

Länets gemensamma mediebänk

MEDIECENTER VÄRMLAND



ÄLDREOMSORG



Det här temabladet ger dig tips om vilket material som finns hos Mediecenter Värmland för personal inom äldreomsorgen!

Allt material är direktlänkat till SLIPlay – ctrl-klicka på titeln och starta!

OM MEDIECENTER VÄRMLAND

Mediecenter Värmland är länets gemensamma mediebänk!
Här kan alla medlemmar, från barnomsorg till vuxenfortbildning, avgiftsfritt välja bland cirka 25.000 titlar.



Mediecenter Värmland tillhandahåller inköpt film, UR:s radio/tv-program och robotar. Hos oss kan du även beställa talböcker – vi har tillgång till mer än 100.000 böcker från Legimus.

HUR BESTÄLLER JAG?

Du hittar hela vårt utbud i vår internetkatalog <https://sliplay.se/mediecentervarmland>.

För att strömma eller beställa material via webben måste du skapa ett konto!
Har du några funderingar, ring oss på 010-833 10 60 eller skicka en e-post till mcv@regionvarmland.se

OBS! Dina elever kan också göra konto på SLIPlay och strömma själva! (elevinloggning)

Gör så här för att skapa konto:

Gå till sliplay.se/mediecentervarmland. Klicka på "Bli medlem här". Fyll i dina uppgifter och klicka på "gå vidare". Du får nu en e-post med en länk som du ska följa. Där får du fylla i ytterligare några uppgifter samt välja lösenord. När du sparat är din registrering klar och så fort vi godkänt din registrering (under kontorstid) kan du börja använda ditt konto.

Du kan också välja något av de single-sign-on-alternativ som finns – ytterligare information om hur du gör hittar du [här!](#)

Dina elever kan också göra egna konton på sliplay.se/mediecentervarmland och strömma programmen direkt i sina datorer, smartphones eller iPads. En annorlunda läxa kanske...?
De skapar sina konton på samma sätt som pedagogerna och när detta är klart måste du godkänna deras konto. Du hittar deras ansökningar under "elevregistreringar" på din SLI-Play-inloggning (under ditt namn). OBS! Godkänn bara de elever som är dina!

[Här hittar du en lathund för dina elever!](#)

På [SLIPlay](#) hittar du en mängd filmer/tv-program som är fria för användning inom kommunala verksamheter.
Här finns t.ex drama, naturfilmer och dokumentär som underhållning för de boende!

HÄR FINNS OCKSÅ FILMER FÖR PERSONALEN!



Vård i praktiken

En serie pedagogiska och inspirerande filmer som ger konkreta verktyg och insikter för framtidens undersköterskor. Filmerna är särskilt framtagna för vårdutbildningar och passar utmärkt i både klassrum och digital undervisning. Med verklighetsnära exempel, tydlig information och praktiska demonstrationer får eleverna följa med i viktiga moment inom vård och omsorg –

från bemötande till hygienrutiner.

Del 1: Bemötande i vården – Så gör du skillnad

Hur kan ett gott bemötande påverka en vårdtagares upplevelse? Denna film lyfter empati, kommunikation och respekt i mötet med vårdtagare.

Speltid: 9 min. **Utförande:** Strömmande video.

Del 2: Fallteknik och säkerhet

Hur förhindrar vi fall och skador? Filmen visar på rätt lyfteknik och hur vi skapar en trygg vårdmiljö för både personal och brukare.

Speltid: 5 min. **Utförande:** Strömmande video.

Del 3: Vård enligt rätt – Lagar och etik för säker omsorg

Vad säger lagen om dokumentation, samtycke och sekretess? Här får eleverna grundläggande kunskap i juridik och etik.

Speltid: 8 min. **Utförande:** Strömmande video.

Del 4: Vård vid måltider – Att ge stöd vid matning

Att ge stöd vid måltider kräver tålamod, empati och rätt teknik. Filmen visar hur man kan hjälpa på ett värdigt sätt.

Speltid: 5 min. **Utförande:** Strömmande video.

Del 5: Säker vård: Hygienrutiner för trygg omsorg

God hygien är grunden för säker vård. Filmen går igenom handtvätt, skyddsutrustning och basala hygienrutiner.

Speltid: 6 min. **Utförande:** Strömmande video.



Det omätbara (58 min)

Att få 15 barn att somna på en förskola mitt på dagen. Att i hemtjänsten jaga minuter i hissen mellan vårdtagare. I Det omätbara vänder Nils Petter Löfstedt ömsint kameran mot sina föräldrar och den stora yrkesgrupp som arbetar med att ta hand om andra. Resultatet är en dokumentär om en just nu omöjlig ekvation.

Filmen finns också i bioversion 90 min.

Speltid: 58 min. **Utförande:** Strömmande video.

Studio 65

En serie som gått i fyra säsonger med program som handlar om gripande livshistorier, med råd, forskning, kunskap och inspiration för ett bra liv efter 65. Här möter vi kända och okända 65-plussare som pratar om sina erfarenheter och tankar om livet som äldre. Bland gästerna möter vi Leif GW Persson, Krister Henriksson, Lasse Åberg, Amelia Adamo, Christina Schollin samt några av Sveriges ledande experter på äldrefrågor.

Speltid: 28 min/del. **Utförande:** Strömmande video.



Studio 65 - Poddar

Till tv-serien "Studio 65" finns även två säsonger med poddar/radioprogram. Programmen handlar om allt från dejting till döstädning. Gripande livshistorier blandas med forskning och fakta, humor och djupaste allvar. Vi möter experter, kändisar och helt vanliga människor som berättar om livet efter 65, dess utmaningar och glädjeämnen. Med en positiv

grundton ges kunskap, råd och inspiration för ett längre och lyckligare liv. Eller bara lite igenkänning i allt som känns jobbigt.

Speltid: 20–30 min/del. **Utförande:** Strömmande ljud.

En hjärnas födelse och död: Den åldrande hjärnan

När hjärnan blir gammal, händer mycket negativt: antalet hjärnceller minskar, minnet fallerar och risken för hjärnsjukdomar ökar. Men allt är inte nattsvar. Idag vet forskarna att det sker en nybildning av hjärnceller hela livet, att vissa minnesfunktioner märkligt nog blir bättre med åren och att hjärnan tack vare sin formbarhet kan återskapa funktioner som förlorats vid till exempel en stroke. Alltför av oss när den magiska 100-årsgränsen, många med hjärnans funktioner i behåll, och nu börjar man förstå vad det är i vår miljö och vår biologi som gör det möjligt.

Speltid: 28 min. **Utförande:** Strömmande video.



Aktiv dödshjälp – Etik och lagar i livets slutskede

Aktiv dödshjälp är ett kontroversiellt ämne som handlar om att medvetet avsluta en människas liv för att lindra outhärdligt lidande. Det finns två huvudformer:

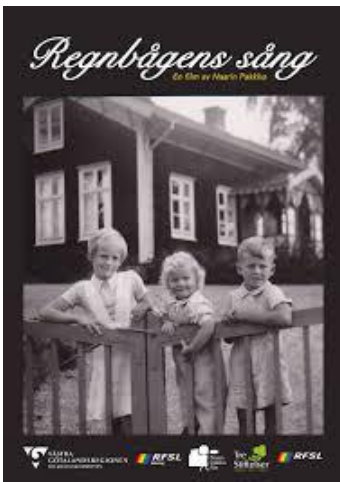
- Eutanasi: En läkare administrerar en dödlig dos läkemedel direkt till patienten, vanligt i Nederländerna och Belgien.

- Assisterat döende: Patienten får läkemedel utskrivna och tar det själv, exempelvis enligt Oregonmodellen i USA.

I Sverige är aktiv dödshjälp förbjudet. Passiv dödshjälp, där behandling avbryts och döden tillåts ske naturligt, är däremot lagligt under vissa förutsättningar. Ett exempel är att avsluta livsuppehållande vård på patientens begäran.

De etiska frågorna är många. Förespråkare menar att individen bör ha rätt att bestämma över sin egen död när lidandet är outhärdligt. Motståndare varnar för risker som missbruk och att sårbara grupper, som äldre eller funktionshindrade, kan känna sig pressade att välja dödshjälp för att inte vara en börda. Läkares roll är också etiskt komplex – de måste väga patientens önskan mot sitt ansvar att skydda liv. Globalt varierar lagarna. Länder som Nederländerna, Schweiz och Kanada tillåter någon form av dödshjälp under strikta villkor, medan det är förbjudet i många andra. Ämnet väcker starka känslor och kräver noggrann eftertanke kring rättigheter, lagar och vård i livets slutskede

Speltid: 8 min. **Utförande:** Strömmande video.



Regnbågens sång

Regnbågens sång är en film av Nasrin Pakkho där HBTQ-seniorer berättar om sina liv och upplevelser. Syftet med filmen är inte bara att synliggöra begränsande normer i majoritetssamhället utan även visa på hur mångfacetterad hbtq-gruppen är samt ge ett historiskt perspektiv. Frågeställningarna i foldern som följer med filmen är tänkt som underlag för samtal och diskussion i personalgrupper på t.ex. äldreboende. Där finns även några råd till den som ska leda samtalen. Förhoppning är att filmen och samtalen ska bidra till att ge vidgade perspektiv och problematisera de normer om kön och sexualitet som tas för givna.

Speltid: 58 min. **Utförande:** Strömmande video.

Leva tills jag dör

På äldreboendet Kyrkbyn fyller många av de boende snart 100 år. Innan aktivitetscoachen Monica anställdes för att bryta ensamheten kände flera av dem knappt till namnet på varandra. Mellan Monica och den 99-åriga Ella utvecklas en stark vänskap. Med humor och värme delar de livets med- och motgångar i att åldras och vårdas i livets slutskede.

Speltid: 58 min. **Utförande:** Strömmande video.



[Leva tills jag dör – Korta dokumentärer från äldreboenden](#)

En serie som skildrar hur livet och arbetet på ett äldreboende kan vara - med fokus på relationer, livskvalitet och att få vara en hel människa. Vi möter boende, personal och anhöriga i nära situationer från verkligheten. Det handlar om att få gråta, skratta, uppleva nya saker och att ha tillitsfulla relationer. Att få bli sedd som gammal

och inte sjuk, som en hel människa och inte någon som bara ska vårdas.

Speltid: 8x6 **Utförande:** Strömmande video.



Visa från Sättragården

Filmen "Visa från Sättragården" har tagits fram som ett verktyg för hur sittdans kan genomföras och visar hur sittdansen kan bli en regelbunden aktivitet för de äldre. Filmmaterialet har tagits fram i samverkan mellan omsorgspersonal, en dans-, musik- och filmkonstnär. Detta ger stöd till framförallt personal som arbetar med äldre och kan fungera som ett stöd i vardagen och i det fortsatta arbetet med sittdans.

Inspirationsfilm – 14 min. Instruktionsfilm – 20 min. Musiken – 40 min

[Visa från Sättragården –INSPIRATIONSFILM](#)

[Visa från Sättragården –INSTRUKTIONSFILM](#)

[Visa från Sättragården - MUSIKEN](#)

[Sverige forskar: Odlade minihjärnor](#)

Kommer odlade miniorgan kunna ersätta djurförsök? De hoppas forskare på och i ett labb odlas minihjärnor fram för att användas i forskning kring Alzheimers sjukdom.

Speltid: 4 min **Utförande:** Strömmande video.

[Forskarna: Kan vi glömma dåligt minne?](#)

Vårt minne gör att vi kan prata, orientera oss och lära oss nya saker. Sviktat minnet ställer livet på ända. Vi gästas av professor Lars Nyberg vars forskning visar att minnet försämras senare än man tidigare trott, samt av Henrik Zetterberg, professor i neurovetenskap vid Göteborgs universitet, som berättar om de senaste genombrotten inom alzheimer-forskningen.

Speltid: 28 min **Utförande:** Strömmande video.



UR Samtiden - Om åldrande och att åldras

Lär dig mer om åldrande och den senaste forskningen kring allt från diet och alkoholvanor till åldersdiskriminering och den digitala senioren. Inspelat den 1–2 juni, 2021 i Wallenbergsalen, Göteborgs universitet. 13 avsnitt. Arrangör: AgeCap - Centrum för åldrande och hälsa vid Göteborgs universitet.

Speltid: 13x15-35 min **Utförande:** Strömmande video.

UR Samtiden - Allt du vill veta om att bli äldre

Forskare och experter från olika discipliner föreläser om åldrande. Bland annat tar man upp den senaste forskningen om Alzheimers och andra demenssjukdomar, ensamhet, sex och kärlek och hur man kan få ett meningsfullt åldrande. Inspelat den 17, 18 och 19 november 2020 i Wallenbergssalen, Göteborgs universitet. 18 avsnitt. Arrangör: AgeCap - Centrum för åldrande och hälsa vid Göteborgs universitet.

Speltid: 18x15-35 min **Utförande:** Strömmande video.

UR-samtiden – Kognitiva sjukdomar 2022

En nationell konferens om kognitiva sjukdomar med föredrag och diskussioner. Inspelad den 17 mars 2022 på Bonnier konferens i Stockholm. Arrangör: Akademiforum.

Speltid: 7x15-35 min **Utförande:** Strömmande video.



Svenska demensdagarna 2024

Föreläsningar om demenssjukdomar utifrån olika professioners perspektiv. Inspelat den 21 maj 2024 på Svenska mässan i Göteborg. Arrangör: Svenska nätverket för demenskunskap.

Speltid: 4x20-50 min **Utförande:** Strömmande video.

Temabladen är till för att inspirera dig och underlätta för dig i ditt arbete. De innehåller tips på material och länkar inom resp. område.

Allt är länkat till Mediekatalogen!

Du hittar fler temablad på vår hemsida www.regionvarmland.se/mediecenter

Har du andra områden du vill ha ett temablad till?

E-posta eller ring oss så hjälper vi dig!

SPELFILM

The Father

Anthony närmar sig de 80 men i hans ögon finns ingen anledning till oro, han har det bra i sin bekväma våning. Hans dotter Anne ser dock hur han försvinner in i sin egen värld av minnen och föreställningar. "The Father" är en rörande och ögonöppnande skildring av åldrande och anhörig skap som inte liknar någon annan, med Oscarsvinnarna Anthony Hopkins och Olivia Colman i sina livs roller. Där andra filmer riktar kameran åt ett annat håll, med sjukdomsbilden som bakgrund, lyfter The Father fram Alzheimers i rampluset och skalar av allt annat. Lämplig för: åk 9-gy.

Speltid: 97 min **Utförande:** Strömmande video. **Produktionsår:** 2020.



Så länge hjärtat slår

Våren 2020. Coronaviruset sveper genom Sverige och när äldreboendet där Hanne arbetar. Hemmagjorda visir, brist på såväl personal som säkerhetsrutiner – och en ledning som hävdar att allt är under kontroll. Hanne tvingas välja sida; arbetsgivarna eller de äldre vars liv hon har i sina händer. När ingen lyssnar bestämmer sig Hanne för att gå till medierna. Plötsligt kallas hon till

huvudkontoret som ger henne ett ultimatum: var tyst eller lämna. "Så länge hjärtat slår" handlar om visselblåsaren som larmade om missförhållanden på äldreboendet under pandemin. Bianca Kronlöf imponerar i denna svenska "Erin Brockovich"-film som gör att minnet av 2020 akut levande igen, skriver Helena Lindblad, DN. Lämplig från åk 8, gymnasiet samt vuxenutbildning.

Speltid: 104 min **Utförande:** Strömmande. **Produktionsår:** 2024.



Human Forever – en berättelse om kärleken till mänskligheten

Den 24-åriga vårdinnovatören Teun Toebe har ett uppdrag: att förbättra livskvaliteten för personer med demenssjukdom. Han har bott på en slutna avdelning på ett vårdhem i flera år när han bestämmer sig för att ta sitt uppdrag till nästa nivå. Under en resa jorden runt utforskar han och hans gode vän och filmskapare Jonathan de

Jong hur demens hanteras i andra länder och vad vi kan lära av varandra för att göra framtiden vackrare och mer inkluderande. Idag lever 55 miljoner människor över hela världen med demens i någon form. År 2050 spås den siffran att vara över 139 miljoner. Chansen att denna film handlar om din framtid är en på fem...."För mig är Human Forever inte bara en fängslande film, utan framför allt ett monument för alla demenssjuka och deras anhöriga över hela världen." - Mark Rutte, Nederländernas premiärminister.

Speltid: 80 min **Utförande:** Strömmande. **Produktionsår:** 2023.