

5 inläggsidéer för äldreomsorgen

- Guide för inspiration och synlighet -

1, Veckans hjärta

Varför:

Att hylla en kollega skapar stolthet och motivation – både hos den som lyfts fram och hos teamet. Samtidigt visar det allmänheten att äldreomsorgen är full av hjältar.

Bildförslag:

Foto på medarbetaren i vardagssituation.

Textexempel:

”Den här veckan vill vi hylla Fatima, som alltid får alla att känna sig trygga. Tack för ditt hjärta!”

Tips:

Gör detta till ett återkommande format.

2, Bakom kulisserna

Varför:

Människor är nyfikna på det som inte syns – kök, tvätt, städ, vaktmästare. Att visa det bygger respekt för helheten.

Bildförslag:

Kocken som lagar lunch.

Textexempel:

”Här i köket börjar dagens höjdpunkt – måltiden. Vi serverar inte bara mat, vi skapar gemenskap.”

Tips:

Lyft hela teamet, inte bara undersköterskor.

3, En dag på jobbet

Varför:

Många vet inte hur vardagen i äldreomsorgen faktiskt ser ut. Att visa arbetsglädje förändrar bilden av yrket.

Bildförslag:

Personal och boende på promenad.

Textexempel:

"Idag följde vi med Ulla på hennes morgonpromenad. En av de stunder som gör vårt jobb så värdefullt."

Tips:

Små filmklipp engagerar ännu mer.

4, Citat från en boende

Varför:

Äkta röster från äldre är det mest trovärdiga du kan dela. Det visar varför jobbet betyder så mycket.

Bildförslag:

En boende i favoritmiljö (med samtycke).

Textexempel:

"Det bästa med att bo här är att jag alltid har någon att prata med." – Karin, 84 år."

Tips:

Sätt alltid personen i centrum.

5, Dagens skratt

Varför:

Humor engagerar och visar arbetsglädje – något många förknippar för lite med äldreomsorgen.

Bildförslag:

Två kollegor som skrattar under fikat.

Textexempel:

“Vi hinner med skratt också – det gör jobbet lite lättare varje dag.”

Tips:

Humor får ofta högt engagemang.

Avslutning & extra tips

Du har nu 5 enkla inläggsidéer som kan ge både **stolthet i teamet** och **en mer positiv bild av äldreomsorgen** utåt. Kom ihåg – det viktigaste är inte att allt blir perfekt från början, utan att ni börjar. Synlighet skapas steg för steg.

Här är några extra tips för att komma igång:

1. Börja smått

Ett inlägg i veckan räcker. Hellre kontinuitet än att sikta på mycket och inte orka hålla i.

2. Våga vara äkta

Perfektion är inte målet – värme, humor och mänsklighet berör mer än putsade reklambilder.

3. Involvera fler

Försök få med **en eller två undersköterskor** på resan. De är närmast de äldre, ser vardagens små ögonblick och kan bidra med innehåll som verkligen känns. Ge dem mandat att fånga stunder och skriv utkast som ni tillsammans godkänner.

4. Tänk samtycke enkelt

Fråga i stunden: *“Får vi dela den här bilden?”* och respektera alltid ett nej. När någon inte vill synas kan ni istället lyfta detaljer, miljöer eller citat.

5. Fira små framgångar

En kommentar från en anhörig? Någon som delar vidare? Fira det i teamet – det är bevis på att ni når fram.

Ditt nästa steg: Välj en av idéerna och testa den redan den här veckan. Se hur det känns, prata om reaktionerna i teamet – och låt det bli starten på en ny vana.

Lycka till!