

Fallpreventionsveckan 2019

MÅNDAG 30 sep

Aktivitet: Inlägg på kommunens hemsida, Facebook och Origo.

Innehåll: Vad är fallprevention och varför är det viktigt att arbeta med, nationell statistik och fakta, varför veckan uppmärksammas, Socialstyrelsens kampanj "Balansera Mera" med mera.

Syfte: Uppmärksamma området på ett generellt plan, och vad som kommer att hända under veckan.

TISDAG 1 okt

Aktivitet: Stå vid ett informationsbord kl. 10-14 utanför ICA:s entré.

Innehåll: Kommunrehab, samordnare för folkhälsa, finskt förvaltningsområde, kommunikatör samt Oxelösunds judoklubb finns på plats för att dela ut broschyrer från Balansera Mera-kampanjen (på svenska och finska), låta medborgare gå tipspromenad om fallprevention, testa sin balans, lära sig om fallteknik och få info om Otago-appen. Eftersom det är tisdag = pensionärsrabatt (och internationella Äldredagen!) räknar vi med att många äldre finns i omlopp runt omkring ICA och torget.

Syfte: Informera medborgare, framför allt äldre, om fallprevention.

ONSDAG 2 okt

Aktivitet och innehåll: Inlägg på Facebook (och hemsidan?) om Otago-appen – en film om hur den kan användas. Inlägg på Origo om kommunrehab, vilka de är och hur de arbetar fallpreventivt. Även länka till filmer som de spelat in tidigare om hur personalens bemötande kan främja egna initiativ hos brukarna vilket skapar handlingskraft och självständighet.

Syfte: Visa hur teknik kan hjälpa oss att undvika fall. Uppmärksamma en av kommunernas verksamheter och hur de arbetar med fallprevention i praktiken. Även informera personal inom kommunen om hur ett bra bemötande kan se ut via korta filmer från kommunrehab.

TORSDAG 3 okt

Aktivitet: Oxelösunds judoklubb demonstrerar fallteknik på Koordinaten.

Innehåll: Judoklubben erbjuder äldre att prova på fallteknik på biblioteket mellan kl. 12.00-13.00. Judoklubben kommer även berätta om fallteknik och fallprevention under senior- och anhörigcaféet i Eventsalen samma dag (ca kl. 10.15-10.45).

Syfte: Visa konkret hur fallprevention kan se ut samt uppmärksamma hur ideella föreningar kombinerar nytta med nöje!

FREDAG 4 okt

Aktivitet: Inlägg på kommunens hemsida, Facebook och Origo.

Innehåll: Information om kommunens sysselsättningsverksamhet Finlirarna, och hur de kan hjälpa äldre att undvika fall genom sina gratistjänster.

Syfte: Uppmärksamma en av kommunens verksamheter som arbetar fallpreventivt.

Alla dagar

Låta de två 40 sek-filmerna från Balansera Mera-kampanjen rulla på TV-skärmar på Björntorp och Sjöåtungen (kommunens två SÄBO) där både boende, anhöriga och personal förhoppningsvis stannat till och tittar. Mat, motion och medicin uppmärksammas som viktiga områden samt vad man kan göra själv för att undvika fallskador och fallolyckor.

Arbetsgrupp

Äldreomsorgsförvaltningen: **Malin Nilsson** och **Karolin Jansson** (kommunrehab).

Social- och omsorgsförvaltningen: **Sara Snäck** och **Alexandra Westin** (kommunikation och samordning).

Input och idéer: Åsa Mirheim, utvecklingsstrateg (ÄF), Päivi Hellberg, samordnare finskt förvaltningsområde (KSF) och Anna-Lena Nerén, anhörigkonsulent (SOF).