

NYHETSBREV

KOMPETENSNAVET

JUNI 2026



VAD ÄR FÄRDIGHETS-TRÄNING?

Vi har pratat med studierektor Sahra Strandberg för att reda ut begreppet, sid 1

HANDREHAB-KURSEN KOMMER TILLBAKA!

Läs mer på sidan 4.

BOKA KURSER

Vi erbjuder flexibla möjligheter att boka kurser utifrån era behov. Vi kommer gärna ut till er och håller utbildning för hela arbetsgrupper på plats, men det går också bra att samordna kurstillfällen tillsammans med andra enheter.

Du bokar enkelt via intresseanmälan på vår hemsida, där du även hittar vårt aktuella kursutbud.

Det går bra att boka redan nu för både hösten 2026 och våren 2027.

www.orebro.se/kompetensnavet

Urval av kurser som ges till hösten:

- Allmän basal läkemedelsutbildning
- Bemötande och bli bemött
- Dokumentation
- Sårvård
- Först på plats
- Lågaaffektivt bemötande
- Med egen kraft
- Palliativ vård



Medfinansieras av
Europeiska unionen

HUR ÄR DET ATT VARA DELTAGARE?

Vi har intervjuat Mortanza som deltagit på kursen Trygg i rollen under våren, läs mer på sidan 3.

VAD MENAR VI MED FÄRDIGHETSTRÄNING?

Vi har pratat med studierektor Sahra Strandberg för att reda ut begreppet.

Vad är egentligen färdighetsträning?

– En kurs hos Kompetensnavet skiljer sig en del från den traditionella undervisning som många är vana vid. Vi använder begreppet färdighetsträning för att tydliggöra att fokus ligger på att öva på sådant man redan förväntas kunna i sitt arbete.



Hur är kurserna upplagda?

– Vi utgår från forskning som visar att ett effektivt sätt att omsätta kunskap till faktisk kompetens är att arbeta med ungefär 10 procent teori, 70 procent praktisk övning och 20 procent reflektion. Det här perspektivet genomsyrar hur vi bygger våra kurser.

Vilken effekt ser ni av det här arbetssättet?

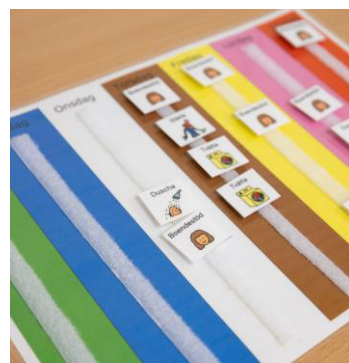
– När övning och reflektion kombineras på det här sättet ser vi att det leder till faktisk beteendeförändring. Det är där den stora vinsten finns – att kunskapen verkligen omsätts i praktiken. I förlängningen bidrar det till ökad kvalitet i vården och omsorgen för den enskilde.

Innebär det att deltagarna inte får någon ny kunskap?

– Jo, det kan absolut förekomma nya inslag och information som deltagarna inte stött på tidigare. Men den största delen av tiden handlar om att öva – och öva igen – för att befästa det man redan ska kunna.

Vad består övningarna av mer konkret?

– Mycket handlar om att träna praktiska moment, men också om att diskutera med kollegor. Deltagarna får resonera kring arbetssätt, hantera etiska dilemman och reflektera över varför vi gör saker på ett visst sätt i verksamheten.



INTERVJU MED EN KURSDELTAGARE

Sedan start har 3287 personer deltagit på en och i vissa fall flera kurser. Det motsvarar 21 079 kurstimmar totalt och fler ska det bli! Men hur är det egentligen att gå på kurs hos Kompetensnavet? Vi valde att fråga en av våra deltagare.

Hur upplevde du det att gå på kurs hos Kompetensnavet?

Det var jättebra! Har läst validering till undersköterska tidigare och då gick vi inte in så detaljerat på varje del och tempot var snabbt. I kursen Trygg i rollen gick vi mer in på saker som exempelvis basal hygien.

Vilken typ av kompetensutveckling har du erbjudits tidigare?

Jag har inte gått så många kurser tidigare, inte som den här kursen.

Hur skiljer sig Kompetensnavet från dina tidigare upplevelser av kompetensutveckling?

Upplevde det som bredare.

Kan du berätta om något konkret du tagit med dig från kursinnehållet?

Alla delar var lärorika, men speciellt personcentrerat arbetssätt och palliativ vård. Jag har fått större förståelse för att varje person är unik. Att det är viktigt att skapa delaktighet och se personen bakom sjukdomen. Inom palliativ vård fick jag nya kunskaper om bemötande. Hur viktigt det är med trygghet och respekt. Vara närvarande och lyhörd mot den enskilde och närstående

Namn: Mortaza

Yrke: Undersköterska

Kommun: Örebro kommun

Deltagit på följande

kurser: Trygg i rollen

Skulle du rekommendera andra att gå på kurs hos Kompetensnavet?

Ja, självklart! Kursen Trygg i rollen är extra bra för de som läst till undersköterska via validering eftersom man då inte fått så detaljerad kunskap. Jag uppskattade också att de två utbildarna var tydliga och bra.

OM KURSEN TRYGG I ROLLEN

Kursen är uppbyggd i tre delkurser, där varje delkurs gör dig säkrare i din yrkesroll. Vikten av kommunikation, dokumentation och bemötande är genomgående i kursen. Varje delkurs innehåller simuleringsövningar där olika moment övas för att du ska bli mer trygg i din yrkesroll. Vi rekommenderar att de tre stegen genomförs inom en halvårsperiod.

Steg 1: Hygienrutiner, smittförebyggande arbete och klinisk blick. Du övar på att tolka vitala parametrar och rapportera enligt SBAR. Grundläggande kunskap om hjärt-kärlsjukdomar.

Steg 2: Diabetes, kostens betydelse för hälsa och läkning samt förebyggande av sår. Enklare läkemedelslära.

Steg 3: Personcentrerat och rehabiliterande arbetssätt, munvårdens betydelse samt vård i livets slutskede, palliativ vård.

KONTAKTA OSS!

Vi har en funktionsbrevlåda dit du gärna får skriva: ktc@orebro.se

På vår hemsida hitta du mer information om våra kurser samt ett formulär för intresseanmälan/bokning av kurser: www.orebro.se/kompetensnavet



BESLUT SOM STÄRKER KOMPETENSEN

Ett effektivt sätt att skapa en tydlig och hållbar plan för deltagandet i projektet är att fatta konkreta beslut om vilka kurser som ska prioriteras.

I Nora kommun har man valt att arbeta med en återkommande månadsbokning av kursen *Allmän basal läkemedelshantering*. Det gör det möjligt att löpande utbilda ny personal och säkerställa att kompetensen hålls aktuell över tid.

I Örebro kommun har man gått ett steg längre och beslutat att göra två av Kompetensnavets kurser obligatoriska för medarbetare utan tidigare utbildning eller erfarenhet. Det gäller introduktionskurserna *Basal omvårdnad* och *Allmän basal läkemedelshantering*.

Syftet är att:

- stärka introduktionen av nya medarbetare
- öka tryggheten i yrkesrollen
- avlasta handledare ute på enheterna
- på sikt höja kvaliteten i verksamheten för våra medborgare

HANDREHAB KOMMER TILLBAKA!

I november kommer *Grundkurs i handrehabilitering för arbetsterapeuter* tillbaka. I samarbete med utbildare på Arbetsterapeutprogrammet på Örebro universitet så har kursen utvecklats med lite fler övningar, men grunden från tidigare består. Vi kommer erbjuda fyra kurstillfällen, klockan 09:00-16:00:

- 5 november Örebro
- 12 november Kumla
- 18 november Lindesberg
- 25 november Karlskoga

Bokning sker via hemsidan:

www.orebro.se/kompetensnavet

