsens databaser. Dessa data redovisas ofta på en högre aggregerad nivå men inte så frekvent. Dessa indikatorer svarar på frågan hur det har gått för olika verksamheter i jämförelse med andra.

Det andra användningsområdet för indikatorer är för utveckling. Till viss del kan samma data användas som för jämförelser men ofta behövs mera verksamhetsnära indikatorer användas. Dessa indikatorer är mer av processinriktad karaktär och hämtas i olika intelligenta affärssystem. De svarar på frågan hur fungerar och utvecklas olika arbetssätt i mikrosystemet.

Det tredje användningsområdet är indikatorer för forskning. Dessa indikatorer sätts ofta samman baserat på det specifika forskningsprojekts frågeställning. De svarar på frågan vilken intervention är signifikant bättre att göra jämfört med någon annan intervention i en specificerad population. Det finns ett fjärde område för mätningar, som handlar om att utvärdera effekten av olika program och utbildningsinsatser. I Bästa platsen att åldras på används dessa indikatorer för att utveckla programmet och svarar på frågan vad vi kan lära av genomförda aktiviteter och justera designen på programmet gradvis.

Exempel på indikatorer

Ett flertal 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.

Resultatindikatorer har definierats av Regioner och kommuner i samverkan (REKO). Det finns andra indikatorer sedan tidigare i den *gemensamma mätavlan – mest sjuka äldre* samt i enkäten *hälsa på lika villkor*. Exempel på områden som följs är; Fallskador: 65+ som sökt sjukhusvård för fallskada, brukarbedömning hemtjänst/äldreomsorg, antal ekonomiskt utsatta äldre 65+, allmän hälsa och psykiskt välbefinnande, oplanerade återinskrivningar inom 1-30 dagar och påverkbar slutenvård.

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



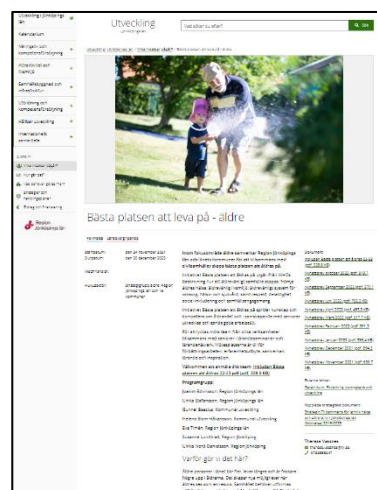
Kommunikation

Webbplats

Under 2022 har Bästa platsen fått en webbplats:

<https://utveckling.rjl.se/basta-platsen/aldre>

Under året har **En grafisk profil** för alla områden som arbetar med Bästa platsen har tagits fram med symbol, powerpoint-mall och bilder.



Nyhetsbrev

Varje månad har nyhetsbrev kommit ut från Bästa platsen att åldras. De är publicerade på [webbplatsen](https://webbplatsen.rjl.se).
nt

Social media

Sociala medier är ett utvecklingsområde.

#bästaplatsenattåldras är framtagen, men har använts i begränsad omfattning.



Media

Smålandsbladet hade en artikel med rubriken "Så skapar vi ett äldrevänligt samhälle och motverkar ålderism: Finns ingen quickfix". Regionens webbplats har ett reportage om dagen i Kungspporten "En dag med fokus på seniorernas kraft". Tidningen Äldrecentrum skriver om ett av teamen "Forskare följer nystartat mobilt hemtjänstteam som stödjer äldre döva".

Presentationer

Under året har arbetet i Bästa platsen att åldras presenterats i olika nätverk och forum.

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.

Personer ur programgruppen var inbjudna att delta i panelsamtal under Astrid Janzondagen på Hälsohögskolan i Jönköping. Föreläsning om Bästa platsen att åldras på genomfördes på Äldreveckan i Nässjö kommun. Information om programmet har getts på Läns pensionärsrådet. Samtliga vårdcentralers ledning har på mötesplats Primärvårdsforum kontinuerligt fått information och inbjudningar.

Forskning

Ambitionen är att programmet ska bidra till kunskapsutveckling på olika sätt. Kontakter har initierats med Hälsohögskolan och Jönköping Academy. Det finns planer på att studenter ska få skriva mindre uppsatser med utgångspunkt i deltagande teams förbättringsarbete. Följeforskning på hela programmet är önskvärt men ännu saknas förutsättningar för detta.



Övrigt

Under året skickades en ansökan om att delta på konferensen International Forum of Quality Improvement i Köpenhamn våren 2023. En poster om Bästa platsen att åldras på är accepterad.

Utvecklingsområden

Det finns stora möjligheter att fortsätta arbetet att göra Jönköpings län till Bästa platsen att åldras. Under åren har programmet framför allt haft fokus på hälsa, vård och socialt sammanhang och under kommande år behöver programmet omfattat samtliga av WHO:s områden för ett äldrevänligt samhälle, ex transporter och delaktighet i samhället.

Fler aktörer behöver framöver känna till och delta i programmet.

Metoder behöver utvecklas för att gemensamt designa programmet med seniorer.

Metoder behöver också utvecklas för att konceptualisera och sprida modeller, metoder och arbetssätt. Utveckling av system för att följa och utvärdera programmet och ett äldrevänligt samhälle är ytterligare ett viktigt utvecklingsområde.

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.