

Nummer 3. September 2017

# tillsammans

*-om Särvsjö kommun*



*Livslust - hela livet*

Det är bara kreativiteten  
som sätter gränser

*Vi vill göra skillnad*

Att leva så länge man lever



# Att leva så länge man lever Att leva så länge man lever

Året var 1953 och min farmor Märtha fyllde 50 år. Hon hade ett stort kalas och det finns ett pampigt foto taget där alla kalasdeltagare finns med. Farmor sitter i mitten, bredvid henne finns farfar och på hennes andra sida sitter hennes mamma Wilma. Farmor har en sidendräkt på sig, runt halsen hänger kaméhalsbandet i guld hon just har fått i present och håret är krulligt och hårt permanentat. Hon ser glad och nöjd ut. Med dagens ögon ser hon mycket gammal ut. Vilket jag vet att hon också tyckte att hon var.

Det är en fin och tidstypisk bild.

Men också mycket fjärran från dagens bilder på femtioåringar.

Om man överhuvudtaget tar bilder från sitt 50-årsfirande så är dessa ofta ganska aktiva bilder. Seglingsbilder, vandringar på höga höjder, vinprovningar, husbilsresor, äventyrshus och andra aktiviteter som signalerar att ålderdomen är långt borta; man är fortfarande att räkna med.

För det är så det är nu; när man fyller 50 så är man inte längre gammal som min farmor var. Det är snarare startskottet till en period i livet där barnen har flyttat hemifrån, man är mera köpstark, är ofta vital och har tid och lust till många nya upplevelser. Och detta håller i sig långt upp i livet, långt efter att man har gått i pension.

Självklart har detta att göra med mer gynnsamma levnadsvillkor. Vi äter bättre, har mer kunskap om hur vi ska sköta vår hälsa, bor bekvämt och har allmänt mycket bättre villkor i livet än vad min farmors generation hade. Men det handlar också om att vår syn på åldrandet har förändrats. I media skrivs att 50 är det nya 40 eller kanske rentav 30. Och det handlar inte om att vi inte kan erkänna vår ålder utan mer om att vi vill leva så länge vi lever - och minsann tänker ta för oss och ha det gott så länge vi kan. Helt enkelt är 50-åringar idag en generation att räkna med. Och så tror jag det är även längre upp i åldrarna. Härordagen hörde jag talas om en 90-åring som gick på gym och så har

vi bloggerskan Dagny Carlsson som firade sin 105-årsdag med champagne och en åktur i limousine.

Ni märker ju; det är ett annat tänk kring åldrandet idag än på min farmors tid.

Med de nya livsförutsättningarna kommer också kraven på samhället. Vi vill att äldreboendena ska vara mer digitala, vi behöver tips för att samlivet ska fungera långt upp i åldern, vi vill gå på gym och vi vill vara en aktiv del av samhället en mycket längre del av livet än förut.

Det är också detta Sävsjö kommun har tagit fasta på när vi nu lanserar begreppet: Livslust – hela livet. Tanken är att vi under en månads tid – med början med en stor mässa den 3 oktober – ska fokusera på hur vi kan göra livet rikare och fylla det med små guldkorn ända till livets slut.

För det är ju så; att alla ska vi dö en dag men alla andra dagar ska vi leva.

Ywonne Gill,  
Informationschef, Sävsjö kommun



Denna tidning är utgiven av Sävsjö kommun.

Ansvarig utgivare: Jan Holmqvist  
Text och textbearbetning: Ywonne Gill

Foto och bildbearbetning: Ida Bengtsson, Adobe Stock.

Layout och design: Ida Bengtsson  
Tryck: Lenanders Grafiska, Kalmar, 96204

Omslaget: Anette Gustafsson (C), ordförande i socialnämnden och Miriam Markusson Berg, socialchef.





# Innehåll

**Ledare -  
Att leva så länge man lever**

s 2

**Porträttet**

s 4

**Prisad morotsmarmelad**

s 5

**Fånga guldkornen och  
stärk kroppen**

s 6

**Program för  
Livslust - hela livet!**

s 6-10

**Vi vill göra skillnad**

s 11

**Släng inte värmeljusen  
i soppsåsen!**

s 12

**Smörblommans hemslöjd  
Ett arbete med stor mening**

s 13

**Värt att veta**

s 14

**Det är bara kreativiteten  
som sätter gränser**

s 15

**Tekniska lösningar kan ge  
mer plats för gemenskap**

s 16





Daniel Hammar Komarica tycker om att åka och hälsa på sina släktingar i Montenegro.

— Det är bara fördelar med att ha dubbla hemländer.

## För en bra integration krävs det ömsesidighet

**Sedan drygt ett år tillbaka jobbar Daniel Hammar Komarica på ett HVB-hem för unga pojkar i Sävsjö. Det är ett jobb där han får användning av många olika livsroller.**

— Jag är mamma, pappa, polis, lillebror, lärare, kompis, bankman med mera, med mera.

För det är så det är att jobba med unga killar och berätta om hur vårt svenska samhälle fungerar. Det är mycket information som ska ges och förmedlas. Och mycket att ta in för dem det berör.

— Ju snabbare de förstår hur vårt samhälle är uppbyggt och hur vår kultur fungerar desto lättare går integrationen.

Daniels föräldrar har invandrarbakgrund – pappa kommer från Montenegro och mamma från Serbien. Kanske har det påverkat Daniel att själv vilja jobba med nyanlända ungdomar?

— Jag gillar integrationsfrågan. Istället för att gnälla ser jag ju att jag kan påverka rätt mycket. För en bra integration så måste de som kommer hit ha förståelse för våra lagar och regler och en stark vilja till att lära sig hur vårt samhälle fungerar.

— Och vi som redan bor här måste ha tålamod och en öppenhet för våra nya svenskar.

Konstateras kan också att det inte är speciellt enkelt att vara ungdom och komma till Sverige ensam. Man får bo i ett HVB-hem tills man är 18 år sedan flyttar man till ett stödboende där man ska klara sig själv med ekonomi och allt praktiskt. Där kan det också bli ganska ensamt.

— Därför är det viktigt att man får en chans till gemenskap i föreningslivet, tycker Daniel.

## 5 snabba med

### Daniel Hammar Komarica

#### Favoriträtt?

— En riktigt bra köttbit, gärna grillad, med goda tillbehör.

#### Drömmer om?

— Att hoppa bungyjump från Tara bridge i Monte Negro.

#### Familj?

— Fru Annika och barnen Anja, Amilia och André.

#### Vad ger ditt engagemang i Sävsjö FF dig?

— Jag började spela fotboll när jag var 11 år och håller fortfarande på och jag har fått så

mycket genom detta så jag vill ge tillbaka lite. Det är också en chans att få vara med och forma framtidens ungdomar. Vi är många som gör lite i föreningen och då blir det mycket bättre än om några få gör mycket.

#### Fler fritidsintressen?

— Jag gillar att dricka öl. Har varit bartender och det är därför jag har det intresset. Så tycker jag mycket om att laga mat.





## Prisad morotsmarmelad

Vid Gammeldags marknad i augusti offentliggjordes segraren av Sävsjö kommuns sylttävling. Segrade gjorde Sara Karlsson från Rörvik med sin spännande morotsmarmelad.

### Prisad morotsmarmelad

500 g – gärna nyskördade - morötter, lagom fint rivna.

Rivet skal och pressad saft från:

1 citron

1 lime

1 apelsin eller 2 orange småcitrus

1-1,5 tesked stött eller grovmalen kardemumma

1,5 deciliter vatten

350 g syltsocker

Blanda allt i en rymlig gryta och koka i 15 minuter, skumma väl under tiden. Häll upp på varma rena glasburkar direkt eller låt marmeladen svalna cirka 15 minuter innan du häller upp i rena burkar.





Madeleine Sjöstrand och Therese Rostedt hoppas på många besökare till Livslust - hela livet!

## Fånga guldkornen och stärk kroppen

**Den 3-31 oktober kommer det att hända ovanligt mycket i Sävsjö med omnejd. Det är då det är premiär för Livslust – hela livet, en kampanj som ska locka ålderskategorin 60+ samt deras anhöriga. Därmed är alla välkomna!**

Kampanjen inleds med en mäs­sa på Kulturhuset med utställare, miniföreläsningar, aktivitetsspass och underhållning. Dessutom kan man köpa lunch och fika till självkostnadspris.

– Tidigare år har vi haft en mäs­sa i samband med Anhörigveckan, berättar utvecklingsledare Therese Rostedt och anhörigsamordnare Madeleine Sjöstrand som är de sammanhållande personerna bakom hela kampanjen.

– I år har den vuxit och vi hoppas vi på drygt 40 utställare.

Mässan avslutas med föreläsningen "Var Dags Lycka" av Mickan Thor. Det är ett passande namn som understryker syftet med hela kampanjmånaden.

– Var man än befinner sig i livet är det viktigt att försöka fång guldkornen och göra något bra av sin dag, menar Madeleine och Therese.

– Att hitta det där som gör det lilla extra i livet.

I kampanjprogrammet finns väldigt många olika arrangemang och aktiviteter. Allt från musik och föreläsningar till dans, internetcafé, musikquiz och vattengympa. Det är ett spännande program där något borde passa alla. För det är ju så att försöker man göra roliga saker så stärker man det friska i sig om man är sjuk. Och om man inte är sjuk så stärker roligheter kroppen ändå.

### **Program för anhöriga**

I kommunen finns en särskild grupp för anhöriga till de som är sjuka eller har funktionshinder. Cirka 200 personer är med i gruppen och även de erbjuds program under denna månad där den tidigare anhörigveckan är inbakad.

– Det är viktigt att man som anhörig får känna sig glad även om

man har en svårt sjuk där hemma, säger Madeleine.

– Och det är också betydelsefullt att man får lite andrum och får träffa andra människor i samma situation. Ett möte med en medmänniska kan vara skillnaden som gör att man orkar ett tag till.

Det är naturligtvis ett mycket stort arbete med att ordna en hel månad med många aktiviteter. Och bakom Therese och Madeleine finns många andra aktörer som SPF, PRO, Valfärdsrådet, Regionen, Kulturhuset och många delar av den kommunala förvaltningen.

– Vi tycker att vi har fått ett fint gensvar av alla och är väldigt glada för det. Nu hoppas vi att det kommer mycket folk och att man passar på att pröva nya aktiviteter, både kulturellt och fysiskt.

– Vi önskar också att människor ska känna glädje, gemenskap och inspiration efter att ha varit med, säger Therese och Madeleine.

# Livslust - hela livet!

Aktiviteter  
under hela  
oktober  
- riv ut programmet  
och spara!

MÄSSA • FÖRELÄSNINGAR • AKTIVITETSPASS • OPERA • GEMENSKAP • INTERNETCAFÉ

# PROGRAM



Med "Livslust – hela livet" vill vi ge glädje, guldkant och inspiration under oktober månad med extra fokus på alla som är 60+ i vår kommun.

Månaden inleds med mässa på Kulturhuset i Sävsjö den 3 oktober med miniföreläsningar, utställare, aktiviteter samt underhållning.

3 oktober   tisdag 10.00-18.30	<b>"Livslust – hela livet"</b> Mässa med utställare, miniföreläsningar, aktivitetspass, underhållning, mat och fika! För alla 60+ och era familjer, vänner och bekanta. Mer information på <a href="http://www.savsjo.se/livslust">www.savsjo.se/livslust</a>	Kulturhuset, Sävsjö
3 oktober   tisdag 18.30-20.00	Mässan avslutas med <b>föredraget "Var Dags lycka"</b> med Mickan Thor och sång av SPF-kören Mer information på <a href="http://www.savsjo.se/livslust">www.savsjo.se/livslust</a>	Kulturhuset, Sävsjö
4 okt   onsdag 10.00-12.00	<b>"Aktiv gemenskap"</b> Träna på gymmet och fika tillsammans efteråt. Kaffe finns, medtag eget tillbehör. Kostnad 20 kr/gång	Vrigstad filial (Sävsjö vårdcentral, Bra Liv)
7 oktober   lördag 11.00	<b>Invigning av utställningen "I telefonen finns hela människan"</b> Henrik Talmans utställning "I telefonen finns hela människan" invigs av kommunalråd Stefan Gustafsson och representant från Jönköpings länd museum. Utställningen pågår från den 7 oktober till den 5 november.	Biblioteket, Sävsjö
7 oktober   lördag 14.00-15.30	<b>Öppet hus och guidad visning på Göransgården</b> Vi bjuder på kaffe med tilltugg i samband med visningen.	Göransgården, Vrigstad
9 oktober   måndag 14.00-15.30	<b>Seniorer Tillsammans</b> Aktiviteter, fika och gemenskap.	Träffpunkten, Rörvik
10 oktober   tisdag	<b>"Hans-Erik Persson dagen"</b> Se separat annons. Anmälan krävs.	Kulturhuset, Sävsjö
11 oktober   onsdag 10.00-12.00	<b>"Aktiv gemenskap"</b> Träna på gymmet och fika tillsammans efteråt. Kaffe finns, medtag eget tillbehör. Kostnad 20 kr/gång	Vrigstad filial (Sävsjö vårdcentral, Bra Liv)
11 oktober   onsdag 14.00-16.00	<b>Musikquiz och fika</b>	Brygghörnan, Sävsjö
12 oktober   torsdag 8.30	<b>Prova på vattengympa</b> Anmälan till Familjebadet, telefon 0382-15301, kostnadsfritt.	Familjebadet, Sävsjö
12 oktober   torsdag 15.00	<b>"Så blir hela livet ett meningsfullt liv"</b> Föredrag med Alf B Svensson, författare och psykolog.	Vrigstad Missionskyrka
12 oktober   torsdag 18.30-20.00	<b>"När livet vänder"</b> Att ta avsked efter lång gemenskap. När man levtt ett långt och lyckligt liv tillsammans vill man också åldras ihop. Det blir inte alltid så. Hur hittar man livsstyrkan tillbaka? Barbro Wisén intervjuas av Ursula Gidenstam. Anmäl dig senast 10 oktober till Madeleine Sjöstrand, 0382 154 83 eller <a href="mailto:madeleine.sjostrand@savsjo.se">madeleine.sjostrand@savsjo.se</a>	Brygghörnan, Sävsjö
12 oktober   torsdag 19.00	<b>Musikcafé</b> - Nyckelharpanns oändliga möjligheter Musiker Emilia Amper. Mer information på <a href="http://www.kulturhuset.com">www.kulturhuset.com</a>	Kulturhuset, Sävsjö



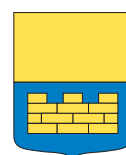
13 oktober   fredag 10.00-11.30	<b>Våffelcafé</b>	Brygghörnan, Sävsjö
14 oktober   lördag 19.00	<b>Opera Trollhöjten</b> Livesändning från metropolitan. Mer information på <a href="http://www.kulturhuset.com">www.kulturhuset.com</a>	Kulturhuset, Sävsjö
16 oktober   måndag 14.00-16.00	<b>Öppet hus och guidning på Träffpunkten</b> Vi bjuder på kaffe och tårta!	Träffpunkten, Rörvik
16 oktober   måndag 14.00-15.30	<b>Seniorer Tillsammans</b> Aktiviteter, fika och gemenskap.	Träffpunkten, Rörvik
16 oktober   måndag 18.00-19.30	<b>Chokladprovning</b> Chokladens historia värvas med provsmakning av högkvalitativ choklad. Kostnad: 250 kr Mer information och anmälan på <a href="http://www.sv.se/savsjo">www.sv.se/savsjo</a>	Studieförbundet vuxenskolan
18 oktober   onsdag 10.00-12.00	<b>"Aktiv gemenskap"</b> Träna på gymmet och fika tillsammans efteråt. Kaffe finns, medtag eget tillbehör. Kostnad 20 kr/gång	Vrigstad filial (Sävsjö vårdcentral, Bra Liv)
18 oktober   onsdag 12.00	<b>Prova på spinning</b> Anmälan till Familjebadet, telefon 0382-153 01, kostnadsfritt.	Familjebadet, Sävsjö
18 oktober   onsdag 14.00-16.00	<b>"Sävsjöbilder från förr"</b> med Susanne Porsgaard Onsdagscafé på Brygghörnan	Brygghörnan, Sävsjö
18 oktober   onsdag 16.00-19.00	<b>Internetcafé på biblioteket – Drop in i Rörvik!</b> Lär dig mer om hur du använder smartphone, ipad och dator. IT-guiderna hjälper dig med alla dina frågor. Lär dig hitta information på nätet, ladda ner appar, använda skype eller facetime, olika funktioner i din smartphone och mycket mer. Ingen anmälan bara att komma under den tid det är öppet. Kaffe finns.	Biblioteket, Rörvik
21 oktober   lördag 10.00-13.00	<b>Internetcafé på biblioteket – Drop in i Sävsjö!</b> Lär dig mer om hur du använder smartphone, ipad och dator. IT-guiderna hjälper dig med alla dina frågor. Lär dig hitta information på nätet, ladda ner appar, använda skype eller facetime, olika funktioner i din smartphone och mycket mer. Ingen anmälan bara att komma under den tid det är öppet. Kaffe finns.	Biblioteket, Sävsjö
21 oktober   lördag 10.00-13.00	<b>Internetcafé på Vrigstadhemmet – Drop in i Vrigstad!</b> Lär dig mer om hur du använder smartphone, ipad och dator. IT-guiderna hjälper dig med alla dina frågor. Lär dig hitta information på nätet, ladda ner appar, använda skype eller facetime, olika funktioner i din smartphone och mycket mer. Ingen anmälan bara att komma under den tid det är öppet. Fika finns.	Vrigstadhemmet, Vrigstad
21 oktober   lördag 14.00-15.30	<b>Öppet hus och guidad visning på Södergården</b> Vi bjuder på kaffe med tilltugg i samband med visningen. Lunch kan köpas i restaurangen kl. 12.00-14.00.	Södergården, Stockaryd
23 oktober   måndag 14.00-15.30	<b>Seniorer Tillsammans</b> Aktiviteter, fika och gemenskap.	Träffpunkten, Rörvik



23 oktober   måndag 16.00-19.00	<b>Internetcafé på biblioteket – Drop in i Stockaryd!</b>  Lär dig mer om hur du använder smartphone, ipad och dator. IT-guiderna hjälper dig med alla dina frågor. Lär dig hitta information på nätet, ladda ner appar, använda skype eller facetime, olika funktioner i din smartphone och mycket mer.  Ingen anmälan bara att komma under den tid det är öppet. Kaffe finns.	Biblioteket, Stockaryd
25 oktober   onsdag 10.00-12.00	<b>"Aktiv gemenskap"</b>  Träna på gymmet och fika tillsammans efteråt. Kaffe finns, medtag eget tillbehör. Kostnad 20 kr/gång	Vrigstad filial (Sävsjö vårdcentral, Bra Liv)
25 oktober   onsdag 14.00-16.00	<b>"Glädje och livslust hela livet – hur väljer du?"</b>  Föreläsare: Eva Timén, Folkhälsoutvecklare och legitimerad arbetsterapeut. Fika till självkostnadspris.	Brygghörnan, Sävsjö
25 oktober   onsdag 17.00-20.30	<b>Seniordans med Sonic</b>	Kulturhuset, Sävsjö
25 oktober   onsdag 18.30	<b>"Hjälp och stöd när minnet sviker"</b>  Ett föredrag om demens av Greta Andersson demenssjuksköterska.	Brygghörnan, Sävsjö
26 oktober   torsdag 11.00	<b>Prova på core grund</b>  Kondition och styrketräning i grupp. Anmälan till Familjebadet, telefon 0382-153 01, kostnadsfritt.	Familjebadet, Sävsjö
28 oktober   lördag 10.00-13.00	<b>Internetcafé på biblioteket – Drop in!</b>  Lär dig mer om hur du använder smartphone, ipad och dator. IT-guiderna hjälper dig med alla dina frågor. Lär dig hitta information på nätet, ladda ner appar, använda skype eller facetime, olika funktioner i din smartphone och mycket mer.  Ingen anmälan bara att komma under den tid det är öppet. Kaffe finns.	Biblioteket, Sävsjö
28 oktober   lördag 10.00-13.00	<b>Internetcafé på Vrigstadhemmet – Drop in!</b>  Lär dig mer om hur du använder smartphone, ipad och dator. IT-guiderna hjälper dig med alla dina frågor. Lär dig hitta information på nätet, ladda ner appar, använda skype eller facetime, olika funktioner i din smartphone och mycket mer.  Ingen anmälan bara att komma under den tid det är öppet. Fika finns.	Vrigstadhemmet, Vrigstad
28 oktober   lördag 14.00	<b>150-årsjubileum på Bankgården i Vrigstad</b>	Bankgården, Vrigstad
28 oktober   lördag 14.00-15.30	<b>Öppet hus och guidad visning på Ringgården</b>  Vi bjuder på kaffe med tilltugg i samband med visningen.	Ringgården, Sävsjö
30 oktober   måndag 14.00-15.30	<b>Seniorer Tillsammans</b>  Aktiviteter, fika och gemenskap.	Träffpunkten, Rörvik
31 oktober   tisdag 12.00	<b>Lunchföreläsning med Eva-Lena Frick</b>  Lunch serveras till självkostnadspris. Mer information på <a href="http://www.kulturhuset.com">www.kulturhuset.com</a>	Kulturhuset, Sävsjö

Aktiviteter  
under hela  
oktober

Livslust  
- hela livet!



Sävsjö  
kommun





Anette Gustafsson (C), ordförande i socialnämnden och Miriam Markusson Berg, socialchef.

# Vi vill göra skillnad

**Miriam Markusson Berg är socialchef i kommunen sedan 2014 och har en lång och gedigen erfarenhet av sitt arbetsområde.**

Anette Gustafsson (C) är ordförande i socialnämnden sedan 2015 och har inte så lång erfarenhet av politiskt arbete i just sociala frågor.

Men hon har haft en nära anhörig på äldreboende där hon upplevde att personalen var fantastisk. Anette jobbar just nu deltid som personlig assistent och deltid som vårdare på korttidsboende i kommunen och har även erfarenheter som familjehem och god man.

Det är erfarenheter som kommer väl till pass i den nuvarande rollen.

— Det är ett brett och stort uppdrag och jag tycker det är intressant att vara med och påverka. Men jag har mycket kvar att lära, säger Anette.

Det finns tre händelser i Miriams liv som gjorde att hon valde att arbeta inom den sociala sektorn. En av dem var när hon som ganska ung arbetade i kiosk.

— Varje söndag kom det en äldre man och köpte tidningen och han ville alltid ha en pratstund. Efter ett tag förstod jag hur ensam han var och att den där pratstunden var viktig för honom.

Detta var en av anledningarna till

att Miriam började arbeta inom socialtjänsten.

— Jag kände att jag vill göra skillnad för människor.

## Hur tas besluten?

Det kan vara lätt att tro att besluten om sociala åtgärder tas lite godtyckligt av enskilda tjänstemän. Men så fungerar det inte.

— Bara för att en person exempelvis har en funktionsnedsättning är personen inte automatiskt berättigad till viss hjälp. Besluten motiveras utifrån ett lagrum men det är det individuella behovet som styr, berättar Miriam.

— Men ändras behoven hos den enskilde så kan vi ändra tagna beslut snabbt, kompletterar Anette.

En stor utmaning rent allmänt är att ha en god kvalitet i sina verksamheter och helst öka den också. Och att tillgodose brukarens behov gentemot den styrande lagstiftningen.

## Utmaningar?

Det finns många, ganska tuffa, utmaningar att arbeta med. Våld i nära relationer, drogmissbruk allt längre ner i åldrarna och barn och unga som lider av ohälsa. Andelen äldre ökar och bra planer måste finnas för att denna grupp ska ha ett gott liv med bra boende och sociala aktiviteter. Rekrytering av personal ska också prioriteras, för

utan bra personal blir det ingen bra verksamhet.

Ett annat område är den personliga assistansen för personer med funktionshinder. Där har staten dragit ner och därmed får kommunerna ta över ansvaret.

Rent allmänt har också kraven på socialtjänsten ökat.

— Där måste vi vara tydliga och berätta vad vi kan erbjuda och vad den enskilde kan förvänta sig, menar Miriam. Vi måste också trycka på den enskildes egenansvar. Det är först när man inte längre kan tillgodose sina behov själv som man kan förvänta sig stöd och hjälp.

## Fakta

Socialförvaltningen har cirka 500 anställda.

Budgeten är på 245 miljoner kronor.

**Följande lagar styr verksamheten:**  
Socialtjänstlagen – SoL

Lagen om stöd och service till funktionshindrade – LSS

Hälso- och sjukvårdslagen – HsL

Lagen om vård av missbrukare – LVM

Lagen om vård av vissa unga – LVU

Lagen om psykiatrisk tvångsvård – ÖPT





## Släng inte värmeljusen i soppåsen!

**Dagarna blir allt kortare och vi tänder allt fler ljus i våra hem.**

I Sverige använder vi varje år hela 300 miljoner värmeljus. Om vi skulle återvinna alla ljusbehållare sparar vi 1 000 ton koldioxid.

Men visste du att du inte får slänga utbrunna värmeljus i vanliga återvinningen?

Sedan 2015 ska utbrunna värmeljus inte längre sorteras som metallförpackningar utan tas med till återvinningscentralen i Flishult istället. Om värmeljusen återvinns rätt, så kan värdefullt aluminium återanvändas. Om man använder

återvunnen aluminium jämför med nytt material sparas 95 procent energi.

Så därför: Samla ihop dina värmeljuskoppar och släng dem i containern märkt "Metall" på återvinningscentralen. Man ska även pillra loss den lilla vekeshållaren av järn som sitter i botten av aluminiumkoppen. På återvinningen sorteras järnet ut med magneter, och sitter vekeshållaren fast i koppen hamnar båda i järnsorteringen. Och eftersom järn smälts vid högre temperaturer än aluminium, förbränns koppen och aluminiumet går till spillo.



# Smörblommans hemslöjd

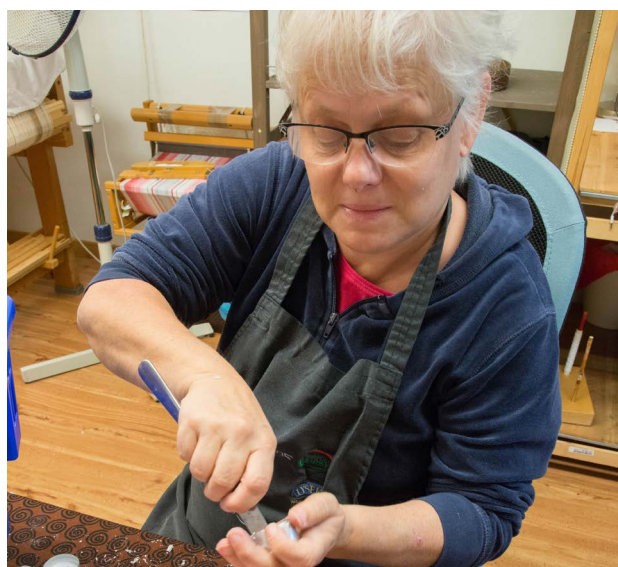
## Ett arbete med stor mening

Det är onsdag och på Smörblommans hemslöjd i Stockaryd sitter man runt ett stort bord och rensar använda värmeljus från stearin och vekar. Det är ett ganska pilligt jobb som ändå går förvånande snabbt. Det är också ett jobb som är väldigt viktigt för vår miljöns skull.

De färdigrensade värmeljuskopparna lägger man i en särskild hög för att de sedan ska plattas ihop och kunna skickas för aluminiumåtervinning. Den lilla metallplattan som veken är fäst vid läggs för sig och går till metallåtervinning. Slutligen tar man hand om stearinet och eftersom allt ska återanvändas smälter man ner det och tillverkar tändrullar och säljer i Smörblommans butik.

— Idén till den här arbetsuppgiften har vi fått från ett dagcenter i Halmstad, berättar handledaren Katarina Nilsson. Och efter att vi gjort ett studiebesök så startade vi hösten 2016 i lite mindre skala.

Nu har man avtal med Ragnsells och tänker också försöka att utöka sin återvinningsverksamhet med att ha inlämningsställen på andra orter än i Stockaryd.



Nöjda med sina arbetsinsatser för miljön är överst från vänster Frida Hjälmeby och Åsa Linder, mitten höger Ulla Bergsten och ovan Anna Renshult.

## Visste du att...

- 7000 insamlade ljusbehållare motsvarar en hel cykel.
- Återvinning av ett enda utbrunnet värmeljus ger lika mycket energi som behövs för att driva en bärbar dator i ett dygn.
- 1 kilo aluminium räcker till mer än 70 läskburkar.
- Aluminium kan återvinnas gång på gång.

Katarina Nilsson och Åsa Linder visar en påse med tillplattade ljuskoppar som går vidare för återvinning. Katarina har också haft med sig en sådan påse till Thailand där materialet används vidare vid tillverkning av arm- och benproteser.





# Vårt att veta

## Länkar till ett grönare liv

Om man vill leva lite mer miljövänligt så kan det vara svårt att veta var man ska hitta bra och oberoende information. Därför har vi samlat ihop lite länkar till olika webbplatser som kan vara en hjälp på vägen.

### [www.naturskyddsforeningen.se](http://www.naturskyddsforeningen.se)

Naturskyddsföreningens gröna guide till en vardag med grönt tänk.

### [www.sopor.nu](http://www.sopor.nu)

Sveriges avfallsportal med allt du behöver veta om hur man bantar soppåsen och sorterar rätt.

### [www.njudung.se](http://www.njudung.se)

Lokal information om avfallshantering.

### [www.klimatanpassning.se](http://www.klimatanpassning.se)

SMHIs portal för de som är intresserade av klimatförändringarna.

### [www.miljofordon.se](http://www.miljofordon.se)

Sveriges ledande informationstjänst om miljöfordon och bränslen.

### [www.klimatkontot.se](http://www.klimatkontot.se)

Testa din klimatpåverkan.

### [supermiljobloggen.se](http://supermiljobloggen.se)

Oberoende miljövänlig blogg.

## Råd till solenergi

Intresset för solceller är stort och möjligheten till att producera egen el via solceller på taket har blivit både enklare och mer ekonomiskt fördelaktigt. En av fördelarna är att du kan producera en del av den energi du använder samtidigt som du gör en insats för miljön.

Har du frågor och funderingar kring solceller så är du välkommen att kontakta Sävsjö kommuns energi- och klimatrådgivning.

Under hösten 2017 finns energirådgivningen på **Sävsjö stadsbibliotek den 19 oktober och 30 november, klockan 10.00 – 18.00.**

Övriga tider går det bra att besöka Energicentrum A6, Kompanigatan 4, 553 05 Jönköping.

Telefon: 036-12 87 60.

Webbplats: [www.energicentrum.se](http://www.energicentrum.se)

Utställningen är öppen: Måndag - onsdag 10.00-17.00, torsdag 10.00-19.00 och fredag 10.00-15.00.

Rådgivningen är kostnadsfri.

## ENERGICENTRUM A6

## Använd papperskorgarna!

Har ni tänkt på så trevligt det är när vår utemiljö är ren och prydlig? Dagens Nyheter har sammanställt en lista över hur lång tid det tar för naturen att bryta ned olika produkter. Informationen har hämtats från bland annat Länsstyrelsen i Skåne, Nooa och Centers for Ocean Sciences Education Excellence. Beräkningarna är högst ungefärliga.

Tidning	6 veckor
Äppelskrutt	2 månader
Pappkartong	2 månader
Cigarettfimp	1-5 år
Plastpåse	1-20 år
Tuggummi	20-25 år
Plastmugg	50 år
Aluminiumburk	200 år
Engångsblöja	450 år
Pet-flaska	450 år





# Det är bara *kreativiteten* som sätter gränser

**Den tekniska utvecklingen i vårt samhälle går väldigt fort och självklart gäller detta också inom socialtjänstens verksamheter.**

— Just nu projekteras trådlöst nätverk på alla äldreboenden, berättar Henrik Ahlgren, som är verksamhetsutvecklare IT på socialförvaltningen.

— Ett bra bredband är grundläggande för en bra digital kommunikation och för att kunna utveckla olika servicetjänster. Och just nu arbetar vi med en handlingsplan för digitalisering.

När det gäller teknik för just äldreboenden så kan man lite grovt dela in den i två områden:

Dels teknik som roar och hjälper till att hålla vitaliteten vid liv. Exempelvis digitala korsord, kommunicera med nära och kära med hjälp av Skype, "promenera" längs gator i Google maps och kanske återuppliva gamla minnen, ladda hem konserter och njuta av dem på storduk.

Och dels teknik som underlättar i vardagen. Som exempelvis att ha en robot som hjälpmedel eller få nattillsyn via en kamera.

— Självklart är det så att teknik aldrig ska ersätta en människa. Men det finns de som har stor integritet och föredrar att använda mer teknik för att öka tryggheten. Det viktiga här är att vi är flexibla och lyhörda och lyssnar på varje individ, menar Henrik.

— Ett annat led i satsningen på en ökad digitalisering inom äldreomsorgen är att använda sig av IT-guider.

Det handlar helt enkelt om att sammanföra ungdomar med våra äldre på drop in café där man kan komma med sin dator eller smartphone och få hjälp med att lära sig hantera dessa. Detta kommer vi att gå ut med ganska brett.

## Digitala vanor för 65-75 åringar

82 % använder internet

97 % har mobiltelefon

49 % har E-legitimation

26 % använder Facebook dagligen

64 % tycker att internet är viktigt i vardagslivet

59 % använder kart- och navigeringsfunktionen i sin mobiltelefon

Källa: Sveriges kommuner och landsting







## Tekniska lösningar kan ge *mer plats för gemenskap*

**Det här numret av Tillsammans innehåller ju mycket som relaterar till ett gott liv – hela livet. Hur tänker du om hur du vill ha det när du blir gammal?**

– Jag vill leva ett självständigt liv så länge som möjligt och ha stor valfrihet. Jag vill ha människor omkring mig och mycket kontakt med barn och barnbarn, djur och natur. Och även om jag vet att det inte är självklart att få ha det så, så hoppas jag naturligtvis att få leva länge tillsammans med min hustru.

– Jag tänker också att jag skulle vilja fortsätta spela piano och njuta av musik. Och kanske leda en kör om jag flyttar till ett äldreboende.

**Hur ser du på utbudet av bekväma bostäder för seniorer i vår kommun?**

– Det är mycket betydelsefullt att vi har bostäder med hög tillgänglighet så att man kan bo hemma länge om man vill. Själva har vi tänkt på att anpassa vår nedervåning av vårt hus så att det är utan trösklar och att det

är tillräcklig bredd på dörrarna så att en rullstol kan köra in.

– När det gäller äldreboenden så kanske det blir så i framtiden att vi får fler boenden med en viss profil och inriktning.

**Vilken roll tycker du att en kommun ska ha när det gäller det sociala skyddsnätet för äldre?**

– Kommunen har en viktig roll i att hjälpa den enskilde med ett basutbud när behovet finns. Men jag tror även mycket på föreningar, kyrkor och frivilliga organisationer som kan vara med och ge guldkanten på tillvaron. Självklart finns även anhöriga med i detta.

– Den tekniska utvecklingen spelar också en större roll. Med bra tekniska lösningar som kan öka den personliga tryggheten blir det utrymme över till en ökad gemenskap. Här är det bra med valfrihet så att den enskilde får vara med och påverka sin tillvaro i hög grad.

**Vi blir allt äldre, både i vår kommun och i Sverige. Finns det**

**resurser att möta de ökande behoven?**

– Jag är inte orolig för att vi inte ska klara av det. Men vi måste kanske tänka i nya banor och inte vara rädda för att ta till oss ny teknik och nya lösningar. Utvecklingen går fort och vi måste följa med i vad som händer men absolut inte glömma de grundläggande kraven på att människor ska känna sig trygga och nöjda med vår äldreomsorg.

**Till sist. Den 3-31 oktober pågår vår inspirationsmånad Livslust – hela livet. Nämn tre programpunkter som du lockas särskilt av.**

– Det finns väldigt många trevliga aktiviteter. Men måste jag välja tre så prioriterar jag mässan "Livslust - hela livet" den 3 oktober och föredraget den 12 oktober med Alf B Svensson "Så blir livet ett meningsfullt liv". Den 7 oktober klockan 11.00 är jag med och inviger utställningen "I telefonen finns hela människan", så den finns ju självklart också med i min kalender.