



Samhället & äldre

Program för föreläsningar i ABF-huset hösten 2017

Stiftelsen Äldrecentrum i samarbete med ABF, PRO, SPF och SKPF.

Pris: Medlemmar i PRO, SPF och SKPF: 20 kronor. För övriga 40 kr.

Plats: ABF-huset, Sveavägen 41, Stockholm

4 september

Kl. 13.30 - 15.00

Mat för ett friskt åldrande

Goda matvanor är tillsammans med fysisk aktivitet en av de viktigaste faktorerna för att må bra, både på kort och på lång sikt. Trots att många hälsoproblem beror på gener, miljö och tidigare vanor i livet kan man fortfarande vid hög ålder påverka sin hälsa. Men VAD är lämpligt att äta för att bibehålla en god hälsa så länge som möjligt? Förändras kroppens näringsupptag när vi åldras och behövs egentligen olika kosttillskott?

Föreläsare: Birgitta Villner Gyllenram, koststrateg. Stiftelsen Äldrecentrum

23 oktober

Kl. 13.30 - 15.00

Anhörigomsorgen pris – Vad innebär det att hjälpa en gammal förälder?

Vad betyder det för äldre personers barn att andelen äldre som har insatser från den offentligt finansierade äldreomsorgen har minskat ända sedan 1980-talet och att var fjärde plats i äldreboende har försvunnit sedan år 2000? Har döttrarnas och sönernas omsorgsinsatser ökat och hur påverkas deras liv, framförallt deras arbetsliv? Petra Ulmanen berättar utifrån sin forskning.

Föreläsare: Petra Ulmanen, fil. dr. socialt arbete. Stockholms universitet

30 november

Kl. 13.30 - 15.00

Åldrande och minne

Äldre personer upplever ofta att deras minne blivit sämre med åren. Hur påverkas egentligen minnet och andra kognitiva funktioner när vi blir äldre? Vilka funktioner försämras och vilka förbättras? Hur påverkas minnet i samband med en demenssjukdom?

Föreläsare: Erika Jonsson Laukka, med. dr. Karolinska Institutet