

Hev kompetansen

med Aldring og helse

 Aldring og helse
Nasjonalt senter



Opplæring som lønner seg

Fra korte introduksjonskurs til meritterende utdanning. Mange av tilbudene våre er gratis. Det er lønnsomt for både virksomhetene, deltakerne og kommunen at kompetansenivået heves.



Hvorfor heve kompetansen?



Brukere av tjenester, samt pårørende, nyter godt av tilbudet

- Kjennskap til rettigheter sikrer nødvendige tjenester og oppfølging
 - Økt kunnskap hos pasient, bruker og pårørende, bidrar til å håndtere hverdagens utfordringer bedre
 - Mer kompetente ansatte gir bedre og tryggere tjenester til pasientene, brukerne og deres pårørende
-



Kommunene bør prioritere kompetanseheving

- Kompetanseheving sikrer at kommunen holder seg til lovpålagte krav
 - Systematisk kompetanseheving sikrer faglig forsvarlighet og omsorgsfull hjelp
 - Økt kompetanse gir pasient- og brukersikkerhet, kvalitetssikring og mestring for ansatte
 - Å heve kompetansen bidrar til bedre og mer effektiv drift
-



Ledere for sykehjem og boliger opplever fordeler

- Mer kunnskap gir bedre økonomisk drift
 - Fornøyde ansatte gir mindre utskiftning av ansatte
 - Økt kompetanse gir bedre kvalitet på tjenestene
 - Kvalifiserte ansatte gir færre anmerkninger ved tilsyn
-



Ansatte med økt kompetanse

- Opplever mestring på jobb og økt motivasjon
- Kan ta på seg større ansvar
- Er tryggere i egen jobb og arbeidshverdag
- Får bedre selvfølelse og nye muligheter i arbeidslivet
- Kan kvalifisere til høyere lønn

Økt kompetanse gir mye mer enn bare ny kunnskap i et hode

Det å heve kompetansen på arbeidsplassen, vil spre seg som ringer i vann. Både arbeidsgiver, pasienter og brukere vil merke effekten. Aldring og helse tilbyr alt fra korte kurs på under én time til meritterende utdanning over flere år.

Lovpålagte krav

Virksomheter som yter helse- og omsorgstjenester er lovpålagte å sørge for at ansatte gis den opplæring, etterutdanning og videreutdanning som er nødvendig for at den enkelte skal kunne utføre sitt arbeid forsvarlig. I dette ligger det at både ledelse og ansatte må holde seg faglig oppdaterte. For å kunne gi høyere kvalitet på tjenestene – bedre helse- og omsorgstjenester til pasienter, brukere og pårørende – er det viktig å benytte seg av den nyeste forskningsbaserte kunnskapen.

Forsvarlighet er en rettslig standard, mens god praksis er en arbeidsstandard. Innholdet i begrepene forsvarlighet og god praksis endres over tid. Opplæring som er laget med utgangspunkt i gjeldende anbefalinger, retningslinjer og lovverk, og som jevnlig oppdateres, sørger for å gi de ansatte oppdatert kunnskap.

Det å øke kompetansen kan være inspirerende og bidra til økt trivsel og vekst på arbeidsplassen.



ABC-OPPLÆRINGEN

Fra kunnskap til praksis med ABC!

ABC-opplæringen er et gratis, praksisnært kompetansetilbud for ansatte i helse- og omsorgstjenesten. Du kan fordype deg i demensomsorg, eldreomsorg, utviklingshemming eller musikkbasert miljøbehandling.

Kompetanse gir motivasjon, mestring og trygghet i arbeidshverdagen. Målet er at kunnskap og refleksjon skal føre til positiv endring av praksis. Det gir høyere kvalitet på tjenestene, og kan bidra til bedre økonomisk drift. ABC-opplæringen foregår lokalt og tas over ett eller flere år, og den skal gjennomføres samtidig som deltakeren er i jobb. Det er ingen eksamen, men deltakerne mottar et bevis ved gjennomført opplæring.

ABC-opplæringen passer for alle ansatte – både de med og de uten helsefaglig utdanning. Ledere oppfordres til å delta, og det finnes også eget materiell direkte myntet på dem.

Hvorfor ABC-opplæring?

Målet er at ansatte i helse- og omsorgstjenestene skal få oppdatert fagkunnskap. Helse- og omsorgsdepartementet og Helsedirektoratet anbefaler alle kommunene å ta i bruk opplæringen. Kort fortalt er ABC-opplæringen:

- Grundig og oppdatert kompetanseheving satt i system
- Lønnsom opplæring for både kommune og virksomhet
- Opplæringsmateriell som er unikt og utviklet av fagpersoner
- Praksisnær opplæring med fornøyde deltakere
- Færre anmerkninger ved tilsyn



ABC-opplæringens oppbygging

Det er tre hovedelementer i opplæringen, fagseminar, fagstoff og ABC-grupper

Fagseminar – Opplæringen starter med et heldags fagseminar, og midtveis i opplæringen følger et nytt fagseminar. Dette er fagdager med undervisning, erfaringsdeling og gruppeaktiviteter.

Fagstoff – Deltakerne leser eller lytter til fagstoffet før hver gruppesamling. Fagstoffet finnes tilgjengelig både digitalt og på papir, og er organisert i ABC-permer med ulike faghefter. I heftene får deltakerne presentert relevant fagkunnskap, fagterminologi, praksisnære eksempler og arbeidsoppgaver til refleksjon og diskusjon.

ABC-grupper – Gruppene møtes hver tredje eller fjerde uke for å reflektere og diskutere fag og dele erfaringer fra egen praksis. Gruppene settes sammen slik at de har deltakere med forskjellig utdanning og arbeidserfaring, gjerne på tvers av arbeidsplasser.

Finn kompetanseområdet som passer for deg

Demensomsorg

Handler om demens fra tidlig diagnose til død. Sentrale temaer er blant annet utredning, miljøbehandling, personsentrert omsorg, arbeid med pårørende og palliasjon. Deltakeren får nødvendig og oppdatert kunnskap som er lett å bruke i praksis.

Eldreomsorg

Består av tre fagområder: aldring og omsorg, psykiske lidelser hos eldre og geriatri. Sentrale temaer er normal aldring, vanlig sykdommer og funksjonssvikt hos eldre. Deltakerne vil også lære om observasjon, lindrende behandling og ulike psykiske lidelser og behandling av disse.

Utviklingshemming

Mitt livs ABC handler om gode og forsvarlige tjenester til personer med utviklingshemming. Sentrale temaer er blant annet kommunikasjon, etikk, selvbestemmelse og miljøbehandling.

Musikkbasert miljøbehandling

Handler om bruk av musikk som en del av omsorgen og behandlingen i tjenestene. Musikk kan bidra til økt livskvalitet, mestring og egenverd for pasienter og brukere og kan gi økt arbeidsglede hos ansatte.

Les mer om ABC-opplæringen på abc.aldringoghelse.no



Norge trenger flere helsefagarbeidere!

Mange som jobber i helse- og omsorgstjenesten mangler formell utdanning. Ansatte uten helsefaglig utdanning kan ta fagbrev gjennom privatistordningen praksiskandidat hos Aldring og helse. Kandidatene får støtte og veiledning hele veien frem til fagbrev som helsefagarbeider, uavhengig av alder og bakgrunn.

Bli helsefagarbeider

Fagbrev som helsefagarbeider er et tydelig bevis på formell kompetanse og fungerer som et kvalitetsstempel. Både virksomheten, den ansatte og brukeren/pasienten har nytte av kompetansehevingen.

Aldring og helse lager en tilpasset opplæringsplan, og følger deltakeren tett helt frem til fagprøven. Utdanningen er gratis og gjennomføres på omlag 1–1,5 år i samarbeid mellom deltakeren og arbeidsplassen. I løpet av studietiden gjennomføres det fire samlinger med undervisning i ulike tema. Mellom samlingene leser deltakeren teori og jobber med oppgaver. Deltakeren får egen veileder, og hjelp og støtte til å komme i mål med eget fagbrev.

Fagbrevutdanningen passer godt for de som

- jobber innen helse- og omsorg, men ikke har formell utdanning
- trenger å lære mer for å bli tryggere i jobben
- ikke har lyst eller mulighet til å gå på skole hver dag

Deltakerne arbeider vanligvis på sykehjem, i boliger for personer med utviklingshemning og innen psykiatri, i hjemmetjenesten og lignende. Alder og bakgrunn varierer veldig.

– Jeg merker forskjell i kvalitet på om ansatte har fagbrev eller ikke.
Har du fagbrev, kan du ta større ansvar.

Laila Berntzen, avdelingsleder ved Lekneshagen Bofellesskap



Opptakskrav for deltakelse

- Opparbeidet 40 måneders praksis eller mer ved opptak i prosjektet.
- Dokumentasjon på B2 språkkurs.
- Stiller med egen PC eller låne-PC.
- Søknaden signeres av deltaker sin leder.
- Melde seg opp til Vg3.
- Melde seg opp til fagprøven.



Se filmen fra Lekneshagen bofellesskap

Ingvill Haugen deler erfaringer fra veien til fagbrev som helsefagarbeider og hvordan formell kompetanse gir mer mestring og bedre flyt i arbeidshverdagen.

FAGSKOLEN

Fagskolegrad på deltid?

Fagskolen Aldring og helse tilbyr høyere yrkesfaglig utdanning på deltid over to år. Det er studieløp som gir 60 studiepoeng og fagskolegrad. Det tilbys også moduler à 10 studiepoeng som kan tas enkeltvis eller inngå i en fagskolegrad. Alle har praksisnær undervisning der egen arbeidsplass er læringsarena.

Forankring i fagmiljø og praksis

Fagskolen Aldring og helse har en unik posisjon gjennom sin plassering i Nasjonalt senter for aldring og helse, og er nært knyttet til Aldring og helses eget forskningsmiljø. Denne særlige nærheten til forskning på fagområdene gir en unik mulighet til å innhente og tilgjengeliggjøre oppdatert faglig kunnskap for studentene.

Fagskolen samarbeider med arbeidslivet for å skape en felles forståelse for de stadige endringene i helsetjenestene. For fagskolen er det sentralt å utdanne studenter som både har oppdatert kunnskap og kompetanse innen eldrefeltet, samt at utdanningenes innhold er i tråd med det tjenestene etterspør. Læringsmiljøet kjennetegnes av medvirkning og samspill med studenter, og med arbeidsliv og fagmiljø som aktører.

Organisering og læringsform

Fagskolens utdanninger er nett- og samlingsbaserte, og enkelte tilbud er 100 % nettbaserte. Samlingene (både fysiske og nettbaserte) er viktige arenaer for faglige diskusjoner, refleksjon og erfaringsutveksling, og har obligatorisk oppmøte. Egen arbeidsplass brukes som læringsarena.



Jeg får anledning til å bruke kompetansen min hver dag, og jeg opplever at andre setter pris på det jeg kan.

Student ved Fagskolen

Studietilbud

Fagskolen Aldring og helse tilbyr høyere yrkesfaglig videreutdanning for deg som jobber i helse- og omsorgstjenesten. Utdanningene er Demens og psykisk helse hos eldre, Utviklingshemming, miljøarbeid og aldring og Fagskolegrad i eldrehelse. Alle gir 60 studiepoeng og fagskolegrad og gjennomføres på deltid over to år. Studiene er utviklet for yrkesutøvere som vil styrke fagkompetansen og jobbe mer personsentrert, og for arbeidsplasser som trenger ressurspersoner innen miljøbehandling.

Demens og psykisk helse hos eldre

Omsorgsfilosofien personsentrert omsorg er grunnstenen i utdanningen Demens og psykisk helse til eldre. Det utdannes fagfolk som er reflekterte, trygge og kunnskapsrike med et stort knippe av gode tilnærmingsmåter og miljøbehandling til personer med demens, pårørende og eldre med psykisk sykdom.

Utviklingshemming, miljøarbeid og aldring

Utdanningen Utviklingshemming, miljøarbeid og aldring gir deg oppdatert kunnskap om utviklingshemming, eldrehelse og miljøarbeid. Studentene utvikler sin evne til refleksjon, forstå og håndtere utfordrende situasjoner, og arbeide forebyggende, personsentrert og tillitsskapende.

Fagskolegrad i eldrehelse

Eldrehelse er et nytt studietilbud som er modulbasert og fleksibel. Du velger selv hvor mange moduler du ønsker å gjennomføre, og i hvilken rekkefølge du tar dem.

Hver modul vil være nettbasert med enkelte fysiske samlinger. Alle modulene er vektet til 10 studiepoeng. For å få en fagskolegrad i eldrehelse må du ha 3 valgfrie og 3 obligatoriske moduler. Det gjennomføres i samarbeid med Fagskolen Vestfold og Telemark.

KURS

Det finnes et kurs for alle!

Aldring og helse tilbyr kurs innen alle våre fagområder. For å sikre kvalitet og spesialisering innen helse- og omsorgssektoren, tror vi på viktigheten av løpende og systematisk kompetanseheving. Våre kurs er designet for å passe ulike behov og ulike målgrupper, enten du er arbeidsgiver, fagperson eller interessert i kompetanseheving på vegne av din organisasjon.

Velg digitale eller fysiske kurs

Aldring og helse holder kurs både digitalt og fysisk, med fleksibilitet i kursvarighet fra timeskurs til kurs som strekker seg over flere dager. Kurskalenderen vår inneholder til enhver tid våre mest populære kurs, men vi tilbyr også muligheten for bestilling av kurs utenfor kalenderen. Kalenderen oppdateres jevnlig og dekker varierte temaer som passer flere målgrupper.

Bestillingskurs – skreddersydd etter behov

Våre bestillingskurs kan skreddersys både tematisk og praktisk etter ønsker og behov fra oppdragsgiver. Vi holder korte kurs og foredrag fra én time til heldagskurs, samt kurs som går over flere dager. Disse kursene passer både små og store grupper, og kan gjennomføres digitalt eller fysisk.

Kurs for kursledere

Vi tilbyr en rekke kurslederkurs med fokus på opplæring og veiledning av helsepersonell. Disse kursene gir både teoretisk innføring og praktisk trening i å lede grupper eller bli kursledere selv. Kursene spenner bredt – fra opplæring i personsentrert omsorg og kognitiv rehabilitering til mestring av depresjon hos eldre og treningsgrupper for seniorer.

E-læringskurs

På aldringoghelse.no finnes en stor samling e-læringskurs, som alltid er gratis og tilgjengelig. Disse kursene gir fleksibel og enkel tilgang til kompetanseutvikling og er et utmerket verktøy for organisasjoner som ønsker en effektiv måte å øke kompetansen blant ansatte på.

Du finner også kurskalenderen i vår butikk



Her finner du alle våre kurs

KONFERANSER

Vi lager møteplassene – Du er velkommen!

De årlige konferansene til Aldring og helse er blant de viktigste møteplassene innen sine respektive fagfelt i Norge. Her møter du ledende eksperter som generøst deler sin kunnskap og erfaring. Våre program gir deg som deltaker inspirasjon, oppdatert kunnskap og sterke, engasjerende fortellinger.

Som konferansedeltaker kan du være trygg på at du alltid får det siste innen fagfeltet, formidlet av dyktige aktører. Noen foredragsholdere presenterer forskningsresultater, mens andre viser praktiske løsninger på kjente utfordringer. Avhengig av konferanse vil du møte foredragsholdere fra offentlig sektor, fagpersoner innen helse- og omsorgstjenester, forskere og andre med relevant erfaring og ekspertise.

Noen av våre konferanser

Aldring og helse-dagene

Byr på et bredt og praktisk orientert program, basert på nyeste forskning og kunnskap. Konferansen fokuserer på sentrale områder og utfordringer innen aldringsfeltet. Vi tar for oss alt fra forebygging til best mulig behandling og omsorg, samt tjenesteperspektiv og etiske utfordringer.

Landskonferansen i alderspsykiatri

Målet med konferansen er å styrke det faglige miljøet i norsk alderspsykiatri gjennom å gi en faglig oppdatering innen aktuelle tema og utveksle erfaringer.

Landskonferansen er et tverrfaglig møtested for fagfolk fra den alderspsykiatriske spesialisthelsetjenesten. Den er også aktuell for leger og helsepersonell som jobber med alderspsykiatriske problemstillinger i kommunehelsetjenesten, i distriktpsikiatriske sentre (DPS), og for undervisningspersonell.

Hukommelsesteamkonferansen

Årlig, tverrfaglig konferanse som samler hukommelsesteam, koordinatorene, leger og annet helse- og omsorgspersonell som jobber med basal utredning av demens og oppfølging av hjemmeboende personer med demens og deres pårørende. Programmet inneholder nytt om både basal utredning og oppfølging av personer med demens i kommunehelsetjenesten, med ulike temaer som belyser dette, og baserer seg på nyheter fra feltet, aktuelle tema og ønsker fra praksisfeltet.

Skandinavisk lederkonferanse

Aldring og helse samarbeider med Nationalt videnscenter for demens og Svenskt Demenscentrum hvert annet år om en konferanse om lederskap innen helse og omsorg. Vertsrollen roterer mellom organisasjonene.

Mer om våre konferanser



DIGITALE FOREDRAG

Faglig påfyll når det passer deg

Våre digitale foredrag gir deg enkel tilgang til kunnskap om aldring, helse og sykdom hos eldre. Foredragene er korte, faglig oppdatert og gratis tilgjengelige for alle – enten du jobber i helsetjenestene, er student, eller bare ønsker å lære mer.

Foredragene kan sees alene eller sammen med andre, for eksempel i faglunsjer, som internundervisning eller annen kompetanseheving. Bruk gjerne foredragene som utgangspunkt for samrefleksjon der dere tenker gjennom hvordan kunnskapen kan brukes på deres arbeidsplass.

Noen av våre digital foredrag

Om aldring

Om aldring er en foredragsserie som publiserer et nyttforedrag hver måned. Temaene er knyttet til aldring og eldreomsorg og bidragsyterne er noen av landets ledende eksperter i sitt felt. Foredragene slippes både som videoforedrag og podcast. I tillegg kan du melde deg på nyhetsbrevet til Om aldring, så du aldri går glipp av et tema. Foredragene er gratis, nettbasert og varer i cirka 20 minutter. De ulike episodene ligger åpent tilgjengelig så lenge de oppfattes som faglig relevante.

Ger-IT

Ger-IT er et tilbud til alle som jobber med geriatri. Hovedmålgruppen er ansatte i sykehus, men undervisningen kan også være relevant for helse- og omsorgspersonell som jobber med eldre i kommunale helse- og omsorgstjenester. Ger-IT er en obligatorisk del av utdanningen for leger i spesialisering i geriatri. Det er ikke nødvendig å melde seg på.

PODKAST

Innsikt, personlige historier og faglig påfyll rett på øret

Aldring og helses podkaster er utviklet for å bidra til økt kunnskap, refleksjon og forståelse på tvers av profesjoner og livssituasjoner. Her møter du stemmer fra forskningsfronten, praksisfeltet og levde erfaringer, formidlet i et tilgjengelig og engasjerende format.

Podkastene kan være en lavterskel vei inn i faglige temaer, eller et nyttig supplement for deg som arbeider med eldre, demens eller psykisk helse. De kan brukes både i undervisning, i tverrfaglige team og av pårørende som søker innsikt.

Alt innhold er gratis og alle våre podkaster er tilgjengelig der du lytter til podkast.

Våre podkaster

Aldring og helse-podden

Demens, sykdom og død, eller glade, aktive og meningsfylte dager? Hvordan er det å bli gammel i Norge i dag og i framtiden? Professor og forskningssjef Geir Selbæk øser av sin kunnskap, og tenker nytt om eldre og alderdommen.



Om aldring

Foredragsserien Om aldring (tidligere Psyk-IT) publiserer hver måned et nytt foredrag om temaer knyttet til aldring og helse. Foredragene er gratis, nettbasert og varer i cirka 20 minutter.



Tid til å være ung

Hva skjer når mamma eller pappa får demens? Hvordan er livet som ung pårørende? I podkasten Tid til å være ung, møter Celine Haaland Johansen en rekke unge pårørende.



Eldre & Psyken

I podkasten Eldre & Psyken møter du eldre som lever med bl.a. depresjon, angst, ensomhet eller rus. Gjennom samtalene mellom eldre deltakere og noen av landets fremste eksperter på feltet får du som lytter økt innsikt i psykiske lidelser hos eldre.



Generasjon

Trond-Viggo Torgersen og datteren Anna Helle-Valle inviterer inn kjente, unge personer for å utforske om alder egentlig har noe å si. Sammen utforsker de fordommer og forskjeller, men også hva vi kan lære av hverandre på tvers av generasjoner.



Kompetanseheving når og hvor det passer deg best

Våre e-læringer gjør oppdatert og forskningsbasert kunnskap lett tilgjengelig. Enten du er fagperson, leder, student, pårørende eller beslutningstaker, kan du finne kurs som gir deg innsikt og faglig påfyll.

Når tid og ressurser er under press, kan e-læring være en fleksibel og kostnadseffektiv måte å sikre nødvendig kompetanse og faglig forsvarlighet i tjenestene. Opplæringene kan gjøre det enklere å møte lovpålagte krav til opplæring og faglig oppdatering.

Fleksibelt og tilgjengelig

Kursene kombinerer ulike pedagogiske læringsverktøy som teori, korte foredragsfilmer, lydspor, historier og oppgaver. Kursene gir deltakerne kunnskap de kan ta i bruk umiddelbart i møte med pasienter, brukere og pårørende.

Alle kurs er nettbaserte, gratis og fleksible; du kan lære i ditt eget tempo, når og hvor det passer deg. Kursene kan brukes i utdanning og som opplæring i praksis, for eksempel som forberedelse til en fagdag eller som en del av opplæringen av nyansatte og vikarer.

Innholdet er utviklet av fagpersoner i tett samarbeid med praksisfeltet, forskere og brukerrepresentanter. Flere kurs er godkjent som meritterende av blant annet Den norske legeforening og Fagforbundet.

Noen av våre e-læringer

- Utvidet utredning av demens og kognitiv svikt
 - Gode tjenester til personer med utviklingshemming
 - Pårørendestøtte – demens
 - Helsejuss på 1-2-3...4
- ... og mange fler

Våre e-læringskurs ligger på læringsplattformen Moodle. For å få tilgang til kursene må du logge inn via ID-porten. Dette gir en sikker og enkel tilgang – og du kan ta pauser i kurset uten å måtte begynne på nytt.



Du kan finne en komplett oversikt over hele vårt kompetansetilbud
på våre nettsider **www.aldringoghelse.no/kompetanseheving**



Aldring og helse – fra kunnskap til praksis

Nasjonalt senter for aldring og helse, også kalt «Aldring og helse», samler, skaper, gjør tilgjengelig, distribuerer og viderefører kunnskap og kompetanse om aldring og eldrehelse i Norge. Vi har en helhetlig tilnærming til fagfeltene våre og skal fremme helse, forebygge sykdom og gi gode forutsetninger for å leve med sykdom.

Aldring og helse, har om lag 100 ansatte, som jobber i hele Norge. Vi driver kompetanseheving og faglig oppdatering av helse- og omsorgspersonell i nesten alle kommuner. Vi deltar i forskningsprosjekter nasjonalt og internasjonalt, i tillegg til å drive egne faglige utviklingsprosjekter. Vi har egen bibliotekjeneste og forlag.

Vi virkeliggjør visjonen vår «Aldring og helse – fra kunnskap til praksis» på fagområder knyttet til aldring, fysisk helse, psykisk helse og kognisjon og demens.

www.aldringoghelse.no

Telefon: 33 34 19 50

e-post: abc@aldringoghelse.no

ISBN: 978-82-8470-148-6 (Trykk)

ISBN: 978-82-8470-149-3 (PDF)



Aldring og helse
Nasjonalt senter