

Kompetensutveckling för framtidens äldreomsorg

Behovet av förebyggande och hälsofrämjande arbetssätt inom äldreomsorgen växer snabbt. Allt fler äldre lever längre med alltmer komplexa behov – vilket ställer nya krav på verksamheterna.

Sverigehälsans YH-kurs: *Hälsofrämjande och förebyggande arbete med äldre* (45 YH-poäng) ger undersköterskor, sjuksköterskor och annan omsorgspersonal nya verktyg för att arbeta mer personcentrerat, förebygga ohälsa och stärka äldres välbefinnande. Kursen är framtagen tillsammans med kommuner och aktörer inom äldreomsorgen för att säkerställa hög arbetslivsanknytning och direkt nytta i det dagliga arbetet.

Upplägg

- Distansutbildning via lärplattform – lärarledda föreläsningar varje vecka
- Egenstudier, seminarier och inlämningsuppgifter kopplade till den studerandes yrkesroll.
- Flexibel studietakt för att kunna kombineras med arbete.
- Föreläsningar och seminarier med chefer, experter och praktiker från äldreomsorgen.
- Löpande återkoppling och stöd från lärare och handledare.

Innehåll

Deltagarna utvecklar kunskaper, färdigheter och kompetenser inom:

- Salutogent perspektiv och hur det tillämpas i äldreomsorgen.
- Hälsofrämjande och förebyggande insatser enligt Socialstyrelsens riktlinjer.
- Psykisk hälsa och ohälsa hos äldre – inklusive existentiella frågor och etiska dilemman.
- Fysiska, psykiska och sociala aspekter av åldrandet.
- Betydelsen av fysisk aktivitet och social delaktighet.
- Teknik och hjälpmedel som stärker äldres självständighet och livskvalitet.
- Reflektion och utveckling av det professionella förhållningssättet – att bryta ensamhet, möta svåra samtal och se hela människan bakom omsorgsbehovet.

Genom kursen får personalen fördjupad kompetens för att arbeta hälsofrämjande, förebyggande och rehabiliterande. Detta stärker verksamheten, bidrar till ökad livskvalitet för de äldre och gör att ni står bättre rustade för framtidens äldreomsorg.

Utbildare

Ni möter erfarna föreläsare med kompetens inom äldreomsorg och psykisk hälsa:

- Jeanette Johansson Ånmark, kursansvarig, med 30 års erfarenhet inom vård och omsorg, författare och handledare med fokus på hälsopromotion och stöd i vardagen.
- Susanne Perseius, psykiatrisjuksköterska och pedagog i Kalmar, specialiserad på hälsa i teori och praktik samt etik vid psykisk ohälsa.
- Åsa Palmkron Ragnar, specialistläkare i psykiatri och författare, med expertis inom mindfulness och psykiskt välmående.
- Katarina Lundblad, leg. psykoterapeut och författare, med lång erfarenhet av kurser i mindfulness och självmedkänsla.

Sista ansökningsdag: 21 september 2025

Kursstart: 20 oktober 2025

Läs mer och ansök på: sverigehalsan.se/yh/aldre-kursen/