

Arrangement i Sund By Netværkets temagruppe om mental sundhed

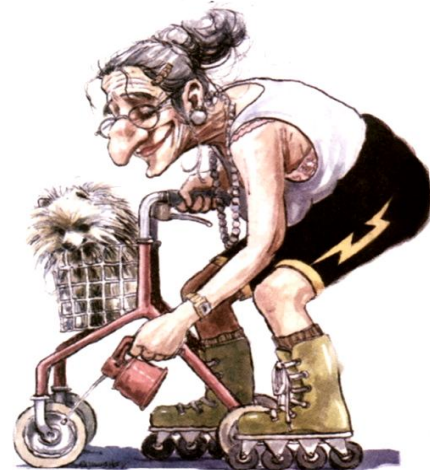
Torsdag d. 4. februar 2016 kl. 9:30 – 15:30

Odense Rådhus, Flakhaven 2, Odense C, 5000 Odense

Sidste frist for tilmelding: d. 25. januar 2016

Alder er ingen dom!

Om ældres robusthed og modstandskraft



”At lægge år til livet og liv til årene”: På denne temadag arbejder vi videre med robustheds- og resiliensbegrebet, og sætter denne gang et særligt fokus på ældre mennesker. Hvorfor? Fordi der i de kommende 15 år vil være en stor tilgang af ældre mennesker i samfundet, og der i forvejen er mange gode grunde til at sætte fokus på, hvad der opretholder netop ældre menneskers sundhed, selvstændighed og livsgnist samt hvordan man kan fremme dette.

Der tages udgangspunkt i forskningsprojektet ”Robuste Ældre” fra Ikast-Brande Kommune, der med støtte fra Nordea Fonden og i et samarbejde med Syddansk Universitet samt Center for Sund Aldring, Københavns Universitet, har undersøgt, hvad der karakteriserer ældre mennesker med stor robusthed.

Lis Puggaard, Syddansk Universitet, er forskeren bag projektet. Lis fortæller om undersøgelsen og præsenterer bl.a. de ”9 Robusthedsfaktorer” for ældre mennesker. En vigtig pointe fra undersøgelsen er bl.a., at ældres robusthed har stor forbindelse med barndom og ungdom (som var temaet ved mødet d. 2. juni 2015). Men der er naturligvis også meget andet i spil, hvilket lægger op til væsentlig mere helhedsorienterede indsatser for robusthed generelt.

NB! Du er meget velkommen til at invitere et par gæster med til temadagen!

- måske et par ledere/medarbejdere fra din kommunes ældreområde, eller nogen andre du tænker, der kunne have interesse i at deltage.

Program

- kl. 09.30 – 10.00 **Ankomst, kaffe, te, rundstykker – samt velkomst**
- kl. 10.00 – 10.45 **”Det Dobbelte KRAM” - om teorigrundlaget for projekt Robuste Ældre.**
Peter Thybo, sundhedsinnovator, Ikast-Brande Kommune, har siddet i projektgruppen og fortæller om baggrunden for igangsætningen af Projekt Robuste Ældre samt hvilket teorigrundlag projektet tager udgangspunkt i. Peter sætter bl.a. et særligt fokus på ”Det Mentale Sundheds-KRAM”: *Kompetencer – Relationer – Accept – Mestring.*
- kl. 10.45 – 12.00 **”Projekt Robuste Ældre” – præsentation af undersøgelsen om ældre menneskers robusthed set i et salutogent perspektiv.** v/ Lis Puggaard, MSc, Ph.D., Syddansk Universitet.
- kl. 12.00 – 12.45 **FROKOST**
- kl. 12.45 – 13.15 Lis Puggaard, forsat.
- kl. 13.15 – 13.30 **”Danmarks første legende plejecenter – stedet hvor det er sjovt at være gammel!”** v/ Mette Schmidt-Laugesen, stifter og indehaver af kreativitetshuset Legeskab, hvis største mål er at gøre Danmark til en legende nation – også for ældre.
- kl. 13.30 – 15.00 **Workshop i grupper:** Hvordan arbejder man i kommunerne med at fremme robusthed hos ældre mennesker? Hvad og hvilke indsatser/metoder/strategier skal der sættes på? Hvilke muligheder? Hvilke barrierer?
Herunder pause med kaffe, te, kage.
- kl. 15.00 - 15.30 **Afsluttende debat i plenum.**