

# Inbjudan till kraftsamling för äldres psykiska hälsa i Blekinge

Under 2024 inleds ett arbete för att skapa förändring på samhällsnivå för äldres psykiska mående i Blekinge. Vi tror att du eller du och din organisation kan göra skillnad och vill därför bjuda in dig till en kraftsamling i höst.

Vi lever allt längre och andelen äldre personer i befolkningen ökar. Att allt fler lever längre är mycket positivt men innebär också stora utmaningar och kräver förändringar. Det gäller boende, transporter och stadsplanering men också vård och omsorg.

I Sverige är andelen invånare över 65 år 20 % av befolkningen. I Blekinge ligger andelen redan över 25 % av befolkningen. Det är en befolkningsutveckling som påverkar hela samhället och vi behöver titta på vad vi kan göra för att möta äldres behov och skapa förutsättningar för ett gott åldrande.

Äldre människor är mer sårbara för psykiska hälsoproblem på grund av faktorer som fysisk sjukdom, funktionsnedsättningar, social isolering och förlust av närstående/vårdande av närstående eller förlust av vänner. Men psykisk ohälsa är inte en naturlig del av åldrandet utan går att förebygga.

**Kraftsamlingen har fokus på nya vägar för att förebygga och bättre möta psykisk ohälsa, inte bara i vården utan som samhälle.**

- Hur kan vi tillsammans bibehålla och stärka psykisk hälsa hos den växande gruppen äldre?
- Hur skapar vi ett åldersvänligt samhälle där äldre kan vara del av meningsfulla sammanhang och må bra?

- Hur främjar vi det friska och förebygger ohälsa?
- Hur kan vi skapa en förändring?

Äldres psykiska hälsa och livskvalitet berör många delar i samhället. Vi behöver kraftsamla för att skapa en förändring på samhällelig nivå. Du är nu inbjuden till denna utforskande expedition, och vi hoppas att du vill följa med på denna resa.

## Varmt välkommen!

Har du frågor och/eller tankar om vem mer som ska bjudas in och vara en resurs för detta arbete. Hör av dig till projektledarna på [aldrespsykiskahalsa@regionblekinge.se](mailto:aldrespsykiskahalsa@regionblekinge.se)

**Läs mer om höstens arbete och träffar på nästa sida.**



Ett samarbete mellan



# Kraftsamling för äldres psykiska hälsa i Blekinge

Aktörer från hela samhället möts i en workshopserie på tre träffar under hösten. Vi lär tillsammans om vad som påverkar äldres psykiska hälsa/ohälsa och hur vi som enskilda individer, organisationer eller tillsammans kan förbättra vårt arbete. Syftet med kraftsamlingen är att stödja samhällsaktörer och engagerade personer att gå bakom de givna svaren och hitta nya vägar.

## Kraftsamlingen Workshop

### Första träffen:

**"Utforska möjligheter och utmaningar tillsammans"**

**Tid:** tisdag den 10 september, klockan 10.00–15.00  
Klockan 09:30–10:00 finns möjlighet att registrera sig samt kaffe, te och smörgås för den som önskar.

**Plats:** Sölvesborg Slott, Slottsallén, Sölvesborg (OBS ny lokal!)

### Andra träffen:

**"Lära av erfarenheter och omsätta initiativ"**

**Tid:** onsdag den 16 oktober, klockan 10.00–15.00

**Plats:** Marinmuseum, Stumholmen, Karlskrona

### Tredje träffen:

**"Integrera lärdomar, fördjupa och gå till handling"**

**Tid:** fredag den 22 november, klockan 10.00–15.00

**Plats:** Kreativum Science Center, Strömmavägen 28 C, Karlshamn

Mellan träffarna testar vi idéer och frågor i våra olika kontexter för att samla värdefulla erfarenheter för att möjliggöra en förändring som spelar roll. Det kommer också finnas möjlighet till digitala frukostseminarier kring kunskap och frågor som deltagarna vill lära mer om.

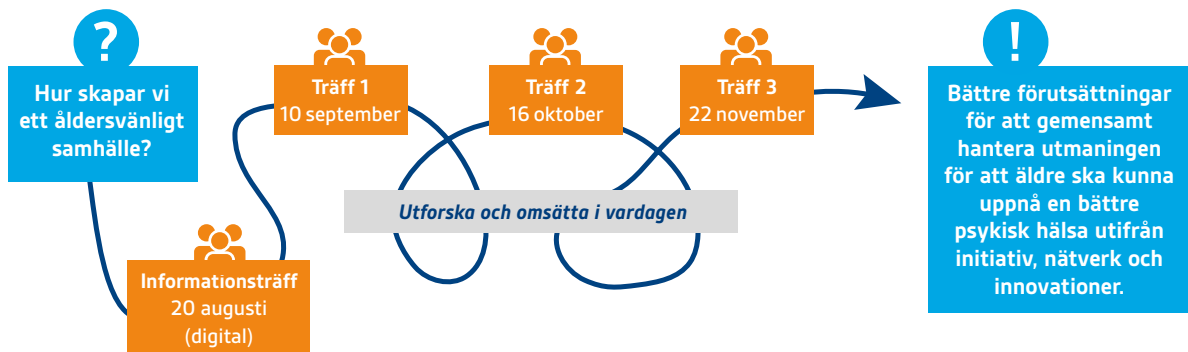
## Anmälan och mer information

Anmäl dig till workshopserien senast den 23 augusti via qr-koden här bredvid eller på [regionblekinge.se/mission-aldre](https://regionblekinge.se/mission-aldre)



Vi erbjuder en öppen digital informationsträff den 20 augusti klockan 8.00–9.00 inför träffarna. Länk till informationsträffen <https://uso2web.zoom.us/j/86950391326>

Mer information om höstens arbete kommer finnas och uppdateras på Region Blekinges webbplats [regionblekinge.se/mission-aldre](https://regionblekinge.se/mission-aldre)



## Om initiativet

**Kraftsamling för äldres psykiska hälsa i Blekinge** är en del i projektet Mission: äldres psykiska hälsa. Projektet är tvåårigt och finansieras av länets kommuner och Region Blekinge via samverkansorganet LSVO (Ledningsamverkan vård och omsorg) då psykisk hälsa identifierats som ett behov för ett större utvecklingsarbete.

I vår har det påbörjats en kartläggning av nuläget och aktörer och då har det kommit fram många goda exempel, både hos vården, hos organisationer och föreningar och det privata. Det har också framkommit att det finns ett stort avstånd mellan problem och önskat läge. Det saknas sådant som kompetens, kommunikation, utbud av meningsfulla sammanhang och stöd till anhöriga. Därtill saknas möjlighet att lära och inspireras över gränserna, få nya perspektiv och kunna skapa lösningar bortom det vi redan gör och vet. Kraftsamlingen syftar till att möjliggöra detta och vi bjuder därför in brett. Nya initiativ som genereras under Kraftsamlingens process och bedöms vara frön till hållbar förändring kommer att stöttas av projektet.