

Ældrekonferencen

*Faglig kvalitet,
alsidige tematiske synsvinkler
og praksisnær viden*

Imran Rashid

Tine Rostgaard

Jens Bangsbo

Mette Søndergaard

Lotte Blicher Mørk

Dorthe Nielsen

Bygholm Park Hotel, mandag d. 11. maj 2020

Velkommen til

Ældrekonferencen d. 11. maj 2020

Ældrekonferencen er en tværfaglig netværks- og vidensformidlingsplatform målrettet alle fagpersoner med interesse for ældreområdet. Ældrekonferencen byder på indsigt i relevante nye initiativer, solid faglig opdatering, praksisnær inspiration samt erfaringsudveksling på tværs af professioner og instanser indenfor ældreområdet.

Ældrekonferencen er et nyt, efterspurgt initiativ, som løb af stablen for første gang i foråret 2019 i selskab med blandt andre Ældreministeren samt ikke mindst en fuld sal af engagerede fagpersoner. Det var en rigtig god dag – og nu gentager vi succesen i foråret 2020.

Faglig kvalitet, alsidige tematiske synsvinkler og praksisnær viden:

Ældrekonferencen byder på en palet af foredrag, der repræsenterer alsidige tematiske synsvinkler og erfaringsmæssig baggrund – forskningsmæssigt, organisatorisk og praktisk. Det er vores målsætning, at alle foredragsholderne skal tage udgangspunkt i deltagernes hverdag i arbejdet med de ældste. Derfor har vi bedt alle foredragsholdere om at have fokus på omsætning af teori til praksis. Viden der kan omsættes til handling i praksis, er viden, der virker!

På Ældrekonferencen 2020 vil foredragsholderne bl.a. drøfte og give svar på følgende:

- *Hvordan er rehabilitering organiseret og udført i Danmark, hvad betyder rehabilitering for borgerne og medarbejderne – og hvad kan vi lære af udlandet?*
- *Hvor lidt fysisk aktivitet skal der til for at forbedre ældres helbred, og kan ikke-aktive personer blive fysiske aktive i en sen alder – hvad fortæller den nyeste forskning os om alt dette og meget mere?*
- *Hvordan bliver vi mere kulturelt kompetente, og hvordan bliver vi bedre til at forstå og håndtere ældres sårbarheder?*
- *Hvorfor er aktiviteter så vigtige, også når man har demens, og hvordan kan vi støtte og hjælpe personer med demens ind i mere aktivitet?*
- *Hvorfor er værdighed en forudsætning for livskvalitet – og noget du bliver givet, når nogen tror på, at du er noget værd som menneske?*
- *Hvordan påvirker brugen af smart teknologi menneskers biologiske, psykologiske og sociale behov, og hvordan sikrer vi, at mennesker forbliver mennesker i en verden præget af maskiner?*

Vi glæder os til en rigtig god dag med fokus på ældreområdet!

Ældrekonferencen afholdes i de skønne klassiske rammer på Bygholm Park Hotel i Horsens. Læs mere her: <https://www.aeldrekonferencen.dk/om-bygholm-park-hotel/>





Imran Rashid

Digitaliseringens konsekvenser for det aldrende menneske og alle omkring – udvikling eller afvikling?

Hvordan passer vi på os selv, så vi kan være der for andre? Og hvilke udfordringer og muligheder bør vi være opmærksomme på i relation til digitalisering, når vi arbejder med det aldrende menneske?

Speciallæge i almen medicin og ekspert i digital sundhed, Imran Rashid, vil i dette foredrag diskutere nogle af de væsentligste konsekvenser af den omsiggribende digitalisering, som vi har oplevet i de sidste par årtier. En udvikling som i høj grad vedrører os alle uanset profession og arbejdsområde.

Foredraget vil bl.a. give svar på følgende:

- Hvordan påvirker brugen af smart teknologi menneskers biologiske, psykologiske og sociale behov?
- Hvorfor er Homo Sapiens – det tænkende menneske – ikke den rette måde at beskrive mennesker på?
- Hvordan sikrer vi, at mennesker forbliver mennesker i en verden præget af maskiner?

Imran Rashid er speciallæge i almen medicin og tidligere innovationschef i Danmarks største kæde af privathospitaler, Aleris-Hamlet. Han er stifter af konsulentvirksomheden Sund Digital, der rådgiver ministerier, institutioner samt nogle af landets største virksomheder indenfor digital sundhed. Og så er han en særdeles rutineret foredragsholder og dygtig formidler.

Imran Rashid er forfatter til flere bøger om teknologiens påvirkning af mennesker. Bl.a. den tankevækkende bestsellerbog *SLUK – kunsten at overleve en digital verden* (2017), som fokuserer på hvordan digitaliseringen konkret påvirker mennesker, og hvad det egentlig betyder for vores fysiske og mentale sundhed, når vi tjekker vores telefoner op imod 150 gange dagligt og konstant skal bearbejde enorme mængder digital information. Og senest bogen *Offline* (2019) skrevet sammen med marketingekspert, Søren Kenner. Bogen er baseret på et grundigt research arbejde med fokus på digitaliseringens mulige skadelige virkninger på menneskers helbred



Tine Rostgaard

Rehabilitering – danske og internationale erfaringer?

Rehabilitering i ældreplejen blev i Danmark indført i 2015. Hvis der ansøges om hjemmehjælp i dag, forventes det derfor, at man indgår i et kort og intensivt tværfagligt forløb med det formål at blive mere selvhjulpne.

Oplægget vil give svar på hvordan man i Danmark organiserer og arbejder med rehabilitering. Professor, Tine Rostgaard vil med baggrund i sin store faglighed på området dokumentere og diskutere hvordan de ældre tager imod denne nye indsats, og om de ældre rent faktisk bliver mere selvhjulpne efter et rehabiliteringsforløb?

Tine Rostgaard vil desuden inddrage, hvad rehabilitering betyder for alle, som arbejder med de ældste i hverdagen – ikke mindst i forhold medarbejdernes motivation for at arbejde indenfor sektoren. Derudover vil hun gennemgå og diskutere erfaringer fra andre lande, hvor man på tilsvarende vis arbejder med rehabilitering.

Foredragets vil bl.a. give svar på følgende:

- Hvordan er rehabilitering organiseret og udført i Danmark?
- Hvad betyder rehabilitering for borgerne og medarbejderne?
- Hvad kan vi lære fra udlandet?

Tine Rostgaard er professor i komparativ socialpolitik ved VIVE – Det nationale forsknings- og analysecenter for velfærd. Hun er forfatter til flere bøger, bl.a. bogen *Det aldrende Samfund: Udfordringer og nye muligheder* (2015).

Tine Rostgaard har i en årrække forsket i ældrepleje og har taget initiativ til det internationale forskningsnetværk ReAble, som ser på rehabilitering. Se eventuelt mere på <https://reable.auckland.ac.nz>



Jens Bangsbo

Aktiv alderdom fremmer helbredet – hvor lidt aktivitet skal der til?

Forskellige typer af holdspil har i de senere år vist sig yderst effektive i bredspektret forbedring af ældres sundhed – det gælder også for de allerældste (+85). Holdspil har et endnu ikke fuldt udnyttet potentiale til at stimulere ældre til fysisk aktivitet.

I 2018 afholdt Center for Holdspil og Sundhed sammen med Center for Sund Aldring en konsensuskonference, hvor seksogtyve forskere fra hele verden var samlet. Fokus var på fysisk aktivitet og sundhed hos ældre. På Ældrekonferencen 2020 vil Jens Bangsbo præsentere konklusionerne og anbefalingerne fra konsensuskonferencen. Specifikt vil der være fokus på forskellige typer af holdspil, der foruden de bredspektrede forbedringer af ældres helbred, desuden i sig selv motiverer til fastholdelse af aktivitet.

Foredraget vil bl.a. give svar på følgende:

- Hvor lidt fysisk aktivitet skal der til for at forbedre ældres helbred?
- Kan ikke-aktive personer blive fysiske aktive i en sen alder?
- Hvilke helbredsmæssige effekter har holdspil?

Jens Bangsbo, Dr. Scient, er professor i arbejdsfysiologi på Institut for Idræt og Ernæring, Københavns Universitet. Han var i mange år forskningsleder på instituttet og er leder af en forskningsgruppe, der fokuserer på muskelfysiologi, træning og træthed. Han er endvidere leder af Center for Holdspil og Sundhed, som er støttet af Nordea-fonden med mere end 70 millioner kr.

Jens Bangsbo har publiceret over 300 videnskabelige artikler, en lang række oversigtsartikler (reviews) og bogkapitler, samt mere end 25 bøger. Han er FIFA, UEFA og AFC instruktør samt deltids-træner i den italienske fodboldklub Atalanta.





Mette Søndergaard

Demens og meningsfuld aktivitet

I dette meget relevante og praksisnære foredrag vil Mette Søndergaard med stort engagement, humør og humor sætte fokus på, hvorfor aktiviteter er så vigtige for demensramte, og hvordan demensramte helt konkret kan støttes og hjælpes ind i mere aktivitet.

Behovet for at opleve sig nyttig, at have indhold i tiden og bruge sine ressourcer forsvinder ikke fordi man får demens. Men behovet for hjælp til at tage initiativ og tilrettelægge aktiviteter øges i takt med at sygdommen skrider frem.

Medarbejderne i plejesektoren er udfordret på årelang tradition med fokus på dokumentation og refleksion omkring det sygeplejefaglige. Når det handler om aktiviteter, om at involvere borgerne i eget liv, og om det som *virker* mentalt og socialt, kan betydningsfuld viden risikere at forblive inaktiv viden i medarbejdergruppen.

Oplægget vil sætte spot på de uendeligt mange muligheder for aktiviteter i den lille hverdag, på betydningen af disse og på hvordan man kan ændre på kulturen omkring at: "aktiviteter – det er noget vi kan se på, når vi er færdige..."

Foredraget vil bl.a. give svar på følgende:

- Hvorfor er aktiviteter så vigtige, også når man har demens?
- Hvordan kan vi støtte og hjælpe personer med demens ind i mere aktivitet?
- Hvordan kan fagligheden omkring aktiviteter højnes?

Mette Søndergaard er ergoterapeut, underviser og mangeårig konsulent indenfor ældre- og demensområdet. Hun underviser fagpersonale, pårørende samt frivillige ved plejehjem, hjemmeplejen, aktivitetscentre, besøgstjenester m.m. Mette Søndergaard underviser tillige ved uddannelsen til Demenskoordinatorer. Udover at undervise, vejleder Mette Søndergaard i praksis ved at tage del i hverdagen der hvor ældre mennesker bor og lever.

Mette Søndergaard er forfatter til flere bøger, bl.a. en række undervisningsbøger samt bøgerne *Demens og aktiviteter i et livshistorisk perspektiv* (2004) og *Livet i leve-bomiljø* (2008)



Lotte Blicher Mørk

Værdighed – hvad er det egentlig værd?

Vi taler så meget om værdighed i alle mulige sammenhænge; værdighedspolitik, værdighedsmilliard, værdighed i ældreplejen og ikke mindst værdig død. Men hvad betyder det? Hvornår er noget værdigt? Det er et begreb, der er svært at have noget imod, for hvem vil ikke gerne behandles med værdighed. Men det bliver et problem, når betydningen af værdighed dikteres af afsenderen og ikke af den, der skal behandles med værdighed. Kan værdighed også blive nedværdigende?

I oplægget vil der blive reflekteret over disse temaer med udgangspunkt i, hvordan vi som moderne mennesker forholder os til død og magtesløshed, fordi det hænger tæt sammen med, hvordan vi opfatter værdighed.

Foredraget vil bl.a. give svar på følgende:

- Hvorfor er værdighed ikke noget du selv kan tage, men noget du bliver givet?
- Er værdighed noget du får, når nogen tror på, at du er noget værd som menneske?
- Hvorfor er værdighed en forudsætning for livskvalitet?

Lotte Blicher Mørk er cand. theol og præst på Rigshospitalet. Hun underviser, holder foredrag og arrangerer konferencer.

Lotte Blicher Mørk har publiceret artikler, skrevet kapitler i fagbøger, og har i 15 år beskæftiget sig med udbredelsen af palliation i Danmark. Hun sidder i bestyrelsen for Foreningen for Palliativ Indsats i Danmark og er medforfatter til Sundhedsstyrelsens retningslinjer for palliation samt medlem af Det Sundhedsfaglige Råd for Palliation.

Lotte Blicher Mørk er forfatter til den anmelderroste bog *På en måde skal vi dø* (2016) samt flittig skribent i diverse aviser og Ugeskrift for Læger. Hun er en stærk stemme i samfundsdebatten om emner som sygdom, død, sorg og værdighed.



Dorte Nielsen

Ældre minoriteter – sårbarhed i et tværkulturelt perspektiv

Dorthe Nielsen vil i sit oplæg forholde sig til de sundhedsfaglige kompetencer, der er i spil og som udfordres i det sundhedsprofessionelle møde med ældres sårbarheder. Dette ansues ud fra et sårbarhedsperspektiv, et familieperspektiv og et tværkulturelt perspektiv.

Der vil i oplægget være eksempler fra klinisk praksis samt fokus på konkrete kommunikative redskaber, der kan tages med "hjem".

Foredraget vil bl.a. give svar på følgende:

- Hvordan bliver vi mere kulturelt kompetente?
- Hvordan bliver vi bedre til at forstå og håndtere ældres sårbarheder?
- Er familien en ressource eller en belastning?

Dorthe Nielsens profil er baseret på en solid baggrund inden for klinisk sygepleje, undervisning og forskning. Hendes forskning fokuserer på sårbarhed, interkulturel sygepleje, aldring og patienters hverdag med kroniske sygdomme og sygdomme.

Dorthe Nielsen arbejder med en tværfaglig praksisnær forskningstilgang som tager afsæt i patienters fortællinger, hverdag, kommunikation og kultur. Hendes forskning involverer kvalitative såvel som kvantitative metoder til at identificere og udvikle praksisorienteret sygepleje og behandling for sårbare patienter. forskning ved Klinisk Institut og Psykiatrien i Region Syddanmark.



Program Ældrekonferencen

mandag d. 11. maj 2019

08.30 - 09.15 Ankomst og registrering

09.15 - 09.30 Velkommen

09.30 - 10.10 **Rehabilitering – danske og internationale erfaringer?**

Tine Rostgaard

Professor v. VIVE, initiativtager til ReAble

10.10 - 10.45 **Aktiv alderdom fremmer helbredet – hvor lidt aktivitet skal der til?**

Jens Bangsbo

Professor v. KU, FIFA, UEFA og AFC instruktør, deltidstræner i den italienske fodboldklub Atalanta

10.45 - 11.10 Pause

11.10 - 11.50 **Demens og meningsfuld aktivitet**

Mette Søndergaard

Ergoterapeut, forfatter, konsulent og underviser v. Demenskoordinatoruddannelsen

11.50 - 12.50 Frokost

12.50 - 13.30 **Værdighed – hvad er det egentlig værd?**

Lotte Blicher Mørk

Præst på Rigshospitalet, forfatter og medl. af Det Sundhedsfaglige Råd for Palliation

13.30 - 13.50 Pause

13.50 - 14.30 **Ældre minoriteter – sårbarhed i et tværkulturelt perspektiv**

Dorthe Nielsen

Sygeplejerske, ph.d., lektor v. Odense Universitetshospital

14.30 - 14.55 Pause

14.55 - 15.40 **Digitaliseringens konsekvenser for det aldrende menneske og alle omkring – udvikling eller afvikling?**

Imran Rashid

Speciallæge i almen medicin, ekspert i digitalisering samt bestsellerforfatter

15.45 Farvel og på gensyn i 2021



Forplejning

- Morgen** Buffet med hjemmebagt rugbrød, glutenfrit brød og fuldkornsbrød m/alm. smør og laktosefri smør. Dansk ost og frisk flødeost med purløg. Pålæg og marmelade. Juice og vand rensset med kul. Croissanter og kanelstang.
- Frokost:** Dagens suppe med toppings 2 kolde retter samt 1-2 varme retter med kød (fjerkræ, oksekød eller svinekød) Dagens fisk. Tilbehør (pasta, ris eller kartofler). Grøntsager samt 1 vegansk ret. Stor salatbuffet, hvor du kan blande din egen favorit salat m/ dressing og olie/balsamico eller lækre blandede salater. Udvalg af forskelligt brød, fx økologisk rugbrød, glutenfrit brød og fuldkornsbrød m/alm. og laktosefri smør. Diverse oste. Dessert Scandic vand – med og uden brus.
- Eftermiddag** Hjemmebagt kage eller crumble efter årstiden. Knækbrød – fuldkorn, surdej og glutenfri. Rawbars Spreads, fx avocadocreme, humus eller frisk ost med granataeb- le. 2 slags frisk, hjemmelavet juice eller limonade samt vand rensset med kul.
- Hele dagen** Bæredygtig kaffe. Te, forskellige smagsvarianter. Tørrede frugter og nødder. Frisk frugt



PRISER

Deltagelse pr. person:	kr. 2.096,00
Gruppetilmelding (4 personer):	kr. 7.184,00
Tillæg – gruppetilmelding pr. person:	kr. 1.796,00

Eksempel: 5 samtidige tilmeldinger, pris i alt kr. 7.184,00 + kr. 1.796,00 = kr. 8.980,00

Alle priser er ekskl. moms.

Ved tilmelding bør fremgå navn, titel, arbejdsplads samt betalers cvr. eller Ean. nr.

TILMELDING

Ældrekonferencen mandag d. 11. maj 2020

Tilmelding foregår en særlig tilmeldingsside som findes her:

<https://ctku.nemtilmeld.dk/22>

Hvis der opstår problemer med tilmeldingssiden eller lignende, så er I naturligvis altid velkomne til at sende en email til info@ctku.dk

Alle tilmeldinger er bindende.

Dog kan tilmeldinger godt "byttes", således at en anden person end den tilmeldte kan deltage i stedet for den oprindeligt tilmeldte. Ældrekonferencen skal blot informeres om dette senest dagen inden Ældrekonferencen.

Grupperabatter forudsætter samtidige tilmeldinger (min. 4 tilmeldinger på en gang). Altså i én og samme email. Senere tilmeldinger af flere deltagere kvalificerer ikke til rabat. Det er desuden en forudsætning for at opnå rabat, at der kan skrives én regning. Det vil bla. sige, at der kun skal anvendes ét EAN- eller CVR-nr. til opkrævning.

Ved betaling udover forfaldstid beregnes 2% rente pr. påbegyndt måned samt rykkergebyr 100,- kr. pr. rykker.

Ved tilmelding oplyses email på samtlige deltagere. Disse emailadresser bruges til at fremsende evalueringsskemaer efter konferencen, til oplysninger om eventuelle programændringer samt invitation og program til fremtidige konferencer. I samtlige emails oplyses tydeligt om, hvordan man frabeder sig fremtidige emails.



Ældrekonferencen d. 11. maj 2020

Tlf: 23 23 61 09

Cvr.nr. 32303471

Bank: Spar Nord

Registreringsnummer: 9280

Kontonummer: 4575631792

www.aeldrekonferencen.dk

info@aeldrekonferencen.dk

KØRSELSVEJLEDNING

Tog Gåafstand igennem parken fra Horsens Banegård

Taxa Det er let at få en taxa fra Horsens Hovedbanegård til Scandic Bygholm Park.
Turen fra stationen til hotellet tager normalt ca. 5 minutter.

Bil Frakørsel 57 på E45 (Horsens) herefter Vestvejen mod Horsens. I T-krydset ved Vejlevejen (170) mod Horsens. Fortsæt ligeud af Ringvejen, indtil du kommer til Bygholm Slot og Park i Horsens C.

Fly 57 km fra Billund. Du kan tage lufthavnsbussen fra Billund Lufthavn til Q8-tanken ved motorvejens frakørsel 56 (se tidstabeller på www.billund-lufthavn.dk). Fra tankstationen kan du tage en taxa direkte til Scandic Bygholm Park.

