

Kjersti Vik

# Mens vi venter på eldrebølgen

Fra eldreomsorg til aktivitet og deltagelse



GYLDENDAL  
AKADEMISK

## Helse- og sosialfag



Eldre trenger som alle andre å være aktive for å forbygge sykdom og fremme helse, men er det bare fysisk trening som hjelper?

*Mens vi venter på eldrebølgen* diskuterer hvordan normale aldersrelaterte endringer og funksjonsnedsettelse kan få konsekvenser for hverdagsaktiviteter og viser også hvordan helsepersonell kan legge til rette for deltakelse i helt ordinære hverdagsaktiviteter for å fremme helse og bedre psykisk og fysisk funksjon.

Boken gir praktiske eksempler på tilrettelegging for en hverdag hvor eldre opplever å delta i sitt eget liv, ut fra egne forutsetninger. Den kommende generasjonen av sekstiåttre vil være en del av eldrebølgen, og aldring må ses i lys av det livet den enkelte har levd. Målsettingen er derfor å gi studenter og fagpersonell metoder og redskaper til å samarbeide med den enkelte for å kartlegge hva som bidrar og hva som kan hindre personen i å delta som han eller hun selv ønsker.

[www.gyldendal.no](http://www.gyldendal.no)

bedre  
læring

Gyldendal Akademisk  
Postboks 6860 St. Olavs plass, 0130 Oslo  
Besøksadresse: Sehesteds gate 4  
Telefon +47 22 03 41 80, Faks +47 22 03 41 82  
[www.gyldendal.no/Faglitteratur/Helse-og-sosialfag](http://www.gyldendal.no/Faglitteratur/Helse-og-sosialfag)  
[akademisk@gyldendal.no](mailto:akademisk@gyldendal.no)



## INNHold

- 1 Aktivitet og deltakelse i eldre år – engasjement i hverdagen slutter ikke med alderen
- 2 Individuelle forhold som har betydninger for aktivitet og deltakelse
- 3 Hvordan virker helse og kroppslige forutsetninger inn på aktivitet og deltakelse?
- 4 Skaper omgivelsene mulighet for aktivitet og deltakelse – eller er de en hindring?
- 5 Teorier og modeller om aldring, aktivitet og omgivelser
- 6 Metoder for å kartlegge aktivitet og deltakelse
- 7 Kartleggingsinstrumenter som fremmer aktivitet og deltakelse i omgivelser
- 8 Tilbud til eldre for å fremme aktivitet og deltakelse
- 9 Tjenester med hverdagsliv som fokus
- 10 Samarbeid på alle kanter

Bestill med kupongen eller via: [kundeservice@gyldendal.no](mailto:kundeservice@gyldendal.no) | Telefon: 22 03 41 00  
[www.gyldendal.no/Faglitteratur/Helse-og-sosialfag](http://www.gyldendal.no/Faglitteratur/Helse-og-sosialfag)

### Jeg bestiller:

\_\_\_\_\_ eks. *Mens vi venter på eldrebølgen*, 224 sider  
 Kjersti Vik à kr 355,-  
 ISBN: 9788205449619

Navn: \_\_\_\_\_

Firma: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Postnr./sted: \_\_\_\_\_

E-post: \_\_\_\_\_

Jeg melder meg på nyhetsbrevet til Gyldendal Akademisk Helse- og sosialfag



ADRESSATEN  
BETALER  
FOR SENDING  
I NORGE

DISTRIBUERES AV  
POSTEN NORGE

Gyldendal Akademisk  
 Svarsending 0479  
 0090 Oslo

BESTILLINGSKUPONG