

ÄO DAGARNA

Stockholmsmässan, Älvsjö
3-4 oktober 2024

BOKA TIDIGT-PRIS!

4.790 kr

VID BOKNING SENAST
14 JUNI

STORFÖRELÄSARE



Ingvard Wilhelmsen



Katrin Sundberg



Gunnel Ryner



Moa Wibom



Mia Börjesson



Ullakarin Nyberg



Anna Tenje

95% av deltagarna på Äldreomsorgsdagarna 2023 tyckte att konferensen var mycket bra eller bra.



ÄO-DAGARNA

Välkommen till ÄO-dagarna 2024 som i år arrangeras för 23:e gången! Under två kunskapsintensiva dagar möter du några av landets främsta föreläsare inom äldreomsorgens område. Här blandas skratt, evidensbaserade forskningsrön och framgångsrika verksamhetsnära exempel från svensk äldreomsorg.

Du möter kollegor från hela landet med samma fokus som du har - att skapa bästa möjliga omsorg för den äldre personen. Du får möjlighet att träffa utställare och känna att du har Sveriges viktigaste jobb.

Konferensens innehåll ger dig stor valfrihet. Med sju gemensamma storföreläsare och tre parallella spår med olika inriktning så skraddarsyr du själv dina två dagar. Du väljer fritt mellan föreläsningar inom ledarskap, äldreomsorg och psykisk hälsa. Alla tar upp aktuella frågor som berör äldreomsorg och ditt arbete.

Förra året var vi över 1300 deltagare från hela Sverige - säkra redan nu din plats till höstens kompetensutvecklingsdagar.

Vi ses i oktober!

Deltagarröster från Äldreomsorgsdagarna 2023:

»Jag gick ledarskapsspåret och upplevde att jag fick med mig något värdefullt från alla föreläsningar.«

»Bra, intressanta och aktuella föreläsningar. Trots att man har mycket på jobbet var det absolut värt att ta sig tiden att delta på ÄO-dagarna.«

»Väldigt bra föreläsare både i det gemensamma och i valbara spåren. Tänkvärda och mycket aktuella teman.«

»Det var min första gång och jag blev helt tagen och tyckte att föreläsningarna var jättebra.«

TORSDAGEN DEN 3 OKTOBER

08.30–09.30 Frukost serveras i utställningshallen

GEMENSAMMA STORFÖRELÄSNINGAR

09.30–09.40 Amelia Adamo, moderator, öppnar konferensen



09.40–10.25 Nu besjalar vi vården av de kognitivt sjuka! • Moa Wibom



Foto: Mikael Lundblad

10.25–10.40 Bensträckare

10.40–11.30 Goda möten och svåra samtal • Ullakarin Nyberg



Foto: Karin Boo

11.30–12.40 Lunch och möjlighet att träffa utställarna

12.40–13.20 VÄLJ EN FÖRELÄSNING

1A Ledarskap

Smart bemanning - nyckeln till en budget i balans

Annika Särnö

1B Äldreomsorg

Ingen minutstyrning i Arjeplog

Bitte Westerlund

1C Psykisk hälsa

Att bemöta ångest hos äldre

Maria Bauer

13.20–13.30 Bensträckare

13.30–14.10 VÄLJ EN FÖRELÄSNING

2A Ledarskap

Krisledarskap i praktiken

Aida Alvinus

2B Äldreomsorg

Förebygg med hjälp av AI

Susanne Holmquist och Alice Hansson

2C Psykisk hälsa

Väldet upphör inte vid 65

Catarina Gustafsson och Eva-Maria Ambesjö

14.10–14.50 Eftermiddagskaffe i utställningen

GEMENSAMMA STORFÖRELÄSNINGAR

14.50–15.10 Reformen för äldreomsorgen – hur rustar vi för framtiden? • Anna Tenje



Foto: Kristian Pohl AB

15.10–16.00 "Jag gör vad fan jag vill" • Katrin Sundberg



Foto: Robert Eldrin

FREDAGEN DEN 4 OKTOBER

08.30–09.00 Utställningen öppnar

GEMENSAMMA STORFÖRELÄSNINGAR

09.00–09.15 Socialstyrelsens nationella kompetenscentrum - Tillsammans utvecklar vi äldreomsorgen • Eva Lindqvist

09.15–10.00 Reslust till livet – om motivationens tre grundpelare • Mia Börjesson

10.00–10.40 Förmiddagsfika i utställningshallen

10.40–11.30 Konsten att hitta RÄTT i stället för att leta fel • Gunnel Ryner

11.30–12.40 Lunch och möjlighet att träffa utställarna

12.40–13.20 VÄLJ EN FÖRELÄSNING

3A Ledarskap

Bättre stöd för hållbart ledarskap
Rebecca Andersson

3B Äldreomsorg

Rätt vald förflyttning – för ökad livskvalitet
och färre arbetsskador
Martin Gottfridsson

3C Psykisk hälsa

Värna ditt skyddsrum
Mia Börjesson

13.20–13.30 Bensträckare

13.30–14.10 VÄLJ EN FÖRELÄSNING

4A Ledarskap

Tankställen - för välmående arbetsgrupper
Egon Rommedahl och Therese Kleveland

4B Äldreomsorg

Att prata om det svåra med anhöriga
Katarina Tingström

4C Psykisk hälsa

På tal om döden – hur kan du prata om
att livet kommer ta slut?
Ida Goliath

14.10–14.50 Eftermiddagsfika i utställningshallen

OBS! Efter denna paus stänger utställningen

GEMENSAM AVSLUTANDE STORFÖRELÄSNING

14.50–15.40 Chef i ditt eget liv eller sätt stopp för onödig oro och besvärande grubblerier • Ingvard Wilhelmsen

Torsdag

GEMENSAMMA STORFÖRELÄSNINGAR

Moderator:

Amelia Adamo

Prisbelönt publicist, grundare av tidningarna Amelia, Tara och M-magasin, tidigare krönikör i Tidningen Äldreomsorg, och idag också en röst i frågor som rör äldreomsorgen.



Torsdag kl. 09.40-10.25

Nu besjalar vi vården av de kognitivt sjuka!

Äntligen kan hoppet komma även till den mest förekommande av hjärnans dödliga sjukdomar, Alzheimers sjukdom. Sjukdomsmodifierande behandlingar rullar in på bred front och motsvarande för de andra kognitiva sjukdomarna är snart här. Trots framstegen kvarstår dock synsättet att gruppera människor utifrån gravt nedsatt funktion såsom människor utan själ (dementia). Kan synsättet förändras när hoppet kommer - såsom det gjort inom andra sjukdomsgrupper? Hur kommer de nya läkemedlen mot Alzheimers sjukdom att påverka framtiden? Hur möter vi de åtstramade resurserna till vård och omsorg när de vi är till för behöver oss som mest? Och vad är egentligen kognition?

Häng med på en strukturerad resa över ett sjukdomsförlopp, från diagnos till död – observation, analys, åtgärd, uppföljning!

Foto: Mikael Lundblad



Moa Wibom, en av Sveriges första Silvialäkare, är registerhållare för BPSD-registret och verksamhetschef för Sveriges första personaldrivna verksamhet, Kognitiv medicin, Ängelholm. I sitt arbete möter hon personer vars liv slås i spillror på grund av de dödliga kognitiva sjukdomarna, så dolda och diskriminerade trots sin vanlighet. Uppskattad föreläsare och känd från SVTs *Fråga doktorn* där hon anlitas som expert.

Torsdag kl. 10.40-11.30

Goda möten och svåra samtal

I vården och omsorgen strävar vi efter att vara personcentrerade och lyhörda för varje individs unika situation och behov. Att ta hänsyn till både kroppsliga och emotionella behov är av stor betydelse för välmåendet hos dem vi vill hjälpa.

Hur kan vi på ett empatiskt sätt adressera och tillgodose både fysiska, psykiska och existentiella behov?

Ullakarin Nyberg ger konkreta tips om hur du kan möta en människa som lider; vad du kan säga, hur du hjälper personen att berätta om sitt inre och hur den existentiella dimensionen av livet kan hjälpa oss att förstå varandra.

Foto: Karin Boo



Ullakarin Nyberg är psykiater med inriktning på suicidprevention och stöd efter suicid, suicidforskare och författare. Hon anlitas ofta som expert i media och har varit programledare för *Livet med Ullakarin Nyberg* i P1 och leder utöver det den egna podcasten *Inferno* och podcasten *På liv och död* i föreningen MIND:s regi. Ullakarin har bland annat skrivit böckerna *Konsten att rädda liv*, *Konsten att mötas* och *Livet med bröstcancer*.

Torsdag kl. 14.50-15.10

Reformer för äldreomsorgen – hur rustar vi för framtiden?

Vad pågår idag och var behöver vi ökat fokus?

Foto: Kristian Pohl AB



Anna Tenje, Sveriges Äldre- och socialförsäkringsminister berättar om regeringens prioriterade frågor för äldreomsorgen i en tid med demografiska förändringar och snabba forskningsframsteg.

Torsdag kl. 15.10-16.00

”Jag gör vad fan jag vill”

Välkommen till en föreställning som är en komisk, naken och underfundig betraktelse av livets många skeden. Den ger svar på frågor såsom varför hästar inte kan prata, hur tant-sex går till, varför kändismingel suger och när butiksbiträden förvandlas till marsvin.

Eller som Katrin Sundberg själv säger: ”En skitrolig föreställning om allt jag tänker på”.

Foto: Robert Eldrin



Katrin Sundberg har gjort allt mellan himmel och jord inom nöjesbranschen. På scen, på film, i TV, sittande i regissörsstolen och framför mikrofonen i radio. Mest folkkär blev hon som karaktären *Häxan Surtant* i SVT, ett program som hyllades stort och dessutom belönades med TV-priset Kristallen. Med allt det här i bagaget är det äntligen dags för Katrin att göra det hon verkligen vill, innerst inne. Det är med andra ord hög tid för soloföreställningen *Jag gör vad fan jag vill*.

Fredag

GEMENSAMMA STORFÖRELÄSNINGAR

Fredag kl. 09.00-09.15

Socialstyrelsens nationella kompetenscentrum – Tillsammans utvecklar vi äldreomsorgen

Runt om i Sverige finns massor av erfarenheter av gott arbete inom äldreomsorgen – men hur sprider vi de goda arbetsätten till varandra på ett mer effektivt sätt?

Sedan två år arbetar Socialstyrelsens nationella kompetenscentrum med just detta, uppdraget är sprida aktuell kunskap, visa på arbetsmetoder som fungerar och stötta verksamheter att följa upp sitt arbete.

Under kompetenscentrumets första tid har man träffat flera hundra engagerade personer i äldreomsorgens olika yrken, från hela landet. Det har bidragit till att få syn på utmaningar, behov och lösningar.

Eva Lindqvist, chef för Socialstyrelsens nationella kompetenscentrum. Hon har arbetat i äldreområdet i 35 år, är leg. arbetsterapeut som både forskat och arbetat praktiskt inom äldreomsorgen.



Fredag kl. 09.15-10.00

Reslust till livet – om motivationens tre grundpelare

Livet är en resa och varje dag ska vi framåt. Inte en enda dag ska vi tillbaka. Vad är det för drivkrafter som får oss att ta oss framåt?

En del människor har kraft och energi i massor medan andra i förväg bestämmer sig för att parkera eller att köra i snigelfart framåt. ”Resångest” kan få människor att ge upp, välja bort och på så sätt stagnera i livet.

Motivation bygger på vilja och tillit och grundpelarna är glädje, hopp och optimism. Hur kan du själv förhålla dig för att skapa reslust och känna att det finns en väg framåt?

Ta del av en föreläsning förankrad i motivationsteoriforskning som visar på hur du skapar motivation/reslust till ditt psykologiska handbagage.

Mia Börjesson är utbildad socionom med en master i socialt arbete och författare med mångårig erfarenhet av att arbeta med ungdomar och föräldrar enskilt och i grupp. Hon är också en flitigt anlitad föreläsare, även i Norge där hon arbetat under lång tid. Mia har skrivit ett flertal böcker utifrån ett hälsofrämjande och salutogent förhållningssätt och använder friskfaktorer och bemästringsstrategier i mötet med människor.



Fredag kl. 10.40-11.30

Konsten att hitta RÄTT i stället för att leta fel

Hela vår kultur präglas av ett överdrivet fokus på det som inte fungerar. Men för mycket fokus på fel och brister leder lätt till en ganska dystert atmosfär.

Vill ni i stället skapa en arbetsplats präglad av stolthet, arbetsglädje, trivsel och engagemang, där ni får fram det bästa i er själva och varandra? Då krävs ett skifte av perspektiv, där ni vänder på problemen, identifierar vad ni önskar i stället, och lyfter fram och bygger vidare på era styrkor, framgångar och allt det som redan fungerar bra. Med positiv energi, humor och passion ger Gunnel Ryner er verktygen ni behöver för att ta både er själva och verksamheten till nya höjder.

Gunnel Ryner är beteendevetare och en av Sveriges främsta experter på styrkebaserat arbetssätt. Hon har samlat guldgruvorna från metoder som *Lösningsfokus*, *Appreciative Inquiry* och *Positive Deviance* och lär ut dem på ett pedagogiskt, inspirerande och enkelt sätt. Hon är en flitigt anlitad föreläsare och har skrivit tre böcker, varav den senaste heter *Hitta rätt i stället för att leta fel*.



Fredag kl. 14.50-15.40

Chef i ditt eget liv eller sätt stopp för onödig oro och besvärande grubblerier

Med en stor dos humor, sunt förnuft och en förmåga att förmedla fyller Ingvard Wilhelmsen rummet med kloka ord. Ingvard, som till vardags är professor, är känd som en av Norges mest populära föreläsare.

På årets ÄO-dagar berättar han om hur vi kan bli bättre på att hantera press, förändringar, osäkerhet och risk. Vi kan inte göra något åt det mesta som händer i livet, men hur vi förhåller oss till det som händer är upp till oss. Många lägger alldeles för mycket tid på onödiga tankar, men vi är själva ansvariga för vilka tankar vi agerar på.

De flesta av våra tankar är trots allt bara nonsens – tankar där vi oroar oss för saker som aldrig kommer att hända i verkligheten. Ingvard utmanar hur vi förhåller oss till dessa tankar. Om någon ska vara chefen i ditt liv måste det vara du själv!

Ingvard Wilhelmsen är professor emeritus vid universitetet i Bergen och specialist i internmedicin och psykiatri. I 24 år har han även drivit den välrenommerade Hypokondkliniken i Bergen och har skrivit flera böcker, bland annat *Livet är ett osäkert projekt* och *Chef i ditt eget liv*.





Spår A • LEDARSKAP

Torsdag kl. 12.40-13.20

1A. Smart bemanning - nyckeln till en budget i balans

Många chefer brottas med utmaningen att hantera personalstyrkan effektivt. Men kan vi verkligen göra betydande besparingar genom att snåla in på kaffet och skoskydden? NEJ! Lösningen är istället att förbättra schemalaggningen och minska personalkostnaderna. Konsekvenserna av felaktig bemanning är dyra, inte bara i pengar, utan även när det gäller den kvalitet vi erbjuder till dem vi är till för.

Hur löser vi då ekvationen? Genom att optimera bemanningen, skapa en arbetsmiljö där medarbetarna trivs och se till att brukarna får det de har rätt till. Vi måste ha modet att tala klarspråk om de verkliga kostnaderna och att vara beredda att överdimensionera personalstyrkan när det behövs, med en väl genomarbetad schemalaggningsplan kan det skapas utrymme för det.

Annika Särnö, personalvetare och arbetar som bemanningscontroller i en Stockholmskommun. Tidigare undersköterska i äldreomsorgen och enhetschef för särskilt boende och hemtjänst. Är aktuell med boken *Bemanningsekonomi – konsten att bemanna utifrån ett hållbarhetsperspektiv* (Gothia Kompetens).

Torsdag kl. 13.30-14.10

2A. Krisledarskap i praktiken

Som chef inom äldreomsorgen så leder du en skyddsvärd verksamhet, du arbetar med människor som såväl i vardagen som vid kris är extra sårbara. Pandemin innebar att du fick vänja dig att arbeta i ett ständigt korstryck från olika delar av organisationen och samhället.

Att vara förberedd för kris kräver både mental och organisatorisk beredskap. Kris innebär oförutsedda händelser som påverkar olika delar av verksamheten och kräver förmåga att leda under sådana förhållanden. Därför behövs rutiner och organisatoriska förberedelser för att hantera situationen eftersom du ofta måste agera snabbt och i en osäker situation. Här får du konkreta råd baserade på aktuell forskning som gör dig rustad inför utmaningar i din organisation.

Aida Alvinus, professor i ledarskap och ledning, verksam vid Försvarshögskolan, Karlstad. Hon undervisar inom ledarskap och krishantering, och forskar om ämnen som motstånd i arbetslivet, arbetsvillkor och krisledarskap. Aida är aktuell med boken *Krisledarskap i praktiken* som riktar sig till chefer i offentlig sektor.

Fredag kl. 12.40-13.20

3A. Bättre stöd för hållbart ledarskap

Går det att få en effektiv och kvalitetsäkrad rekryterings- och anställningsprocess som dessutom avlastar verksamhetens chefer och frigör tid för dem att vara mer närvarande i sina verksamheter?

I Umeå har projektet *Anställningsprocessen* velat bistå äldreomsorgens chefer. Målet är att förbättra och förenkla personalrekrytering samtidigt som processer och arbetsuppgifter effektiviseras. Allt för att arbetstid ska frigöras och chefen kan vara mer verksamhetsnära och finnas tillgänglig för sina medarbetare, brukare och anhöriga.

Rebecca Andersson, HR-chef i äldreomsorgen, Umeå kommun. Tidigare enhetschef i hemtjänsten som har byggt upp äldreomsorgens *Rekryteringscentrum* som stöttar verksamhetens chefer i all rekrytering. Rekryteringscentrum hanterar numera hela rekryteringsprocessen samt administration kring anställning, utbildning och behörigheter.

Fredag kl. 13.30-14.10

4A. Tankställen för välmående arbetsgrupper

För grupper är det viktigt att ha ett mål att sträva mot men för att orka dit är påfyllning och ”tankställen” nödvändiga. En grupp blir till när vi delar verklighet, språk och upplevelser. Viktiga samtal skapar också arbetslust och förutsättningar för ett gott arbetsklimat som gör att vi känner meningsfullhet i arbetet. Därför är det av vikt att få reflektera och föra dialog om angelägena ämnen. Grupper som lever i en intellektuellt spännande verklighet, pratar gärna gott om sin arbetsplats och vill vara kvar där. Intellektuell stimulans betyder att du får ny kunskap som går att använda i vardagen, nya verktyg, metoder och tankar som gör att du upplever det intressant och utvecklande att gå till arbetsplatsen.

Hur kan du som chef bidra till att skapa ”tankstationer” för återhämtning och intellektuell stimulans?

Egon Rommedahl, teolog, psykoterapeut och handledare, med mångårig erfarenhet av utbildningar i bland annat etik och gruppprocesser. **Therese Kleveland**, specialistsjuksköterska och journalist, arbetar också som utbildare och implementeringsledare. Är tillsammans aktuella som författare till boken *Ledarskap inom äldreomsorg - Handbok för lärande och utveckling* (Gothia Kompetens).



Spår B • ÄLDREOMSORG

Torsdag kl. 12.40-13.20

1B. Ingen minutstyrning i Arjeplog

Hemtjänsten i Arjeplog har utarbetat en egen planering som gör det möjligt att stanna kvar hos omsorgstagare om extra behov finns - innan personalen åker till nästa person.

Ett nära teamwork möjliggör detta.

Idag präglas arbetet med de äldre av yrkesstolthet och vid rekrytering av sommarvikarier kommer ansökningar från hela Sverige.

Ta del av en föreläsning om *Arjeplogsmodellen* – ett sätt att arbeta som gör att både den äldre personen och hemtjänstens medarbetare känner meningsfullhet i vardagen och trivs.

Luft i schemat, vad innebär det? Hur är det möjligt?

Bitte Westerlund, områdeschef, hemtjänsten i Arjeplogs kommun. Har arbetat som undersköterska i hemtjänst och på särskilt boende innan hon blev headhuntad och började arbeta som arbetsledare. Utbildad undersköterska, diplomerad coach som nu varit enhetschef inom hemtjänsten över 20 år.

Torsdag kl. 13.30-14.10

2B. Förebygg med hjälp av AI

Sverige har en växande åldrande befolkning vilket gör att fler människor behöver ta del av den vård och omsorg som samhället erbjuder. För bättre resursanvändning behöver vi jobba mer förebyggande i stället för att bara reagera när problem uppstår. Helsingborgs stad har med hjälp av AI utvecklat en lösning att använda i hemvård och delegerad hälso- och sjukvård i ordinärt boende. Syftet är att identifiera personer med hög risk för omfattande behov för att med riktade insatser kunna arbeta förebyggande och rehabiliterande. Med den informationen kan teamet planera och genomföra förebyggande åtgärder med målet att öka personens självständighet och välbefinnande.

Susanne Holmquist, projektledare för Helsingborg stads projekt *AI inom äldreomsorgen*. Hon har arbetat som enhetschef i hemsjukvård, och är utbildad arbetsterapeut och förbättringsledare.

Alice Hansson, verksamhetsutvecklare på Helsingborgs lasarett. Tidigare projektledare för projektet och var med vid uppstart för den tekniska och juridiska delen. Också utbildad arbetsterapeut som sedan 2020 arbetar som kvalitetsledare och verksamhetsutvecklare inom kommunal och regional hälso- och sjukvård.

Fredag kl. 12.40-13.20

3B. Rätt vald förflyttning – för ökad livskvalitet och färre arbetsskador

Varje dag utför vi människor en mängd förflyttningar för att leva våra liv. När vi saknar förmågan att förflytta oss självständigt blir vi beroende av andra för att göra det vi vill och behöver. Trots begränsade kroppsliga resurser kan vårdtagaren ändå vara delaktig i sina egna förflyttningar. Med rätt vald förflyttning skapas förutsättningar för aktiva vårdtagare, minskad belastning på vårdpersonalen och möjlighet att frigöra resurser inom äldreomsorgen.

Ta del av en föreläsning som ger ökad kunskap om rätt förflyttningar, en kunskap som gynnar både den sköra äldre och den som arbetar nära som i många fall sliter tungt helt i onödan.

Martin Gottfridsson, leg. fysioterapeut och utbildare inom förflyttningkunskap med mångårig erfarenhet från kommunalt arbete, delar med sig av sina erfarenheter och kunskaper inom området samt visar på framgångsfaktorer för arbetet med säkra, skonsamma och aktiva förflyttningar oavsett funktionsvariation.

Fredag kl. 13.30-14.10

4B. Att prata om det svåra med anhöriga

Du som arbetar med äldre möter människor med stor livserfarenhet. Ibland kan deras erfarenheter och sjukdomar påverka deras nuvarande livssituation. Det kan i sin tur påverka deras inställning till anhöriga, andra relationer, hur de tar hand om sig själva och sin sjukdom, men också hur de bemöter personer i sin omgivning. När detta blir problematiskt för den äldre personen kan du som personal behöva lyfta svåra frågor med anhöriga som du behöver benämna och prata om.

I föreläsningen kommer du både få konkreta råd hur du kan inleda denna typ av samtal och tips på vad du bör tänka på och vara medveten om under själva samtalen.

Katarina Tingström, leg. psykoterapeut, certifierad EMDR-terapeut och präst. Arbetar med psykisk ohälsa, trauman, sorg och separationer. Föreläser om sorg, krishantering, samtal med svåra besked, mellanmännsliga möten.



Spår C • PSYKISK HÄLSA

Torsdag kl. 12.40-13.20

1C. Att bemöta ångest hos äldre

Mötet med ångest hos personer med exempelvis demenssjukdom kan kännas utmanande och svår. Ångesten präglar personens hela existens och ger en rad utmanande och svårbegripliga beteenden.

Ta del av en föreläsning om hur vi med kunskap och rätt bemötande kan lindra ångesten och ge en bättre livskvalitet.

Maria Bauer är beteendevetare, författare, våldsexpert och föreläsare. Maria har arbetat många år inom omsorgen och har en gedigen erfarenhet av att utbilda och handleda medarbetare inom demenssjukvård och äldreomsorg.

Torsdag kl. 13.30-14.10

2C. Våldet upphör inte vid 65

Trots det talas det sällan om våld mot äldre personer. Samtidigt visar forskning att aldrandet i sig faktiskt kan öka risken för att utsättas för våld med försämrad hälsa och livskvalitet som resultat. Våld i nära relationer bland äldre inkluderar såväl fysiskt, psykiskt, socialt som ekonomiskt våld såväl som försummelse. Den som utövar våldet kan vara en närstående eller någon som den äldre har en nära och förtroendefull relation med såsom personal eller grannar på ett boende.

Därför är det extra viktigt att våldet upptäcks för den äldre personens rätt till ett tryggt och gott liv.

Ta del av vad Jämställdhetsmyndighetens kartläggning kring våld mot äldre har visat och få goda exempel på hur du kan arbeta med upptäckt, stöd och skydd.

Catarina Gustafsson och **Eva-Maria Ambesjö** är utredare på Jämställdhetsmyndigheten. Båda är socionomer och har erfarenhet från socialtjänst, äldreomsorg och idéburet arbete. De arbetar nu i det regeringsuppdrag Jämställdhetsmyndigheten har avseende våld mot äldre.

Fredag kl. 12.40-13.20

3C. Värna ditt skyddsrum

Att bygga upp ett starkt psykologiskt immunförsvar innebär att ta hand om många olika skyddsfaktorer. Arbetet med människor kan vara både meningsfullt och utmanande. Nyckeln till att stärka sig själv är att bli skickligare på psykosocial egenvård

och självomsorg. Precis som kroppen behöver "T-celler" för att kämpa mot infektioner, behöver vi dagligen fylla på vårt inre skyddsrum med ny kraft och energi för att möta arbetsdagens utmaningar.

Ett skyddsrum som skiljer det professionella från det privata livet blir en garant för återhämtning. Dessutom behöver vi en professionell "kappa" som är tillverkad av ett slitstarkt material. En "kappa" med två fickor, i den första finns teorier som kan förklara och guida oss framåt, den andra innehåller metoder och strategier som ger oss verktygen för att nå våra mål.

Mia Börjesson är utbildad socionom med en master i socialt arbete och författare med mångårig erfarenhet av att arbeta med människor enskilt och i grupp. Mia har skrivit ett flertal böcker utifrån ett hälsofrämjande och salutogent förhållningssätt och använder friskfaktorer och bemästringsstrategier i mötet med människor.

Fredag kl. 13.30-14.10

4C. På tal om döden – hur kan du prata om att livet kommer ta slut?

Många äldre personer värdesätter möjligheten att prata om vad som är viktigt för dem under livets sista tid. Att öppet samtala om vård i livets slut kan bidra till trygghet, stärka relationer mellan dem som har samtalet, ge äldre och personal möjlighet att utbyta värdefull kunskap. Trots detta är det inte ovanligt att vård- och omsorgspersonal tvekar inför att föra döden på tal. Det kan handla om att inte vilja utsätta de äldre för obehag eller att man saknar verktyg, kunskap och självförtroende att genomföra samtalen.

I den här föreläsningen kommer du få höra om ett konkret samtalsverktyg, *DöBra-kortleken*, få praktiska tips och ta del av nya forskningsresultat som kan stödja dig som arbetar med äldre personer och deras anhöriga.

Ida Goliath, disputerad leg. sjuksköterska, docent och utredare vid Stiftelsen Stockholms läns Äldrecentrum samt adjungerad lektor vid Karolinska Institutet. Hon ingår också i ledningsgruppen som tar fram Socialstyrelsens nya nationella riktlinjer för palliativ vård. Hennes praktisknära forskning rör bland annat införandet av nya arbetssätt och metoder som samskapar utvecklingsprocesser inom äldreområdet.



Om bildfoto: Getty Images

ALLMÄN KONFERENSINFORMATION

NÄR

Torsdagen den 3 oktober 2024
kl. 09.30–16.00.

Fredagen den 4 oktober 2024
kl. 09.10–15.40.

(Utställningen öppnar kl. 08.30 båda dagarna.)

VAR

Stockholmsmässan, Älvsjö. Till Älvsjö station tar du dig med pendeltåg (8 min) från Stockholms Centralstation.

PRIS

Ordinarie pris 5 790 kr exkl. moms per person. Kaffe och lunch ingår båda dagarna.

BOKA TIDIGT-PRIS

4 790 kr exkl. moms per person för bokningar till och med 14 juni 2024.

BOKNING

Du anmäler dig enklast på vår webbplats www.gothiakompetens.se/ao-dagarna. Det går också bra att mejla till anmalan@gothiakompetens.se eller ringa 08-462 26 70. Vi behöver fakturaadress, organisationsnummer, namn, e-postadress, befattning och spårval för samtliga deltagare.

BETALNING

Betalning sker mot faktura vid aktuellt konferensdatum.

FRI AVBOKNING FRAM TILL 30 DAGAR INNAN

Anmälan är bindande. Vid förhinder kan deltagarplatsen överlåtas till en kollega. Vid avbokning senast 30 dagar före konferensen debiteras 500 kronor. Därefter fullt pris. Gothia Kompetens förbehåller sig rätten att ställa in evenemanget vid för få anmälningar, dock senast 30 dagar innan.

HOTELL & RESA

Behöver ni hjälp? Kontakta vår affärsresesyrrå Resia. Ring 08-402 68 40, eller mejla affars.folkungagatan@resia.se och uppge *Gothia Kompetens*.

UTSTÄLLARE

Är du intresserad av utställarplats på Äldreomsorgsdagarna? Kontakta Karin Westlund, karin.westlund@gothiakompetens.se, 070-812 70 72.

ÖVRIGA FRÅGOR

Besvaras av kundservice på 08-462 26 70 eller anmalan@gothiakompetens.se

Anmäl dig här www.gothiakompetens.se/ao-dagarna

Du kan också skicka ett mejl till anmalan@gothiakompetens.se eller ringa 08-462 26 70.

Vi behöver fakturaadress, organisationsnummer, namn, e-postadress, befattning och spårval för samtliga deltagare. Ange också gärna den marknadskod som finns på folderns baksida.