

Länets gemensamma mediebank

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 mediebank!
Här kan alla medlemmar, från barnomsorg till vuxenfortbildning, avgiftsfritt välja bland cirka 20.000 titlar.



Mediecenter Värmland tillhandahåller inköpt film, UR:s radio/tv-program, pussel & spel 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 www.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! (elewinloggning)

Gör så här för att skapa konto:

Gå till www.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 www.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!](#)

FILMER



[Från fattiggård till äldrevård](#)

Följ med på en resa i äldrevårdens historia. Hur har det varit, hur är det och kanske kan vi ana hur det blir i framtiden. Hur vill du ha det när du blir gammal? När vi föds blir vi omhändertagna av våra föräldrar, de ansvarar för att vi får mat, att vi är rena och att vi får kärlek. Men hur är det när vi blir gamla och inte längre kan ta hand om oss själva. Vem tar hand om oss då???

Speltid: 25 min. **Utförande:** DVD

[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. Alltfler av oss når 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.

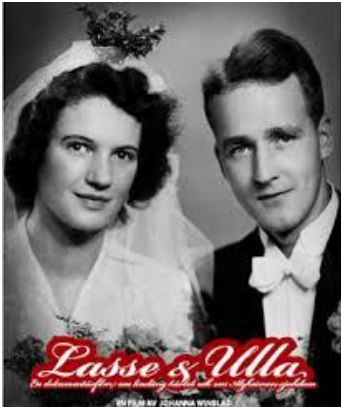
Speltid: 28 min. **Utförande:** Strömmande video.



[Paradiset](#)

Dokumentär. 88-åriga Simin från Iran bor numera på ett äldreboende i en förort till Göteborg. Hon pratar inte svenska. Personalen förstår inte persiska. Vardagen består av ett konstant bombardemang av tragikomiska missförstånd men Simin försöker mitt i allt detta behålla en positiv inställning till livet. Paradiset är en varm och ömsint skildring av en invandrares möte med den svenska äldrevården.

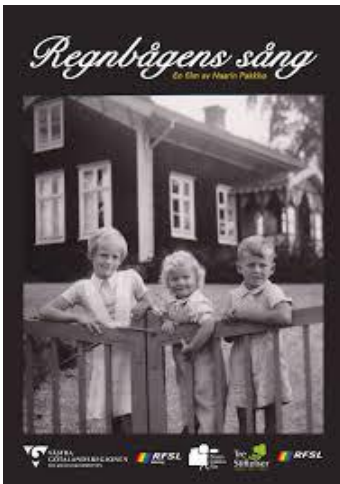
Speltid: 28 min. **Utförande:** DVD



Lasse och Ulla – dokumentären

En film om livslång kärlek och om Alzheimers sjukdom. Lasse och Ulla Rudberg har känt varandra i 70 år. Lasse arbetade tidigare som jurist i Stockholms stadshus och Ulla som lärare. Ålderdomen hade tänkt tillbringa i Stockholms skärgård, men drömmen sprack när Lasse fick alzheimers sjukdom. I dokumentären får vi följa Lasse och Ulla under nio års tid. I början träffar vi Lasse när han precis fått sin diagnos och följer sedan hans väg genom sjukdomens olika stadier. Vi får se hur Ulla genom sin kärlek och omsorg kompenserar för Lasses brister så att han trots sin sjukdom kan leva ett aktivt och meningsfullt liv.

Speltid: 58 min. **Utförande:** DVD



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 till 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: 8x6-14 år **Målgrupp:** gymnasiet/vux **Utförande:** Strömmande video.

Rubriker:

Alis sommarjobb
Eivor vill inte gå upp
Ulla odlar potatis
Roland vill ha vin

Höns på gården
Inas dotter
Arne flyttar in
Gill hälsar på

[Att arbeta med människor – Introduktion till vård och omsorgsyrket](#)

Ger en introduktion till arbete på avdelning eller i hemtjänst och tar upp följande ämnen: Hur man hjälper en sängliggande patient med patienthygien, vad innebär etik i omsorgsarbetet, rapportering, tystnadspliktens innehåll och betydelse, observation av patient, besök av familjen, måltider och sociala aktiviteter.

Speltid: 17 min. **Utförande:** DVD

[Angeläget – film om mänskliga rättigheter – Bara jag](#)

Vinnarfilmerna från 2014 års festival för unga filmskapare i Sverige. Filmerna berör ämnen som hemlöshet, livet som EU-migrant, våld mot kvinnor, rasism och minoriteter. Ålderdomen är något som väntar oss alla, men som få reflekterar över. Vad händer när ens livspartner går bort, och vad i samhället finns till för de äldre? I filmen intervjuas en diakon, en medarbetare på Röda Korset och den äldre mannen Stig som behövt hantera de här frågorna. Lärarhandledning finns!

Speltid: 6 min. **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.

[Visa från Sättragården –INSPIRATIONSFILM](#)

Speltid: 14 min. **Utförande:** Strömmande.

[Visa från Sättragården –INSTRUKTIONSFILM](#)

Speltid: 40 min. **Utförande:** Strömmande.

[Visa från Sättragården - MUSIKEN](#)

Speltid: 40 min. **Utförande:** Strömmande ljud.

[Att ta avsked](#)

En film för utbildning av personal inom äldre- och hemsjukvård som vill väcka tankar kring döden, i möten med människor. Även om ord och samtal inte räcker till för att förstå döden är det viktigt att våga tala om avskedstagandet och dela erfarenheter med varandra. Runtomkring döden finns så mycket tystnad och tankar av rädsla.

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



I livets slutskede

Hur känns det att veta, att man inte har en framtid att hoppas på? Hur hanterar man insikten att man bara har två dagar, två veckor, eller kanske högst två månader kvar att leva? För en av dessa, Kerstin, kommer döden vid fel tidpunkt. Hon är nykär och tycker att det är elakt av Gud att ta livet ifrån henne. Hon har mycket ogjort och vill fortfarande uppleva så mycket. Ebba vill

betala sina räkningar innan hon går bort. Men hon är osäker om prenumerationen på tidningen behöver förlängas i ytterligare ett kvartal. Torsten, som är präst och ligger inför döden, har lämnat sitt liv i Guds hand och är nöjd att ha fått leva 50 år.

Speltid: 58 min **Utförande:** DVD

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.

SPELFILM



[Romys salong](#)

Romys salong är en varm, ärlig och jordnära berättelse om 10-åriga Romy som ställs inför livets stora frågor. När hennes ensamstående mamma måste jobba extra för att få ekonomin att gå ihop tvingas hon vara hos sin mormor Stine. Mormor är hårfrisörska med egen salong och blir inte direkt eld och lågor över att ha sitt barnbarn hos sig på eftermiddagarna. Men snart börjar

mormors begynnande Alzheimers att förändra deras relation: istället för att mormor passar Romy får Romy se efter mormor. Bandet mellan mormor och barnbarn växer sig starkare i takt med att Stines förvirring ökar. Men situationen blir snart ohållbar och Romy bestämmer sig för att ge mormor det hon allra helst vill - besöka sitt älskade Danmark. Rekommenderas för år 5-8. Originaltitel: Kapsalon Romy.

Speltid: 90 min **Utförande:** Strömmande video.



[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 anhörigskap 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 rampljuset och skalar av allt annat. Rekommenderas för åk 9 och gymnasiet.

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



Gilla oss på Facebook!

Där berättar vi om nyheter och tipsar om aktuella filmer!

www.facebook.com/MediecenterVarmland

PUSSEL OCH SPEL

Vi har i samarbete med några olika leverantörer en verksamhet där vi fått tillgång till en mängd spel, pussel m.m. som vi får låna ut för utvärdering. Under två veckor får du tillgång till produkterna för att prova om dom är något ni kan använda i er verksamhet. Efter de två veckorna ska produkten återsändas till Mediecenter och om ni är intresserade kan ni köpa den direkt från respektive leverantör! Länkar till leverantören hittar ni på vår hemsida eller på respektive spel genom att följa länken nedan.



Talande fotoalbum

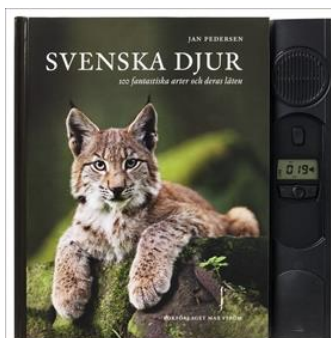
Varje sida i detta album har 10 sekunders inspelningstid. Förstärk era minnen med en intalad fras. Väldigt uppskattade av alla men särskilt inom äldreomsorgen.



Klassiska barnvisor

I den här boken har musikern pianisten och arrangören Martin Östergren samlat 40 klassiska barnvisor - alla skrivna av Alice Tegner. Många av våra allra mest älskade barnvisor är skrivna av henne. I den här boken finns alla klassiker men också flera ganska okända visor som förtjänar att upptäckas på nytt. I boken finns inte enbart texter och noter utan också musiken - eftersom boken innehåller en ljudspelare med ackompanjemang. Martin Östergren har spelat in melodierna på piano, klarinett, dragspel och fiol. Resultatet har blivit en fantastisk sångbok där du kan lyssna på visorna och samtidigt sjunga med. Innehållet är rikt bildsatt med illustrationer av Elsa Beskow som under decennier

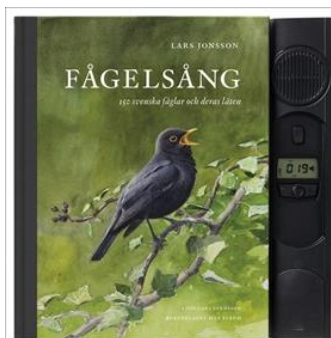
samarbetade med Alice Tegner.



Svenska djur

Här presenteras hundra nordiska djur med bild, text och ljud. Allt från stora rovdjur som björn och varg till små växtätare som skogssork och ängsgräshoppa. Stort utrymme ges förstås till fåglarna som står för naturens vackraste och mest omtyckta ljud. Fågelsång är ofta lätt att ta del av medan andra naturljud kan vara mer svårtolkade och svåra att upptäcka. Denna bok ger svar på många av frågorna kring naturens ljud och inspirerar till eget aktivt lyssnande ute i naturen. Med hjälp av bokens ljudmodul kan du med bara ett knapptryck höra rådjurets skarpa

skall, bäverns plaskande svans, syrsornas stämmningsfulla spelande, huggormens varnande väsning, näktergalens förtjusande sång eller fjälllämmelns näpna pipande. Boken är uppdelad i fyra bildrika kapitel med följande indelning: däggdjur, kräldjur/groddjur, insekter och fåglar. Varje art presenteras med faktaspäckade och personliga texter. Författaren och naturfantasten Jan Pedersen har tagit många av fotografierna och har själv spelat in hel del av ljuden.



Fågelsång

Här skildras våra vanligaste fåglar tillsammans med deras sång och läten! Du får möjligheten att stifta bekantskap med 150 svenska fågelarter och deras läten. Ljudmodulen gör det möjligt att höra fågeln samtidigt som du läser om den och ser på bilderna. Denna omarbetade utgåva av den klassiska boken 'Fågelsång' är helt illustrerad av Lars Jonsson, Sveriges främste fågelmålare, som också har skrivit de innehållsrika texterna. Här skildras de fåglar vi möter i trädgården, vid kusten, i skogen och fjällen. De utsökta akvarellerna, tillsammans med Lars Svenssons inspelningar, gör att varje fågel får liv och karaktär.



Berätta för mig

Ett kortspel för goda samtal där den yngre ställer frågor och den äldre svarar utifrån sin barndom.



Decenniumspaketet

Ett genomtänkt frågespel uppdelat i olika årtionden. Korten har en frågeställning och på samma kort finns även ett påstående. Om ingen kan svaret på frågan går spel/samtalsledaren vidare och läser påståendet. På så vis kommer alltid ett samtal igång om fina tider att minnas.



Ordspråkspaketet

Våra otroligt uppskattade ordspråk och som-vadå-frågor nu i en egen förpackning. Uppskattad aktivitet bland de äldre som ofta har bra koll på ordspråken. Enkel aktivitet, varför inte ta några ordspråk till kaffet!



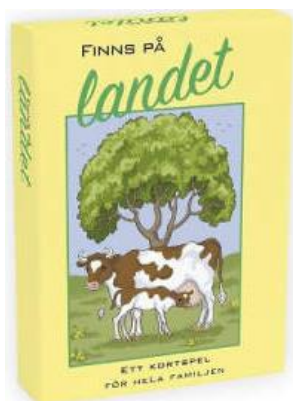
Georigo – det stora geografispelet om Sverige

Spela, skratta, lär och tävla mot varandra om Sveriges geografi. Lär dig mer om Sveriges geografi och karta. Och utmana dina kompisar i vad ni redan kan. Kartan av Sverige är indelad i ett rutsystem. I spelet ska du försöka hitta berg, sjöar, orter och annat. Ju mer "mitt i rutan" du träffar desto högre poäng får du. Du kommer också få svara på vad ställen på kartan heter och allmänna frågor om Sverige. 360 frågor.



Matcha fågelparen

I det här memoryspelet ska du para ihop honan och hanen hos 25 olika fågelarter från världen över. Blanda korten, lägg dem på bordet uppochnar. Vänd upp två i taget och försök att minnas var den matchande fågeln ligger. Vinnare är den som samlat flest par när korten är slut! Med en bred variation på arter från tornuggla och blåmes, till struts och paradisfågel blir det här spelet en lärorik och rolig present till fågelälskare i alla åldrar.



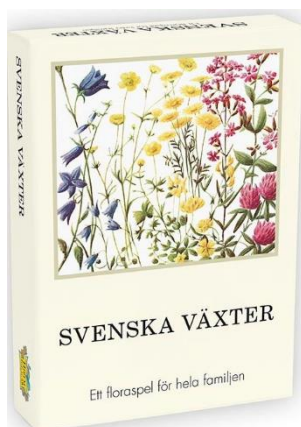
Finns på landet

Kvartettspel innehållande bilder på fiskar, husdjur, sädeslag mm som finns på landet.



Känn igen djur och växter

250 fakta- och bildfrågor med tre svarsalternativ till varje fråga. Här kan alla vara med och öva upp sin allmänbildning. Lär dig känna igen de vanligaste djuren och växterna som finns i vår natur. Bli expert på allt från svampar och småkryp till blommor, fåglar, fjärilar och mycket, mycket mer.



Svenska växter

Kortspel som bygger på Björn Ursings Flora. Samla 27 olika familjer (100 växter) från växtvärlden. Växternas namn anges både på svenska och latin. Spelet är utformat av journalisten och biologen, Karin Bergqvist. Dubbelkortlek: 100 kort.



Svampspelet

Kortspel med illustrationer av E Granberg. Samla svampar i respektive familjer, t.ex. Riskor, Tickor och Kremlor. Innehåller 53 spelkort uppdelade på 14 familjer. Spelet är utformat med hjälp från Evolutionsmuseet i Uppsala.

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!

