

Ernæring i pleie- og omsorgstjenester



**Gratis høyere yrkesfaglig utdanning
(fagskoleutdanning)
30 studiepoeng**

**For studenter med videregående opplæring innen
helsearbeiderfaget eller restaurant- og matfag**

Opptakskrav

For opptak til fagskoleutdanningen Ernæring i pleie- og omsorgstjenester kreves det fullført og bestått videregående opplæring med fagbrev som helsefagarbeider eller fag-/svennebrev innen restaurant- og matfag. Hjelpepleiere, omsorgsarbeidere, aktivtører og helsesekretærer kan også søke.

Utdanningen er delt inn i emner. Det er mulig for studenten å søke godskriving for et eller flere emner dersom de kan dokumentere at de har tilsvarende NOKUT-godkjente emner fra tidligere.

Med realkompetanse menes all formell og ikke - formell kompetanse som en person har opparbeidet seg gjennom skolegang, arbeid og fritid.

Kandidater som søker opptak på bakgrunn av realkompetanse må dokumentere at de er 23 år eller eldre i opptaksåret. I tillegg må søker ha ett av følgende punkter:

- Bestått teori innen VG2 Helseservice, kokk eller institusjonskokk og minimum 3360 timer relevant praksis (2 år)
- Minimum 8400 timer relevant praksis (5 år)
- Kompetanse tilsvarende VG3 Aktivitørfaget, VG3 Helsesekretær, VG3 Helsearbeiderfaget eller VG3 Institusjonskokkfaget eller VG3 Kokkfaget. Kandidaten må bestå fagtest som bygger på en av de gjeldende VG3 læreplanene og ha minimum 5000 timer relevant praksis (3 år)

Med relevant praksis menes arbeidsoppgaver innen helse- og omsorgssektoren, både offentlig og privat. Eksempel kan være sykehjem, hjemmetjeneste, sykehus, omsorgsboliger, dagsentra, aktivitetssentre etc.

Søkere som tas opp på bakgrunn av realkompetanse vil etter gjennomført og bestått avsluttende eksamen ikke kunne søke autorisasjon/fagbrev innen helsefagene.

Utdanningstilbudets organisering

Utdanningen inneholder 3 teoriemner og 1 fordypningsemne. Utdanningen tilbys som et deltidsstudium over 2 semestre (1 år) og legges opp med 5 samlinger pr. måned på kveldstid (kl. 17.00 – 21.00). For Bergen vil utdanningen også være tilgjengelig på dagtid, en dag i uken fra klokken 09.00 – 15.00.

Studentene leverer en skriftlig oppgave pr. emne. Fullført utdanning gir 30 studiepoeng.

Studenten må påregne studentavgift pålydende kr 400.-. Denne dekker medlemskap i ONF (Organisasjon for norske fagskolestudenter), administrative kostnader og diverse læringsmateriell som gjøres tilgjengelig på læringsplattform.

Utdanningen består av følgende emner:

Emne 1 Basisemne – 10 uker deltid

1a. Arbeidsformer og metoder i studiet

- Studieteknikk
- Prosjekt- og utviklingsarbeid
- Teori og erfaringsbasert kunnskapsbygging
- Refleksjon og refleksjonsmodeller
- Aktiv læring
- Informasjonsteknologi

1b. Helse- og oppvekstfagene i samfunnet

- Teorier og begreper innen helse- og oppvekstfagene
- Aktuelle verdier og normer i samfunnet og i helse- og oppvekstfagene, hvordan de henger sammen og styrer praktisk handling

1c. Etikk

- Menneskesyn og menneskeforståelse
- Verdier og verdioppfatninger, livssyn
- Etikk, moral, etiske dilemmaer
- Etisk refleksjon og refleksjonsmodeller
- Yrkesetikk og taushetspliktens etiske sider
- Brukermedvirkning
- Samtykkekompetanse - makt, tvang og kontroll

1d. Kommunikasjon og samhandling

- Kommunikasjonsteori og kommunikasjon i ett hjelperperspektiv
- Tverrkulturell samhandling og kommunikasjon
- Relasjonskompetanse
- Veiledningsteori og veiledning

1e. Stats- og kommunalkunnskap, helse og oppvekstpolitikk

- Lover og forskrifter som regulerer helse- og omsorgssektorens virkefelt
- Profesjonalisering i helse- og omsorgssektoren
- Kunnskapsbasert praksis
- Omsorgsforskning

1f. Sosiologi og psykologi

Sentrale tema:

- Familien som sosial og kulturell institusjon
- Roller, makt og avmakt
- Utviklingsteorier, livsløpet
- Kriser og forsvarsmekanismer
- Ulikheter og kulturelt mangfold

Emne 2: Ernæring i pleie- og omsorg - 20 uker deltid Inkludert hospitering og praktisk matlaging

2a. Grunnleggende ernæringslære

- Energi og energibalanse
- Næringsstoffene
- Hva er kosttilskudd, og trenger vi det?
- Matvaregruppene - matvarekunnskap
- Måltidene
- Miljøvennlig mat
- Matvaremerking, innholdsfortegnelse
- Helsefremmende kosthold/forebygging

2b. Kost og ernæring i et samfunnsperspektiv

- Norske anbefalinger for ernæring
- Livsstil og helse
- Kostråd for å fremme folkehelse og forebygge kroniske sykdommer
- Samfunnets ansvar, den enkeltes ansvar og valg
- Ernæring i helsetjenesten og helseinstitusjoner

2c. Kost i forhold til alder og kulturtilhørighet

- Eldre mennesker
 - Kroppsforandringer hos eldre
 - Ernæringsbehov hos eldre
 - Mat og måltider i institusjon
 - Hjemmetjenesten, matservice
- Kost, kultur og religion
 - Tradisjoner og utfordringer
 - Innvandrere og flyktninger
 - Kost i forhold til ulike religioner
 - Kost i forhold til ulike kulturer

2d. Grunnleggende kjennskap til kost ved ulike sykdommer og tilstander

- Underernæring
- Nedsatt appetitt
- Overvekt/fedme
- Allergier og intoleranser
- Diabetes
- KOLS
- Astma
- Hjerte/kar-sykdom
- Cøliaki
- Revmatiske sykdommer
- Kreft
- Spiseforstyrrelser
- Konsistenstilpasset kost

2e. Trygg mat

- Hygiene
- Smitte og smittespredning
- Smittekjeden
- Sykdommer fra mat og drikke
- Hvordan hindre smitte?
- Tilsetningsstoffer
- På kjøkkenet
 - Oppbevaring og holdbarhet
 - Tilberedning
 - Bevaring av næringsstoffer

2f. Helsefremmende arbeid/forebygging

- Kartlegging av ernæringsbehov
- Atferd og helse
- Levevaner
- Helse og den enkeltes ansvar og valg
- Samfunnets ansvar
- Mat og følelser
- Brukermedvirkning

2g. Omsorg og motivasjon

- Hva er omsorg?
- Synet på omsorg
- Omsorgspersoner og omsorgsarbeid
- Omsorgsetikk
- Indre og ytre motivasjon
- Hva motiverer og påvirker til endring?
- Forsvarsmekanismer
- Emosjoner og motivasjon
- Matglede
- Relasjon mellom yrkesutøver og bruker, brukermedvirkning
- Kunnskap og trygghet, ansvarsfordeling mellom hjelper og bruker
- Om å bygge på styrke, brukerens ressurser, indre og ytre ressurser
- Om å sette mål
- Makt og myndiggjøring (empowerment)

2h. Hospitering og praktisk matlaging

- Hospitering
- Praktisk matlaging

Hospitering og praktisk matlaging - obligatorisk

Hospitering er en del av emne 2 og foregår for eksempel på kjøkken ved sykehjem, omsorgssentra, sykehus ol. Hospitering kan være individuelt eller som klassebesøk. Det legges opp til 4 dager hospitering og AOF Haugaland har ansvar for å skaffe egnede plasser for hospitering. Veileder ved individuell hospitering vil være fagperson på hospiteringsstedet med minimum bachelorgrad i ernæring. Der hvor dette ikke er mulig, vil tilsvarende fagperson fra AOF Haugaland veilede studenten i praksis. Praktisk matlaging på kjøkken er også en del av emne 2. Dette legges opp som 4 kvelder fordelt gjennom emnet og vil foregå på skolekjøkken i kommunen. Det vil her legges vekt på sunn og ren mat, kreativ matlaging og matglede. Veileder under den praktiske delen vil være fagperson med minimum bachelorgrad i ernæring.

Emne 3: Fordypning i Ernæring i pleie- og omsorgstjenester - 8 uker

Emnet er obligatorisk:

Studentene skal gjennomføre et obligatorisk fordypningsarbeid. Emnet for fordypningsarbeidet skal være praksisrettet, forankret i relevant teori samt konkret være knyttet til praksis og ett eller flere tema i utdanningens emner. Studenten skal gjennom fordypningsarbeidet, vise refleksjon og bruke både teori og erfaringer fra praksis. Fordypningsoppgaven skal fortrinnsvis gjennomføres i gruppe.

NOTATER:

Administrasjons- og undervisningslokaler:

AOF Fagskolen
Hovedkontor
Dreier Gaarden
Haraldsgata 190
5525 HAUGESUND
Klikk for [Kart](#)

AOF Fagskolen
Strandgaten 197
5004 BERGEN
Klikk for [Kart](#)

AOF Fagskolen
i-Park Stavanger
Richard Johnsens
gate 4
4021 STAVANGER
Klikk for [Kart](#)

AOF Fagskolen
AOF Agder
Markensgate 13
4611 KRISTIANSAND S
Klikk for [Kart](#)

Kontaktperson Haugesund:

Cathrine Westmork
Kompetanserådgiver
cathrine.westmork@aof-fagskolen.no
52 70 90 08 / 970 94 461

Kontaktpersoner Agder:

Mette Celius
Kompetanserådgiver
mette.celius@aof-fagskolen.no
52 70 89 99 / 480 97 991

Kontaktperson Stavanger:

Gunn-Anne Larsen
Kompetanserådgiver
gunn-anne.larsen@aof-fagskolen.no
52 70 89 98 / 413 24 432

Kontaktperson Stavanger:

Tone Kristin Larsen
Kompetanserådgiver
tone.larsen@aof-fagskolen.no
52 70 89 91 / 478 63 936

Kontaktperson Bergen:

Wenche Lien Fotland
Avdelingsleder Bergen
wenche.lien.fotland@aofvestlandet.no
tlf. 412 01 689 / 55 30 90 50

Kontaktperson Bergen:

Christian Kronen
Kompetanserådgiver
christian.kronen@aof-fagskolen.no
tlf. 979 83 764 / 55 30 90 50

Kontaktperson Bergen:

Hege Verpe
Kompetanserådgiver
hege.verpe@aof-fagskolen.no
Tlf. 948 01 982 / 55 30 90 50

Mer informasjon og påmelding gå til:

www.aof-fagskolen.no

AOF Fagskolen
Postboks 24, 5501 Haugesund
Telefon: 52 70 90 00
E-post: post@aof-fagskolen.no
[Facebook.com/aof fagskolen](https://www.facebook.com/aof-fagskolen)