

ABC-opplæringen

– et nasjonalt kompetanseløft



Demensomsorg



Eldreomsorg



Utviklingshemming

ABC-opplæringen er utviklet av Nasjonalt senter for aldring og helse på oppdrag fra Helsedirektoratet.





Hvorfor ABC-opplæring?

«Opplæringen er direkte relevant for arbeidshverdagen, og den gir meg mye motivasjon og inspirasjon på jobb. Jeg føler mer mestring og trygghet på at jeg gjør en god jobb, og det er blitt enklere å veilede og forklare ting for nye kolleger.»

Anita, helsefagarbeider

Over 98 %
av landets
kommuner har
deltatt

En tverrfaglig
opplæring

Nesten
100 000
deltakere

Øremerkede
midler via
«Kompetanse-
og tjeneste-
utviklingstilskudd»



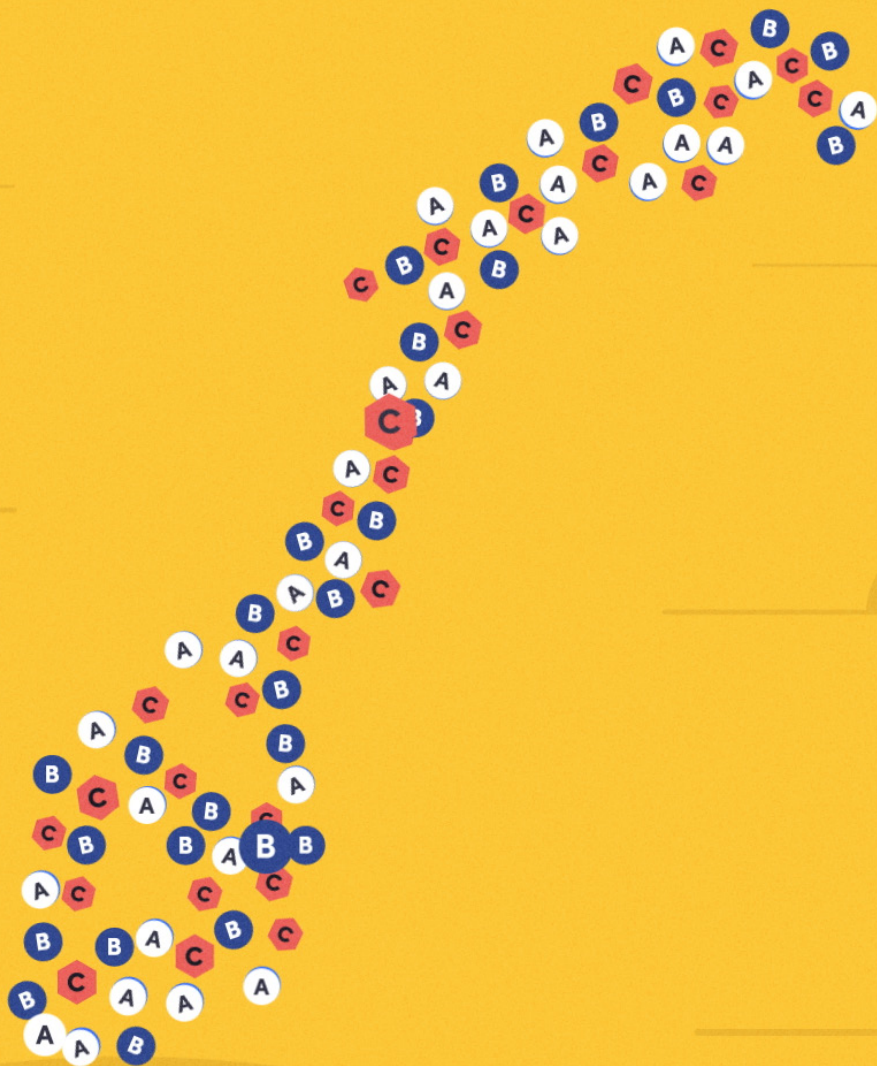
Hva er ABC-opplæringen?

ABC-opplæringen er et kompetansehevende tiltak for ansatte i kommunale helse- og omsorgstjenester. Den er utviklet av Nasjonalt senter for aldring og helse og gjennomføres på oppdrag fra Helsedirektoratet.

Opplæringen er strukturert rundt innholdet i en ABC-perm. Hver perm har ti til tolv faghefter, og det tar om lag ett år å gjennomføre. Det betyr at deltakerne står i en kontinuerlig læringsprosess. Opplæringen består av fagseminar, fagstoff og ABC-grupper. Den gjennomføres ved siden av jobb, og er uten eksamen.

Kompetanseområder i ABC-opplæringen:

- Demensomsorgens ABC handler om demens fra tidlig diagnose til død, inkludert utredning, miljøbehandling, personsentrert omsorg, arbeid med pårørende og palliasjon.
- Eldreomsorgens ABC handler om aldring og omsorg, psykiske lidelser hos eldre og geriatri.
- Mitt livs ABC handler om gode og forsvarlige tjenester til personer med utviklingshemming.



Finn kontaktperson i ditt fylke



Oppbygning og gjennomføring

ABC-opplæringen består av tre elementer:

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.
- ABC-bevis: Ved gjennomført opplæring får deltakerne et ABC-bevis som dokumentasjon på kompetansehevingen.

For mer informasjon se **abc.aldringoghelse.no**

ABC-opplæringen

– en suksesshistorie for virksomheter og deltakere!

Bent Høie, Statsforvalter i Rogaland:

«Skal ansatte gjøre en god jobb, så trenger de faglig påfyll. Og der er ABC-opplæringen en veldig god løsning. Men skal det virke, så må det være forankret hos ledelsen.»

«Det er et lederansvar å sørge for at de ansatte får de verktøyene de trenger for å mestre jobben. Og det handler om nettopp å få det kompetansepåfyllet som er viktig i denne utrolig viktige jobben som de gjør.»

Øverste leder, sykehjem:

«Det som gjør ABC-opplæringen bra, er at det blir et fellesskap, en får bygd kompetansen sammen. Og en kan ta kompetansen, kunnskapen en har fått, med seg inn i avdelingen og bruke den kompetansen rundt pasient-casene. Og det igjen medfører bedre pasientopplevelser.»

Rådgiver, kommune:

«ABC er en kvalitetssikret opplæring som de ansatte kan bruke aktivt i arbeidshverdagen sin.»

Deltaker:

«Nå vet jeg at jeg gjør en god jobb, og jeg vet hvorfor vi gjør ting på en bestemt måte. Det er veldig bra at vi lærer såpass mye om lovverket.»

Demensomsorgens ABC

Demensomsorgens ABC handler om demens fra tidlig diagnose til død. Deltakerne får nødvendig og oppdatert kunnskap som er enkelt å overføre til praksis.

Demensomsorgens ABC 1:

- Hva er demens
- Demenssykdommer
- Å jobbe i demensomsorgen
- Persontentrert omsorg
- Miljøbehandling
- Utredning av demens
- Systematisk oppfølging av hjemmeboende personer med demens
- Pårørendearbeid
- Heldøgns omsorg
- Palliativ demensomsorg
- Musikkbasert miljøbehandling



Demensomsorgens ABC 2:

- Fordypning i persontentrert omsorg
- Metoder for implementering av persontentrert omsorg
- Observasjon og kartlegging
- Nevropsykiatriske symptomer og atferd som utfordrer
- Bruk av tvang og varsling av overgrep
- Yngre personer med demens
- Personer med utviklingshemming og demens
- Demens hos samiske personer
- Innvandrere og demens
- Kosthold og ernæring
- Velferdsteknologi
- Dagaktivitetstilbud



Eldreomsorgens ABC

Eldreomsorgens ABC består av tre fagområder: aldring og omsorg, psykiske lidelser hos eldre og geriatri.

Aldring og omsorg:

Biologisk aldring
Psykologisk og sosial aldring
Krav og sentrale bestemmelser i eldreomsorgen
Aktivitet
Kosthold og ernæring
Observasjon, kartlegging og tiltak
Pårørende, sosiale nettverk og frivillige hjelpere
Mikrobiologi og smittevern
Legemidler



Psykiske lidelser hos eldre:

Kognitiv svikt, demens og delirium
Depresjon, sorg og selvmord
Angst
Psykose, mani og bipolar lidelse
Personlighetsforstyrrelser
Søvn, alkoholforbruk og smerter
Sentrale rettigheter og plikter etter helselovgivningen
Miljøet og aktiviteter som behandling
Psykologisk behandling
Legemidler og andre biologiske behandlingsmetoder



Geriatri:

Den geriatrike pasienten
Delirium, kognitiv svikt og demens
Infeksjonssykdommer og sykdommer i luftveiene
Hjerte- og karsykdommer
Hjerneslag og Parkinsons sykdom
Sykdommer i fordøyelsessystemet, urinsystemet og hormonsykdommer
Diabetes
Sansetap hos eldre
Skrøpelighet, sykdommer og skader i ledd, muskler og skjelett, og fall
Lindrende behandling, pleie og omsorg



Mitt livs ABC

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

Mitt livs ABC 1:

- Utviklingshemming
- Etikk
- Kommunikasjon
- Miljøarbeid
- Helse og helseutfordringer
- Opplæring, arbeid og dagtilbud
- Trivsel og sosialt nettverk
- Aktive liv – muligheter og utfordringer
- Rettsikkerhet– tvang og makt
- Pårørendearbeid



Mitt livs ABC 2:

- Alternativ og supplerende kommunikasjon
- Helhetlig tjenestetilbud
- Psykisk helsearbeid og psykiske lidelser
- Nedsatt fysisk funksjonsevne
- Autismespekterforstyrrelser
- Velferdsteknologi
- Helseoppfølging
- Aldring
- Fordypning i miljøarbeid
- Utfordrende atferd
- Ernæring



Temahefter

Temaheftene er fordypningsmaterieell som utfyller ABC-opplæringen. De kan brukes som en integrert del av opplæringen eller som selvstendige ressurser for kompetanseutvikling i tjenestene.

Temaheftene gir oppdatert og praksisnær kunnskap innen en rekke fagområder, og passer for ansatte og virksomheter som ønsker å styrke sin kompetanse innenfor spesifikke temaer. Disse kan lastes ned som PDF eller bestilles i fysisk format fra våre nettsider. Temaheftene handler blant annet om diabetes, positiv atferdsstøtte (PAS), ledelse, samisk kulturforståelse og lindrende behandling.



Målet med ABC-opplæringen

ABC-opplæringen har som mål å øke fagkunnskapen til ansatte i kommunale helse- og omsorgstjenester, og dermed styrke kvaliteten på tjenestene som tilbys. Gjennom tilgang på ny og oppdatert fagkunnskap, samt faglige diskusjoner og refleksjon over egen praksis, blir den ansatte rustet til å møte dagens og fremtidens utfordringer.

ABC-opplæringen passer for alle ansatte, både med og uten helsefaglig utdanning. Hensikten er å gi mulighet til å tilegne seg kompetanse i aktuelle fagtemaer og spesielt styrke kunnskapen om hva som er god praksis i henhold til retningslinjer, lover og forskrifter. På den måten kan kunnskap og refleksjon føre til positiv endring av praksis.

For deltakerne betyr dette også økt mestring, trygghet og motivasjon i arbeidshverdagen samt større mulighet til å påvirke egen hverdag. For virksomheter og kommuner bidrar ABC-opplæringen til utviklingsprosesser på arbeidsplassen, noe som fremmer en kultur for kontinuerlig forbedring av og høyere kvalitet på tjenestene.