

# PR2.3

## Handbok för utbildare



**UPSKILLING DOMESTIC CARE WORKERS TO ENSURE  
RESILIENT EMPLOYMENT PATHWAYS**



**Co-funded by  
the European Union**

GA n° 2021-1-SE01-KA220-ADU-000028268

<b>Projektets akronym:</b>	DoCUp
<b>Projektets namn:</b>	Kompetenshöjning för hushållsarbetare för att säkerställa stabila anställningsvägar
<b>Projektkod:</b>	2021-1-SE01-KA220-ADU-000028268

#### Dokumenthistorik

Version	Datum	Förändringar	Typ av förändring	Levererad av
1.0	03.03.23	Ursprungligt dokument	-	AHE
2.0	03.10.23	Slutdokument		AHE

#### Information om dokument

Dokumentets ID-namn:	DoCUp_PR2_3_Handbok för utbildare
Dokumentets titel:	Handbok för tränare
Typ av utmatning:	PR
Datum för leverans:	03/03/23
Typ av aktivitet:	
Aktivitetsledare:	AHE
Spridningsnivå:	Offentlig

Finansieras av Europeiska unionen. De synpunkter och åsikter som uttrycks är endast upphovsmannens [upphovsmännens] och utgör inte Europeiska unionens eller Europeiska genomförandeorganet för utbildning och kulturs (EACEA) officiella ståndpunkt. Varken Europeiska unionen eller EACEA tar något ansvar för dessa.

Projektresurserna i denna publikation är allmänt tillgängliga under [Creative Commons-licens 4.0 B.Y](#)

## INNEHÅLLSFÖRTECKNING

DEL 1.	INLEDNING4
Översikt över	DoCUp-projektet4
Om författaren till	handboken5
Handbok	mottagare6
Resultat av	lärande6
DEL 2.	METODOLOGI11
Riktlinjer för	utbildare11
Användningsfall för enhet	114
Användningsfall för enhet	215
Användningsfallsscenario för enhet	317
Användningsfall för enhet	418
Användningsfall för enhet	520
Användningsfall för enhet	621
DEL 3. INSTRUKTIONER för utveckling av ytterligare undervisnings- och	bedömningsmaterial23
Utveckling av ytterligare	undervisningsmaterial23
Instruktioner för	bedömningsmaterial24
DEL 4. DoCUp MOOC - Tekniska specifikationer och	riktlinjer31
DoCUps massiva öppna onlinekurs (MOOC)	31
VAD ÄR EN MOOC?	31
DoCUp MOOC: Omfattning och	struktur32
MOOC:en DoCUp: Pedagogiska	principer34
Hur man får tillgång till och använder DoCUp	MOOC35
	REFERENSFÖRTECKNING44

## DEL 1. INLEDNING

### DoCUp Projektöversikt

---

Hälsa- och sjukvård samt sociala tjänster är en av de största växande ekonomiska sektorerna. Samtidigt utmanas sektorn av grundläggande samhällsförändringar som den åldrande befolkningen, globaliseringen och den växande kulturella mångfalden, vilket ökar behovet av sociala tjänster. Vetenskapliga bevis visar också de negativa konsekvenserna av social ojämlikhet när det gäller hälsa, psykosociala problem, brottslighet och mindre social sammanhållning. Hälsa- och sjukvården och de sociala tjänsterna styrs också av nya politiska trender som avinstitutionalisering.

Förändrade vårdvanor inom familjer, demografiska förändringar och ökningen av den äldre befolkningen i behov av vård, tillsammans med förändrade attityder till förmån för hemvård (i motsats till institutionsvård) före och främst efter covid-19-epidemin, har gjort hushållstjänster allt viktigare i EU-länderna.

Trots att betalt hushållsarbete länge har förknippats med det obetalda arbete som kvinnor utför i sina egna hem, är hushållsarbete en alltmer diversifierad sektor som omfattar en mängd olika uppgifter. Under pandemin har dock de uppgifter som förväntas av hushållsarbetare, särskilt kvinnor, blivit ännu bredare. Mer specifikt har ett stort antal hemvårdare ombetts att använda tekniska program och applikationer för att övervaka sina klienters hälsobehov, ge klienterna omfattande medicinsk vård, fysisk och psykologisk terapi och till och med omvårdnad. Bredden och nivån på de färdigheter och kompetenser som hushållsarbetarna är utrustade med uppvisar betydande variationer. Faktum är att en betydande andel av vårdpersonalen, nämligen de lågutbildade, arbetslösa och/eller de som tillhör missgynnade grupper (t.ex. flyktingar, invandrare, personer som lever på bidrag) har antingen en begränsad empirisk eller ingen förkunskap innan de börjar arbeta med vård i hemmet. De är bland de mest utsatta grupperna av arbetstagare och löper ökad risk för smittspridning, social prekärhet och exploatering.

Covid-19-pandemin har påverkat hushållsarbetare, vårdtagare och mellanhänder, inklusive hemsjukvårdsföretag, på flera viktiga sätt. Många av de utmaningar som uppstått var helt nya och orsakades direkt av pandemin. Med andra ord förvärrade pandemin långvariga utmaningar inom vårdsektorn. Statliga organ tog itu med några av dessa frågor genom förändringar i regional och nationell politik, regler och vägledning. Hemtjänstföretag reagerade också på utmaningar i sina egna policyer och praxis när det gäller de anställda.

Hemtjänstpersonal och hemtjänstföretag tillhandahåller tjänster och stöd för att hjälpa människor att bo kvar i sina hem på ett säkert sätt. Med hemtjänst avses medicinska, administrativa och andra anhörigtjänster som tillhandahålls i hemmet, såsom arbetsterapi, sjukgymnastik och omvårdnad, samt personlig assistans.

DoCUp är ett Erasmus+ KA220-projekt som syftar till att ta itu med de ovannämnda utmaningarna genom att tillhandahålla ett omfattande ramverk för kompetenshöjning av hushållsarbetare. DOCUP-konsortiet samordnas av Folkuniversitetet i Uppsala (Sverige) och består av fem institutioner och organisationer baserade i Italien (Anziani e non solo), Grekland (Promea), Spanien (Infodef) och Polen (University of Humanities and Economics in Lodz) som är aktiva inom utbildning och stöd till innovation inom vårdtjänster. Projektet utvecklade flexibla metoder för att leverera utbildning (t.ex. e-bok, MOOC) och innovativa resurser med öppen åtkomst för att hantera praktiska, tekniska och organisatoriska aspekter av undervisning och lärande. DoCUp-kursen syftar till att göra det möjligt för personer som för närvarande är anställda eller söker arbete inom vårdsektorn, men som saknar formell utbildning inom området, att förvärva specialiserade vårdfärdigheter, digitala och organisatoriska färdigheter tillsammans med tvärgående (såsom sociala och kommunikationsfärdigheter för att interagera med kunder) och attitydmässiga kompetenser (personlig handlingskraft, kulturell medvetenhet och uttryck), genom en kombination av pedagogiska resurser. Dessa resurser kommer att hjälpa dem att öka sin beredskap för de krav som sektorn ställer i tiden efter covid-19, utrusta dem med en uppsättning överförbara färdigheter och förbättra deras anställbarhet och löneförväntningar samt arbetstillfredsställelse.

## Om författaren till handboken

---

Agnieszka Renn-Zurek, PhD, har yrkeserfarenhet inom långtidsvård och palliativ vård samt inom familjeomvårdnad. Hon har arbetat som instruktör i hälsoutbildning och hälsofrämjande, sektionssjuksköterska på internmedicinska avdelningen, sjuksköterska inom långtidsvård i hemmet, sjuksköterska inom palliativ vård, sjuksköterska inom samhälls- och familjevård och inom skolmedicin. Hon har också arbetat som föreläsare för postgraduate education providers och undervisat i specialistkurser, kvalifikationskurser och specialiseringsutbildning. Hon har haft ett antal ansvarsfulla befattningar, bland annat som chef för Community Care Station vid St John of God Convent och chef för kvalificerings- och specialiseringskurser för sjuksköterskor.



## Mottagare av handboken

---

Handboken för utbildare är avsedd för utbildare av vuxna som för närvarande arbetar eller söker arbete inom vårdsektorn, men som inte har någon formell utbildning inom detta område men vill skaffa sig specialkunskaper inom vård.

Handboken syftar till att stödja utbildare i att leverera en kurs för att utveckla färdigheter och kompetenser om tillhandahållande av hushållsarbete. Handboken innehåller riktlinjer för att utbilda vuxna med hjälp av DoCUp utbildnings- och bedömningsmaterial för varje inlärningsenhet och instruktioner för att utveckla ytterligare material och resurser i enlighet med DoCUp inlärningsresultat. DoCUp-handboken innehåller också detaljerade fallstudier, praktiska övningar, bakgrundsläsning och länkar av intresse.

Utbildaren för hushållsarbetare bör vara en person med medicinsk utbildning, helst en distriktssköterska, socialarbetare eller en hälsovårdsarbetare efter en lärarkurs.

## Resultat av lärande

---

För att få en heltäckande bild av de faktiska kompetensbehoven och kraven på arbetsplatsen tillfrågades tre olika målgrupper: hushållsarbetare, vårdtagare och förmedlare, i ett försök att identifiera deras befintliga kunskaper, färdigheter, behov och kompetenser inom medicinsk vård, digital och administrativ kompetens samt mjuka färdigheter.

På grundval av den forskning som utförts var det möjligt att identifiera 6 områden med en varierad uppsättning av mjuka och hårda färdigheter som är avgörande för hushållsarbetare. DoCUp-kursen består av 6 enheter och 25 underenheter.

Utbildningen ska ge följande läranderesultat:

<b>Läranderesultat, enhet 1: Färdigheter inom intensivvård</b>
<b><i>U 1.1. Sjukdomar såsom demens och störningar av fysisk, psykisk eller social funktion</i></b>
Deltagaren känner till definitionen av demens och kan känna igen symtomen på sjukdomen
Deltagaren känner till och kan lista de faktorer som är ansvariga för sjukdomen
Deltagaren vet hur man organiserar en säker miljö för en patient med demens
<b><i>U 1.2. Nutrition och vätska till patienter baserat på deras näringsbehov</i></b>

Deltagaren känner till äldre personers behov av näringsämnen och vätska
Deltagaren känner till principerna för enteral nutrition för äldre och kroniskt sjuka patienter
Den studerande känner till principerna för kostbehandling och komplikationer vid kostbehandling
Eleven känner till typer och användning av speciella näringsprodukter
Den studerande kan tillaga en måltid enligt angivet recept (fast, hackad, puré, flytande)
Eleven kan administrera en måltid genom munnen med hjälp av en lämplig positionering
Eleven kan administrera vätskor via muntlig väg enligt den föreskrivna dosen
Deltagaren kan ge första hjälpen i händelse av kvävning
<b>U 1.3. Rengöring och vård av sår samt olika typer av förband</b>
Eleven kan känna igen och identifiera typen av sår
Eleven känner till och tillämpar de viktigaste principerna för sårbehandling och sårvård
Eleven kan applicera ett specialiserat förband på ett sår
Deltagaren kan bedöma omfattningen av sårhäkning
<b>U 1.4. Hjälptill med mobilisering och tillhandahållande av ambulering</b>
Eleven känner till och kan tillämpa principer för patientförbättring med hänsyn till patientens tillstånd och förmågor.
Deltagaren känner till och tillämpar i praktiken de olika formerna av patientförbättring
Eleven känner till och tillämpar i praktiken de olika formerna av säker förflyttning av patienter
Eleven väljer och vet hur man använder hjälpmedel
Eleven vet hur man organiserar en säker miljö för patienter med undanröjande av hinder
<b>U 1.5 Patientens kroppshygien i badrummet och i sängen för en liggande person</b>
Eleven känner till och kan lista syftena med att upprätthålla patientens miljö och personliga hygien
Deltagaren kan utföra bäddning med en tom säng och med en liggande patient
Deltagaren kan utföra byte av sängkläder i en tom säng och med en liggande patient
Deltagaren kan utföra byte av personliga underkläder i en säng för funktionshindrade och med en liggande patient
Eleven känner till och tillämpar olika tekniker för att utföra hygieniska åtgärder beroende på patientens tillstånd och kapacitet.
Eleven känner till och använder hjälpmedel för att utföra patienthygien både i sängen och i badrummet

## Läranderesultat, enhet 2: Grundläggande omvårdnadsfärdigheter

### U 2.1. Användning av medicinsk utrustning

Deltagaren vet hur man mäter blodtrycket med hjälp av en blodtrycksmätare med urtavla

Eleven vet hur man mäter blodtryck med hjälp av en elektronisk blodtrycksmätare

Deltagaren känner till värdena för blodtryck

Deltagaren kan känna igen onormala värden för blodtryck

Eleven kan utföra mätning av syremättnad i blodet med hjälp av en pulsoximeter

Deltagaren kan tolka resultatet av mätningen av blodmättnad

Elva känner till principerna för syrgasbehandling i hemmet

Eleven kan administrera syrgasbehandling i hemmet på ett säkert sätt enligt föreskrift



Deltagaren vet hur man mäter blodtrycket med hjälp av en blodtrycksmätare med urtavla
<b>U 2.2. Ge läkemedel - Metoder för administrering av läkemedel (Om tillåtet)</b>
Eleven känner till landets bestämmelser om administrering av läkemedel
Elva känner till de medicinska indikationerna för administrering av läkemedel via en specifik väg till hans/hennes patient
Eleven kan administrera läkemedel till patienter via oral väg
Deltagaren kan administrera läkemedel till patienten via den sublinguala vägen
Deltagaren kan administrera läkemedel till patienten via rektal väg
Deltagaren kan administrera läkemedel till patienten via hudapplikation
Eleven kan administrera läkemedel till patienter med hjälp av den okulära vägen
Eleven kan och gör administrering av läkemedel till patienter via inhalation
<b>U 2.3. Förebyggande av trycksår</b>
Elva känner till orsakerna till trycksår
Eleven kan avgöra graden av trycksår
Eleven känner till och tillämpar i praktiken principerna för förebyggande av trycksår
Eleven kan utvärdera effektiviteten av de förebyggande åtgärder som vidtagits
<b>U 2.4. Första hjälpen-tekniker</b>
Elva känner till principerna för premedicinsk första hjälpen
Deltagaren vet hur man ger första hjälpen enligt den nödvändiga sekvensen av räddningsinsatser
Eleven kan utföra hjärt-lungräddning
Eleven vet hur man använder AED-enheten

<b>Läranderesultat, enhet 3: Skydda dig och dina kunder från infektioner</b>
<b>U 3.1 Metoder för förebyggande och kontroll av infektioner</b>
Eleven vet hur infektioner sprids
Eleven känner till och kan beskriva källor och spridningsvägar för infektioner
<b>U 3.2. Sanitet och personlig hygien</b>
Den studerande tillämpar de principer för sanitär och personlig hygien som gäller under ett covid-19-utbrott för att öka skyddet.
Deltagaren identifierar 5 tillfällen då det är viktigt att utföra handhygien i kontakt med en person i behov av vård
Eleven känner till stegen och hur man utför Ayliffe-handtvätt
Eleven vet i vilka situationer hygienisk handtvätt bör användas
Eleven känner till och tillämpar principen om andningshygien/hostetikett
Eleven vidtar åtgärder för att upprätthålla god andningshygien i miljön
<b>U 3.2. Användning av personlig skyddsutrustning</b>
Eleven känner till och kan beskriva personlig skyddsutrustning
Deltagaren kan bedöma epidemiologiska risker
Eleven använder vald personlig skyddsutrustning i praktiken
Eleven använder personlig skyddsutrustning i kombination med angivna försiktighetsåtgärder

### **U 3.4 Gröna färdigheter för rengöring och sanering**

Eleven har grundläggande ekologiska färdigheter

Eleven känner till och tillämpar i praktiken ekologiska rengöringsprocesser och aktiviteter

Eleven känner till och tillämpar i hushållet ett färgbaserat städningssystem

Eleven desinficerar utvalda delar av miljön med hjälp av ekologiska tekniker och ekologisk utrustning

Eleven känner till och kan tillämpa ekologiska rengörings- och saneringsmetoder utan att skada miljön eller sin egen hälsa.

## **Läranderesultat, enhet 4: Digitala och administrativa färdigheter**

### **U 4.1. Rapportering, ifyllande av digitala journaler för vårdplaner**

Eleven känner till principerna för rapportskrivning, färdigställande av vårdplaner och digitala journaler

Eleven känner till principerna och förbereder rapporter och digitala vårdplaner

Eleven kan förbättra kvaliteten på rapporter och dagboksskrivande

Eleven känner till och använder datasökningstekniker för att hitta och välja relevant information.

Eleven känner till principerna för rapportskrivning, färdigställande av vårdplaner och digitala journaler

### **U 4.2. Tekniska färdigheter för e-post och delning av data**

Deltagaren har de tekniska färdigheterna för att använda e-post

Eleven vet hur man skapar ett e-postkonto

Eleven känner till de viktigaste leverantörerna av e-posttjänster

Deltagaren vet hur man bifogar ytterligare filer

Eleven känner till principerna för datadelning

Eleven kan använda e-post för att kontakta specialister i samband med patientvård

### **U 4.3. Använda system för distansvård**

Eleven vet vad televård är

Deltagaren vet hur televård fungerar i det berörda landet

Deltagaren kan tillämpa telekomsystemet i praktiken enligt patientens behov

### **U 4.4. IKT-färdigheter för att stödja e-hälsoenheter**

Eleven kan beskriva och använda vanligt förekommande informations- och kommunikationsteknik inom hemsjukvård

Eleven kan använda programvara för att hitta information och en rad tjänster

Den studerande är kompetent i användningen av digital hälsoutrustning som kräver IKT-färdigheter

Eleven kan beskriva och använda vanligt förekommande informations- och kommunikationsteknik inom hemsjukvård

## **Läranderesultat, enhet 5: Kommunikation och relationer**

### **U 5.1. Kulturell medvetenhet och kulturella uttryck**

Eleven känner till begreppet kultur och kulturell medvetenhet

Eleven uppträder och agerar i enlighet med kulturen för relationer och prestationer
Eleven förstår och respekterar kulturell mångfald
Eleven känner till och tillämpar principerna för icke-verbal kommunikation
Eleven känner till begreppet kultur och kulturell medvetenhet
<b>U 5.2. Organisatoriska färdigheter</b>
Den studerande utvecklar organisatoriska färdigheter, uppmärksamhet på detaljer och punktlighet.
Eleven upprätthåller ordningen på arbetsplatsen
Den lärande håller deadlines
Deltagaren vet hur man samarbetar i ett tvärvetenskapligt team
<b>U 5.3. Agera i konfliktsituationer och lösa</b>
Eleven känner igen en konfliktsituation
Eleven känner till och förstår orsakerna till interpersonella konflikter
Eleven känner till och tillämpar metoder för att lösa konfliktsituationer
<b>U 5.4. Ge känslomässigt stöd</b>
Eleven vet vad emotionellt stöd är
Eleven känner till och tillämpar metoder för emotionellt stöd
Eleven känner till och tillämpar tekniken för aktivt lyssnande
Eleven vet hur man uttrycker känslor med hjälp av icke-verbal kommunikation
Den lärande uppvisar en empatisk attityd

<b>Läranderesultat, enhet 6: Personligt handlingsutrymme och välbefinnande</b>
<b>U 6.1. Stresshantering</b>
Elva känner till tekniker för att hantera stress
Eleven kan känna igen positiva och negativa stressfaktorer
Eleven tillämpar utvalda tekniker för att hantera stress i svåra situationer
<b>U 6.2. Tidsplanering</b>
Eleven känner till och tillämpar tekniker för tidsplanering.
Eleven hanterar sin egen tid effektivt
<b>U 6.3. Prioritering av arbetsbördan</b>
Eleven förstår vikten av hälsa och välbefinnande
Eleven tar hand om sin egen hälsa
Eleven tar hand om sitt eget välbefinnande
<b>U 6.4. Egenmakt</b>
Eleven känner till sina rättigheter
Den studerande förstår potentialen i personlig empowerment
Eleven respekterar sig själv

## DEL 2. METODOLOGI

### Riktlinjer för utbildare

---

DoCUp-lärandeenheterna täcker professionella färdigheter som fokuserar på vård och omsorg och en uppsättning färdigheter och kompetenser som krävs för att arbeta och interagera med kunder.

Det är viktigt att nå målgruppen invandrare och andra personer utan formell medicinsk utbildning, som för närvarande är anställda eller söker arbete som hushållsarbetare.

Med tanke på målgrupperna bör utbildningen vara:

- Lätt tillgänglig avseende språket
- Heltäckande, omfattar alla grundläggande färdigheter och kompetenser som krävs för yrket och som är svårare att lära sig på arbetsplatsen

Utbildaren bör fastställa och genomföra inlärningsmål:

- Kognitiva mål - hushållsarbetaren kan översätta meddelanden, förklara, tillämpa eller analysera dem
- Emotionella mål - hushållsarbetaren tänker, reagerar, utvärderar, upplever, beskriver
- Psykomotoriska typmål - hushållsarbetaren utför, gör, agerar

Utbildaren bör använda följande utbildningsprinciper:

1. **Principen om att relatera teori till praktik** - rationell kombination av teori och praktik:
  - kombinera tänkande och inlärt innehåll av praktisk natur med tänkande och innehåll av teoretisk natur
  - sammanföra förvärvade kunskaper till strukturer och använda dem i praktiken, särskilt när ytterligare kunskaper förvärvas
  - kombinera vetenskap med teknik och gå från vetenskapens lagar till teknikens principer
  - Kombinera kognition med handling, planera och utföra en mängd olika objekt och aktiviteter med anknytning till undervisningens innehåll.

2. **Principen om lättillgänglighet** - eller principen om graderad svårighetsgrad. Denna princip leder till följande didaktiska regler (riktlinjer):

- i undervisningen bör flytta från nära till avlägsna saker
- från lätt till svårt
- från känt till okänt

3. **Principen om regelbundenhet eller systematik.** Detta innebär att man följer regler:

- Införandet av nytt innehåll bör föregås av identifiering av den ursprungliga kunskapen (hänvisning bör göras till den kunskap som redan förvärvats).
- diskuterade frågor bör delas in i punkter och underpunkter, vilken systematisering underlättar assimilering av kunskap
- repetition av material bör spridas ut över tiden
- Läraren bör vänja hushållsarbetarna vid systematiskt, självständigt och långvarigt arbete.

Utbildaren kan använda olika **undervisningsmetoder**:

- tillhandahålla: föreläsning, konversation, historieberättande, förklaring, arbeta med text
- söka: problem metod, aktiverande metod genom att använda: didaktiska spel, diskussioner fallstudie eller simulering
- exponerande eller praktisk: demonstration, erfarenhet, övningar, projektmetod

**Praktiska tips för utbildare om DoCUp-kursen:**

1. Vid utbildning enligt modul 2 bör utbildaren kontrollera om allt innehåll sannolikt kommer att vara användbart för utbildningen och, om nödvändigt, förbereda utbildningsmaterial som rör förhållandena och lagbestämmelserna i det land där utbildningen genomförs.
2. Utbildningsmaterialet är förberett för 40-60 timmars utbildning (cirka 5-6 veckor), vilket inte är tillräckligt med tid för att uttömma ämnesområdet. Syftet med författarna till denna publikation var att öka medvetenheten och kunskapen hos vuxenutbildare och att inspirera dem att utforska ytterligare material, använda källorna och mallarna för användningsfallsscenarioer.

3. Workshopen rekommenderas för en liten grupp, helst 5 till 6 personer.
4. Vid utbildning enligt modul 1 och 2 bör utbildningslokalen vara utrustad med en fantom för undervisning i första hjälpen och övning i vård- och hygienrutiner.
5. Inlärningsprocessen blir mer effektiv när utbildaren tillämpar principen att koppla innehållet i läroplanen till deltagarnas tidigare kunskaper eller erfarenheter, och även relaterar till deras aktuella situation.
6. Deltagarna är mer motiverade att lära sig när de inser att den kunskap de får kommer att lösa ett viktigt problem för dem eller leda till konkreta fördelar.

## Användningsfall för enhet 1

ETT SIMULERINGSSCENARIO					Beställning snr.
<b>Varaktighet</b>	0:45	<b>Tid för scenario</b>	0:15	<b>Antal deltagare</b>	5-6
<b>Ämne</b>	Att ta hand om en äldre person med underbenssår				
<b>Huvudmål</b>	Lär dig hur du tar hand om en äldre person med underbenssår				
<b>Särskilda mål</b>	1. Känna igen patientens aktuella situation 2. känna igen patientens problem och bedöma dem 3. Planera åtgärder och vård 4. vidta terapeutiska åtgärder 5. Genomföra utbildning.				
<b>Metod</b>	Högkvalitativ simulering/standardiserad patient				
Teknisk och organisatorisk information					
<b>Återanvändbar utrustning</b>	1. Utrustning bricka 2. Papperskorg		<b>Urustning för engångsbruk</b>	1. handskar 2. lavaseptisk 3. antiseptisk 4. sterila och icke-sterila engångssvabbar 5. Desinfektionsmedel för händerna. 6. ny generation av silverbandage	

GENOMFÖRANDE AV SCENARIOT	
<b>Information till deltagarna</b>	
<p>Ett underbenssår är en svårläkt defekt i huden på underbenet som beror på förändringar i blodkärlen i de nedre extremiteterna. De är kroniska sår (läkningen tar längre tid än 8 veckor). Förekomsten av hudsår ökar med åldern. Cirka 80 procent av dessa är venösa sår (varicer eller posttrombotiska lesioner), sällan arteriella (t.ex. ateroskleros i de nedre extremitetsartärerna) eller av annan etiologi, t.ex. i samband med infektioner, diabetes, hudtumörer eller systemiska sjukdomar.</p> <p>Venösa bensår är inte smärtsamma, drabbar främst kvinnor, arteriell hypertension förekommer också, det finns hudförändringar: missfärgning och förtunning av huden, obehaget ökar när man sitter med benen nedfällda och även i slutet av dagen, vadramp förekommer, bakterie- eller svampsuperinfektioner kan förekomma.</p> <p>Arteriella sår i underbenen är vanligare hos män, förekommer ofta på foten eller sidan av underbenet, är smärtsamma, den omgivande huden är kall, med trofiska förändringar och brist på hårlighet. Bensår har ofta en blandad arteriovenös etiologi.</p>	
SCENARIO	
<b>Beskrivning av scenariot</b>	Patienten Janina K., 78 år, har lidit av venösa cirkulationsstörningar i 10 år, bor ensam hemma och uppvisade följande symtom: vätskande sår på höger skenben, storlek 5 cm, rodnad runt såret, obehag som ökar vid långvarigt sittande och i slutet av dagen, smärta i extremiteten. Såret är rent, inga tecken på infektion.

<b>Tillämpning av färdigheter</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- samtal med patienter,</li> <li>- Rengör såret och lägg på ett specialförband,</li> <li>- förmedla information om patientens tillstånd till medlemmarna i det terapeutiska teamet</li> </ul>
<b>Grundläggande färdigheter/ Resultat av lärande</b>	<p>U.3. kan känna igen och identifiera typen av sår</p> <p>U.3. känner till och tillämpar de viktigaste principerna för sårbehandling och sårvård</p> <p>U.3. vet hur man applicerar ett specialiserat förband på ett sår</p>
<b>Formuläret utarbetades av</b>	Agnieszka Renn-Żurek

## Användningsfall för enhet 2

ETT SIMULERINGSSCENARIO					Beställning snr.
<b>Varaktighet</b>	<b>0:45</b>	<b>Tid för scenario</b>	<b>0:15</b>	<b>Antal deltagare</b>	5-6
<b>Ämne</b>	Vård av äldre med högt blodtryck				
<b>Huvudmål</b>	Lär dig hur du tar hand om en äldre person med högt blodtryck				
<b>Särskilda mål</b>	1. Erkännande av patientens aktuella situation 2. Identifiera patientens problem och bedöma dem 3. Åtgärder och vårdplanering 4. vidta terapeutiska åtgärder 5. Genomföra utbildning.				
<b>Metod</b>	Högkvalitativ simulering				
Teknisk och organisatorisk information					
<b>Antal rom</b>		<b>Nummer på position</b>		<b>Antal fantomtränare</b>	Fantomen bland de äldre
<b>Återanvändbar utrustning</b>	1. stetoskop 2. Blodtrycksmätare			<b>Utrustning för engångsbruk</b>	1. handskar 2. Handdesinfektionsmedel



## GENOMFÖRANDE AV SCENARIOT

### Information till deltagarna

Hypertoni diagnostiseras hos mer än 60% av alla äldre. I de flesta fall är det isolerad systolisk hypertoni (mer än 60% av fallen). Värden för diagnos av hypertoni är 140 mmHg för systoliskt tryck och 90 mmHg för diastoliskt tryck. Faktorer som ökar risken för att utveckla hypertoni är bl.a:

- Överdriven konsumtion av bordssalt.
- fetma
- låg fysisk aktivitet (som bara minskar med åldern), stillasittande livsstil
- överdriven alkoholkonsumtion.

Organkomplikationer med högt blodtryck hos äldre kan uppträda efter bara några års sjukdom. Det finns en ökad risk för stroke (fyra gånger högre hos äldre män med hypertoni, 5,5 gånger högre hos äldre kvinnor), kranskärllsjukdom, cirkulationssvikt och kardiovaskulära incidenter.

Diagnosen hypertoni baseras på flera blodtrycksmätningar, men detta blir allt svårare med åldern, eftersom äldre ofta upplever blodtrycksfall, t.ex. när de står upprätt, efter måltider eller problem med så kallad vitrockshypertoni. Det finns också en möjlighet till så kallad pseudohypertension (som kan misstänkas hos personer som har konsekvent förhöjt blodtryck i avsaknad av organkomplikationer).

Ta hand om:

- tillräcklig vila. Avslappning minskar den stressnivå som bidrar till en farlig ökning av blodtrycket
- undvikande av stress och psykologiskt stöd. Äldre människor drabbas ofta av en känsla av djup depression på grund av en nedgång i fysisk, intellektuell och social kapacitet. Vi bör stödja adepten i deras intressen och aktiviteter och se efter deras välbefinnande.

### SCENARIO

<b>Beskrivning av scenariot</b>	Patienten Jan M., 75, bor hemma, är ensamstående och hans anamnes visar att han rapporterar svaghet, snabb trötthet, huvudvärk, tinnitus, suddig syn, svårigheter att somna, ofta uppvaknande, ofta yrsel vid uppstigning eller efter även mindre fysisk ansträngning. Hon har en maskin för att mäta blodtrycket men kan inte använda den, hon har en hörselnedsättning och synproblem på grund av sin ålder.
<b>Tillämpning av färdigheter</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- samtal med patienter,</li> <li>- mätning av blodtryck,</li> <li>- förmedla information om patientens tillstånd till medlemmarna i det terapeutiska teamet</li> </ul>
<b>Grundläggande färdigheter/ Resultat av lärande</b>	<p>U.1. vet hur man mäter blodtrycket med hjälp av en blodtrycksmätare med urtavla</p> <p>U.1. känner till värdena för blodtryck</p> <p>U.1. kan känna igen onormala värden för blodtryck</p>
<b>Formuläret utarbetades av</b>	Agnieszka Renn-Żurek

## Användningsfall för enhet 3

ETT SIMULERINGSSCENARIO					Beställning snr.
<b>Varaktighet</b>	0:45	<b>Tid för scenario</b>	0:15	<b>Antal deltagare</b>	5-6
<b>Namn</b>	Vård av äldre med covid-19-infektion				
<b>Huvudmål</b>	Lär dig hur du tar hand om en äldre person med COVID-infektion 19				
<b>Särskilda mål</b>	1. Känna igen patientens situation 2. Känna igen patientens problem till följd av infektionen och bedöma dem 3. Planera åtgärder och vård med hänsyn till epidemiologiska säkerhetsprinciper 4. Användning av personlig skyddsutrustning 5. Utbilda patienter				
<b>Metod</b>	Högkvalitativ simulering/standardiserad patient				
Teknisk och organisatorisk information					
<b>Återanvändbar utrustning</b>	1. Avfallsbehållare för avfallssortering 2. Handfat, dispenser för tvål och desinfektionsmedel			<b>Urustning för engångsbruk</b>	1. handskar 2. masker 3. Skyddsförkläden 4 Tvål och handdesinfektionsmedel. 5. desinfektionsmedel för ytor

GENOMFÖRANDE AV SCENARIOT
<p align="center"><b>Information till deltagarna</b></p> <p>Coronavirus (covid-19) är ett infektionssjukdom som orsakas av SARS-CoV-2-viruset. De flesta som insjuknar i covid-19 får lindriga till måttliga symtom. Dessa personer tillfrisknar utan särskild behandling. Andra blir dock allvarligt sjuka och behöver läkarvård. Viruset kan spridas i små droppar genom munnen eller näsan på en smittad person när personen hostar, nyser, talar, sjunger eller andas. Dessa partiklar varierar från större droppar i luftvägarna till mindre aerosoler.</p> <p>Smitta genom inandning av viruset kan ske vid kontakt med en person med covid-19 eller genom att vidröra en kontaminerad yta och sedan ögon, näsa eller mun. Viruset sprids lättare inomhus. De vanligaste symtomen på coronavirus:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● feber</li> <li>● Torr hosta</li> <li>● ochfåddhet</li> <li>● karakteristisk allvarlig utmattning</li> <li>● Muskelsmärta</li> <li>● Halsont</li> <li>● Huvudvärk</li> <li>● Förlust eller störning av smak och/eller lukt (karakteristiskt symtom).</li> </ul> <p>Nyckeln till ett effektivt skydd mot virusspredning är att använda munskydd som täcker mun och näsa. När du tvättar händerna med tvål och vatten är det viktigt att det inte tar mindre än 30 sekunder. Ett alternativt sätt att sköta handhygien är desinfektion.</p>

SCENARIO	
<b>Beskrivning av scenariot</b>	En kvinna, Joanna Z., 67, diagnostiserad med Parkinsons sjukdom, bor hemma, vårdas av en hemsjukvårdare och får besök av sin familj en gång i veckan. Vårdgivarens besök sker dagligen och varar i 3 timmar. Under de senaste 3 dagarna har kvinnan haft en förhöjd kroppstemperatur över 38 grader C, torrhosta och vilande dyspné har förekommit. Kvinnan kan inte känna lukten av den mat som serveras. Under ett hembesök diagnostiserade läkaren COVID 19-infektion med ett mildt förlopp. Han rekommenderade fortsatt hemsjukvård med särskilda försiktighetsåtgärder.
<b>Tillämpning av färdigheter</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- lugnande samtal med patienter,</li> <li>- Användning av personlig skyddsutrustning,</li> <li>- avfallssegregering</li> </ul>
<b>Grundläggande färdigheter/ Resultat av lärande</b>	U.1 . vet hur infektioner sprids U.2. känner till stegen och hur man utför Ayliffe-handtvätt U.2. vet i vilka situationer hygienisk handtvätt bör användas U.2. känner till och tillämpar principen om andningshygien/hostetikett U.2. åtgärder för att upprätthålla god andningshygien i miljön
<b>Formuläret utarbetades av</b>	Agnieszka Renn-Żurek

## Användningsfall för enhet 4

ETT SIMULERINGSSCENARIO					Beställningsnr.
<b>Varaktighet</b>	0:45	<b>Tid för scenario</b>	0:15	<b>Antal deltagare</b>	5-6
<b>Ämne</b>	Utveckla färdigheter inom televård				
<b>Huvudmål</b>	Lär dig hur du tar hand om en äldre person med hjälp av televård				
<b>Särskilda mål</b>	1. Känna igen patientens hälsosituation 2. Känna igen behovet av televård 3. Presentera och beskriva patientens problem under en telefonkonsultation 4. Genomförande av medicinska beslut som fattats under telebehandlingen				
<b>Metod</b>	Simulering av verklighetstrogen/standardiserad patient				
Teknisk och organisatorisk information					
<b>Återanvändbar utrustning</b>	Telefon			<b>Urustning för engångsbruk</b>	1. pappersark, anteckningsblock

## GENOMFÖRANDE AV SCENARIOT

### Information till deltagarna

Telemedicin är termen för hälso- och sjukvårdstjänster som tillhandahålls via IKT eller kommunikationssystem (dvs. på distans). Tack vare telemedicin kan en läkare bland annat intervjua en patient på distans och bedöma hans eller hennes hälsotillstånd. Telemedicin ersätter inte helt det klassiska besöket, men tack vare den tekniska utvecklingen fungerar det i väldigt många situationer. Användningen av telemedicin i patientvården har godkänts i förtid, är i linje med aktuell medicinsk kunskap och utvecklingen av telemedicin inom hälso- och sjukvårdssystemet rekommenderat av Världshälsoorganisationen (WHO). Teleportering är helt enkelt en klassisk konsultation med en läkare som befinner sig på en annan plats än patienten. Läkaren bör finnas på kontoret eller på en plats där åskådare inte kan höra honom eller henne. Samtalet förs över telefon eller med hjälp av en videosamtalsapp. Telekonsultationen uppfyller villkoren för en klassisk konsultation: läkaren är skyldig att utöva full professionalism och tillbörlig aktsamhet och senare, på grundval av samtalet, upprätta eller komplettera journalen. Inom ramen för en telekonsultation har läkaren rätt att utfärda nödvändiga handlingar, t.ex. recept, utskrivning, beställning eller remiss.

### SCENARIO

<b>Beskrivning av scenariot</b>	Man John G. 82 år med högt blodtryck, hjärtsvikt och typ 2-diabetes. På grund av ålder har han hörselnedsättning och synnedsättning på grund av grå starr. Omfattas av hemsjukvård. Idag rapporterar patienten att han mår dåligt - huvudvärk, tinnitus, yrsel, och ber att få konsultera en allmänläkare. På grund av nedsatt hörsel och syn hade läkaren en telefonkonsultation med vårdgivaren. Han utfärdade ett e-recept, rekommenderade blodtrycksmätning, förande av en mättdagbok och systematisk användning av hypertoni-läkemedel.
<b>Tillämpning av färdigheter</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- prata med en läkare,</li> <li>- tillhandahållande av information vid telekonsultation</li> </ul>
<b>Grundläggande färdigheter/ Resultat av lärande</b>	<p>U.4. vet vad telecare är</p> <p>U.4. känner till principerna för distansvård i det berörda landet</p> <p>U.4. kan tillämpa distansvård i praktiken i enlighet med patientens behov</p>
<b>Formuläret utarbetades av</b>	Agnieszka Renn-Żurek

## Användningsfall för enhet 5

ETT SIMULERINGSSCENARIO					Beställning snr.
<b>Varaktighet</b>	<b>0:45</b>	<b>Tid för scenario</b>	<b>0:15</b>	<b>Antal deltagare</b>	5-6
<b>Ämne</b>	Utveckla färdigheter i att ge emotionellt stöd				
<b>Huvudmål</b>	Lära sig hur man tar hand om en äldre person i en situation med känslomässiga problem				
<b>Särskilda mål</b>	1. känna igen patientens känslomässiga situation 2. Identifiering av behov av emotionellt stöd 3. Tillämpa delar av icke-verbal kommunikation i praktiken 4. Utbildning i aktivt lyssnande.				
<b>Metod</b>	Mycket verklighetstrogen simulering/standardiserad patient				
Teknisk och organisatorisk information					
<b>Återanvändbar utrustning</b>	Inga krav			<b>Urustning för engångsbruk</b>	Inga krav

GENOMFÖRANDE AV SCENARIOT	
<b>Information till deltagarna</b>	
<p><b>Socialt stöd</b> definieras som en typ av social interaktion som utförs av en eller båda deltagarna i en problematisk, svår, stressig situation. Syftet med den stödjande interaktionen är att hålla humöret uppe, minska stress, hantera krisen genom ledsagning, skapa en känsla av tillhörighet och trygghet, hoppa och föra personen närmare en lösning på problemet och övervinna svårigheten.</p> <p><b>Emotionellt stöd</b> - innebär att ge stödjande, lugnande känslor som återspeglar omsorg och en positiv inställning till den person som får stöd. Stödjande beteende syftar till att skapa en känsla av tillhörighet, omsorg och ökad självkänsla. Med emotionellt stöd kan drabbade och människor i kris släppa sina egna spänningar, dela sina negativa känslor och få möjlighet att uttrycka sina rädslor, ångest och sorger. Detta förbättrar inte bara självkänslan, utan har också en positiv inverkan på välbefinnandet. Stödpersonens rätta beteende utlöser en känsla av hopp hos människor. Denna typ av stöd är den vanligaste, den visas oftast. Även om det inte är nödvändigt, förväntas det alltid av den person som behöver stöd.</p> <p>Ett av elementen i att ge emotionellt stöd är att tillgodose behovet av att lyssna (aktivt, empatiskt lyssnande). <b>Aktivt lyssnande</b> bidrar till att skapa en känsla av ömsesidigt förtroende och möjliggör en förändring av perspektiv. Element i aktivt lyssnande: hålla ögonkontakt, använda lämpliga gester, uppmuntra till samtal, ställa ytterligare frågor om vad den andra personen säger, inte avbryta den andra personen, visa acceptans och förståelse, inte döma, inte föreläsa.</p>	
SCENARIO	
<b>Beskrivning av scenariot</b>	<p>Catherine K., 72 år, bor ensam, änka sedan sex månader tillbaka, inga barn. Under flera veckor har hon upplevt ökande känslor av sorg, ensamhet och social olämplighet. Ökande symtom på kroniska sjukdomar (ankyloserande spondylit, diabetes mellitus) gör det dagliga livet svårt och orsakar rädsla för framtiden. Hon tycker om att minnas det förflutna, vilket förbättrar hennes humör, eller att titta på foton, gamla filmer. Hon lever upp under sociala interaktioner och samtal med andra och tycker om att etablera mellanmännsliga relationer.</p>

<b>Tillämpning av färdigheter</b>	- erfarenhet av att arbeta med äldre och kroniskt sjuka personer, - i det terapeutiska teamet
<b>Grundläggande färdigheter/ Resultat av lärande</b>	U.5. vet vad emotionellt stöd är U.5. känner till och tillämpar metoder för emotionellt stöd U.5. känner till och tillämpar tekniken för aktivt lyssnande U.5. vet hur man uttrycker känslor med hjälp av icke-verbal kommunikation U.5. uppvisar en empatisk attityd
<b>Formuläret utarbetades av</b>	Agnieszka Renn-Żurek

## Användningsfall för enhet 6

ETT SIMULERINGSSCENARIO					Beställning snr.
<b>Varaktighet</b>	<b>0:45</b>	<b>Tid för scenario</b>	<b>0:15</b>	<b>Antal deltagare</b>	5-6
<b>Ämne</b>	Att lära sig hantera stress				
<b>Huvudmål</b>	Hantering av stressiga situationer, stressreducering				
<b>Särskilda mål</b>	1. Identifiering av källan till stress 2. Identifiering av positiva/negativa stressfaktorer 3. Praktisk tillämpning av utvalda tekniker för stresshantering. 4. Utbildning i stressreducerande färdigheter med hjälp av Schultz autogena träning				
<b>Metod</b>	Högkvalitativ simulering/färdighetsträning i stressreducering/autorelaxering				
Teknisk och organisatorisk information					
<b>Återanvändbar utrustning</b>	Inga krav			<b>Utrustning för engångsbruk</b>	Inga krav

GENOMFÖRANDE AV SCENARIOT	
<b>Information till deltagarna</b>	
<p>Schultz autogen träning är namnet på en neuromuskulär avslappningsteknik. Den autogena karaktären hos denna teknik ligger i det faktum att personen interagerar med sitt eget nervsystem. Schultz autogena träning består av sex faser eller element:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. en känsla av tyngd,</li> <li>2. Känsla av värme,</li> <li>3. Reglering av hjärtfrekvensen,</li> <li>4. Reglering av fri andning,</li> <li>5. en känsla av värme i solar plexus,</li> <li>6. Kylande känsla i pannan.</li> </ol> <p>Schultz autogena träningsövningar bör inledningsvis inte vara längre än 5 minuter per fas och 30 minuter för hela träningen. I början tränas endast vikt känslan under 2 veckor och efter 2 veckor går man vidare till nästa övningar (som upprepas efter varandra). Övningarna i grundträningen bör upprepas under 12 veckor.</p> <p>För Schultz autogena träning, sitt bekvämt på en lugn plats. Stäng sedan ögonen och fokusera din uppmärksamhet på dig själv. Vi tar några djupa andetag in och ut och koncentrerar oss på</p>	

andningsprocessen. Sedan ger vi oss själva mentala kommandon i linje med de sex stegen i Schultz autogena träning och känner vikten, värmen och avslappningen i de olika kroppsdelarna i tur och ordning. Upprepa i ditt sinne att du är fylld av glädje och inre harmoni. I slutet av träningen ger vi oss själva kommandot "Jag är utvilad och avslappnad". Vi öppnar ögonen - och vi känner verkligen så.

SCENARIO	
<b>Beskrivning av scenariot</b>	Analysera den situation som du för närvarande (eller i det nära förflutna) uppfattar som problematisk, stressande. Känn igen och definiera stressfaktorerna (positiva/negativa, motiverande/demotiverande). Berätta hur du hanterar stress, vilka tekniker använder du? /Har du använt tidigare? Beskriv den avslappningsteknik som du har lärt dig (presenterad ovan) och som kallas Schultz autogen träning. Tillämpa den själv enligt den angivna sekvensen av de beskrivna träningsfaserna.
<b>Tillämpning av färdigheter</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- i det dagliga arbetet för en hushållsarbetare,</li> <li>- i alla svåra, problematiska situationer</li> </ul>
<b>Grundläggande färdigheter/ Resultat av lärande</b>	U.6. känner till tekniker för stresshantering U.6. kan känna igen positiva och negativa stressfaktorer U.6. tillämpa utvalda tekniker för att hantera stress i svåra situationer
<b>Formuläret utarbetades av</b>	Agnieszka Renn-Żurek

## DEL 3. ANVISNINGAR för utveckling av ytterligare undervisnings- och bedömningsmaterial

### Utveckling av ytterligare undervisningsmaterial

Utbildarna bör skapa andra scenarier på egen hand, baserat på den scenariomall som tillhandahålls. Det bör finnas minst ett scenario för varje underenhet.

EN MALL FÖR SIMULERINGSCENARIO					Beställnings nr.
<b>Varaktighet</b>	<b>0:45</b>	<b>Tid för scenario</b>	<b>0:15</b>	<b>Antal deltagare</b>	5-6
<b>Ämne</b>	Scenariots namn				
<b>Huvudmål</b>	Förmodat syfte med verksamheten				
<b>Särskilda mål</b>					
<b>Metod</b>					
Teknisk och organisatorisk information					
<b>Återanvändbar utrustning</b>				<b>Utrustning för engångsbruk</b>	
GENOMFÖRANDE AV SCENARIOT					

Information till deltagarna	
Förklaring av kärnan i frågan, teoretisk introduktion till den praktiska delen.	
Metoder:	
- konventionell föreläsning, diskussion, samtal, problematisk	
- chatt	
- diskussion	
SCENARIO	
<b>Beskrivning av scenariot</b>	Metoder: - höststudie - Instruktion - demonstration
<b>Tillämpning av färdigheter</b>	Beskrivning av tillämpningen av förvärvade färdigheter i den dagliga livet/yrkesutövningen
<b>Grundläggande färdigheter/ Resultat av lärande</b>	Lärandemål som tilldelas de enskilda modulerna i enlighet med del 1 i handboken
<b>Formuläret utarbetades av</b>	Agnieszka Renn-Żurek



## Instruktioner om bedömningsmaterial

---

De kunskaper och färdigheter som förvärvas under kursen kan bedömas i två steg:

- ett test av teoretiska kunskaper
- ett praktiskt färdighetsprov

**Det teoretiska kunskapsprovet** ska ta mellan 20-30 minuter och bestå av minst 25 frågor (envalsfrågor) som täcker alla kursämnen (en fråga från varje underenhet).

Utvärderaren kan också lägga till en eller två öppna frågor baserade på simuleringsscenarier som utförts under kursen.

Bedömningskriterier: Testet är godkänt om minst 60 % av svaren är korrekta.

Exempel på testformulär för teoretiska kunskaper med envalsfrågor finns i slutet av detta kapitel.

**Det praktiska färdighetsprovet** ska ta mellan 90 och 120 minuter och innehålla tre uppgifter:

**Uppgift 1:** Baserat på det givna scenariot bör du:

- bedöma vårdtagarens hälsotillstånd, sociala situation, levnadsförhållanden och behov
- utveckla en plan för den dagliga omvårdnaden av vårdtagare
- föreslå stödåtgärder

**Uppgift 2:** Demonstrera steg-för-steg-förberedande medicinsk första hjälpen på en fantom.

**Uppgift 3:** Utför följande grundläggande hygien- och vårdåtgärder på en fantombild:

- mätning av blodtryck med hjälp av en blodtrycksmätare
- mätning av blodmättnad
- applicering av syrgasmustasch eller syrgasmask
- ändra positionen för en sängliggande person som en del av förebyggandet av trycksår

**Färdigheter testas genom praktiska uppgifter:**

1. Organisera vård- och stödarbete med en vårdtagare

- använda uppgifter om hälsa och social situation
- utveckla en daglig plan för assistans, stöd och vård
- Planering av vård- och stödaktiviteter

2. tillhandahålla premedicinsk första hjälpen

3. Utföra grundläggande vård- och hygienaktiviteter.

Bedömningskriterierna för de praktiska uppgifterna kommer att beakta:

- Korrektheten i bedömningen av hälsa, social situation, levnadsvillkor och behov;
- korrekt ifyllande av vårdplanen;
- Korrektheten i erkännandet av adeptens problem;
- De planerade åtgärdernas överensstämmelse med de identifierade problemen;
- korrekt tillhandahållande av den första premedicinska hjälpen
- korrekt utförande av grundläggande vård och hygien

Deltagare i kursen får efter godkänt teoretiskt och praktiskt prov ett **intyg om avslutad kurs för hushållsarbetare** (exempel på intyg).



Enhet 1			
<b>1</b>	<b>Att vårda en patient med demens innebär:</b> (Markera svaret: a, b, c eller d)		
a. upprätthålla patientens oberoende	b. Isolering av patienter.	c. att rädda patienten	d. begränsa kontakten med människor
<b>2</b>	<b>I botten av kostpyramiden för äldre finns följande:</b> (Markera svaret: a, b, c eller d)		
a. fälla	b. sötsaker	c. proteiner	d. frukt och grönsaker
<b>3</b>	<b>Sårbehandling omfattar:</b> (Markera svaret: a, b, c eller d)		
a. Sköljning med varmt vatten.	b. Hälla alkohol på såret.	c. Användning av sterila vätskor, desinfektion.	d. Hälla antiviral vätska över såret.
<b>4</b>	<b>Vid vård av en patient med demens bör hemvårdspersonalen fokusera på:</b> (Markera svaret: a, b, c eller d)		
a. att inte använda hjälpmedel	b. ökar patientens risk för att falla	c. Förbättra rörlighet och muskeltonus.	d. uteslutande involvera familjen i vården
<b>5</b>	<b>Bristande underhåll av renlighet påverkar <u>inte</u> dysfunktion i en persons biologiska, mentala och sociala sfärer.</b> (Markera om påståendet är sant eller falskt)		
sant		Falsk	
Enhet 2			
<b>6</b>	<b>En korrekt monterad blodtrycksmanschett bör finnas vid:</b> (Markera svaret: a, b, c eller d)		
a. Böjning av armbåge	b. 2-3 cm ovanför armbågen	c. 3-4 cm ovanför armbågen	d. Spelar ingen roll
<b>7</b>	<b>Det vanligaste och säkraste sättet att ge medicin är genom att:</b> (Markera svaret: a, b, c eller d)		
a. Sublinguallt	b. Muntlig	c. Rektal	d. Inandning
<b>8</b>	<b>Den främsta orsaken till trycksår är:</b> (Markera svaret: a, b, c eller d)		
a. Dålig kostnad hos patienten	b. Överanvändning av läkemedel	c. Kronisk immobilisering	d. Depression
<b>9</b>	<b>Vad står förkortningen AED för?</b> (Markera svaret: a, b, c eller d)		
a. Hjärt-lungräddning	b. Bärbar defibrillator	c. Cykeln för räddningsinsatser	d. Alla svaren a, b, c är korrekta
Enhet 3			
<b>10</b>	<b>Alla mikroorganismer som kommer i kontakt med människokroppen utrotas av immunförsvaret.</b> (Markera om påståendet är sant eller falskt)		
sant		Falsk	
<b>11</b>	<b>Den rätta proceduren för att utföra handhygien omfattar 12 steg och bör ta minst 40 sekunder.</b> (Markera om påståendet är sant eller falskt)		
sant		Falsk	
<b>12</b>	<b>Du kan återanvända ögonskydd och handskar.</b> (Markera om påståendet är sant eller falskt)		
sant		Falsk	
<b>13</b>	<b>Ett färgbaserat system kan användas i hemvården för att säkerställa en grönare och mer hållbar rengöring.</b> (Markera om påståendet är sant eller falskt)		
sant		Falsk	
Enhet 4			
<b>14</b>	<b>Vilka av dessa digitala färdigheter behövs för att få tillgång till den digitala vårdplanen?</b> (Markera svaret: a, b eller c)		

a. vet hur man skriver ett e-postmeddelande	b. veta hur man laddar ner applikationen som stöder den digitaliserade vårdplanen	c. vet hur man ringer ett videosamtal	
<b>15</b>	<b>E-post kan vara ett utmärkt sätt för hemtjänstpersonal att kommunicera med vårdteamet.</b> (Markera om påståendet är sant eller falskt)		
sant		Falsk	
<b>16</b>	<b>Personliga larmhängen och sensorer för aktivitetsövervakning är exempel på televård.</b> (Markera om påståendet är sant eller falskt)		
sant		Falsk	
<b>17</b>	<b>E-hälsa är en metod som inte stöds av elektroniska processer och elektronisk kommunikation.</b> (Markera om påståendet är sant eller falskt)		
sant		Falsk	
<b>Enhet 5</b>			
<b>18</b>	<b>Icke-verbal kommunikation är inte särskilt viktig när man möter andra kulturer.</b> (Markera om påståendet är sant eller falskt)		
sant		Falsk	
<b>19</b>	<b>Organisatoriska färdigheter kan omfatta en ordnad arbetsyta, att hålla deadlines och att kommunicera väl med sitt team.</b> (Markera om påståendet är sant eller falskt)		
sant		Falsk	
<b>20</b>	<b>ABC-triangeln kan användas för att förstå hur man hanterar konflikter.</b> (Markera om påståendet är sant eller falskt).		
sant		Falsk	
<b>21</b>	<b>Att ge empati är något vi kan öva på.</b> (Markera om påståendet är sant eller falskt)		
sant		Falsk	
<b>Enhet 6</b>			
<b>22</b>	<b>Vilken av följande stresshanteringsstrategier motsvarar följande definition "hjälp dig att hantera stress när du inte har möjlighet att förändra eller påverka källan till stressen."</b> (Markera svaret: a, b, c eller d)		
a. Handlingsinriktad	b. Acceptansinriktad	c. Känslorienterad	d. Påverkansinriktad
<b>23</b>	<b>Vad är grundsatsen i Parkinsons lag?</b> (Markera rätt svar: a, b, c eller d)		
a. Arbete och tillgänglig tid för slutförande är inte relaterade	b. Arbetet expanderar så att den tillgängliga tiden för att slutföra det fylls	c. Arbetskontrakt för att fylla den tid som finns tillgänglig för att slutföra dem	d. Tid bör ges på ett sätt som är lämpligt för det arbete som skall utföras.
<b>24</b>	<b>Vilken kvadrant i Eisenhower-matrisen motsvarar denna definition av "uppgifter som kan delegeras"?</b> (Markera svaret: a, b, c eller d)		
a. Varken brådskande eller viktigt	b. Viktigt men inte brådskande	c. Brådskande men inte viktigt	d. Brådskande och viktigt
<b>25</b>	<b>Europeiska unionen fungerar som en överstatlig aktör som uppmantrar länder att uppfylla de rättigheter som skyddar de anställda.</b>		
sant		Falsk	

Enhet 1			
1	Demens är ett paraplybegrepp som används för att beskriva en uppsättning symtom som kan omfatta förändringar i: (Markera svaret: a, b, c eller d)		
	a. vision	b. hörande	c. uppfattning
			d. sensorisk
2	Äldre människor har inte större behov av vätska än yngre. (Markera om påståendet är sant eller falskt)		
	sant		Falsk
3	Bland specialförband skiljer vi inte mellan följande: (Markera svaret: a, b, c eller d)		
	a. Hydrogelförband	b. Förband med silverjoner	c. Hydrofiberförband
			d. Icke-sterila förband
4	Personer med demens behöver <u>inte</u> använda medicinska hjälpmedel. (Markera om påståendet är sant eller falskt)		
	sant		Falsk
5	Ett av syftena med personlig hygien är att upprätthålla och utveckla människans fysiska, mentala och psykologiska kondition. (Markera om påståendet är sant eller falskt)		
	sant		Falsk
Enhet 2			
6	En pulsoximeter är en elektronisk enhet som används för att mäta . (Markera svaret: a, b, c eller d)		
	a. Syremättnad i blodet	b. Mättnad	c. Hjärtfrekvens
			d. Alla svar är korrekta
7	Varför är den rektala vägen fördelaktig för patienten? (Markera rätt svar: a, b, c eller d)		
	a. Den går förbi den perifera cirkulationen	b. Det kan ges till kräkande patienter	c. Rekommenderas för medvetslösa patienter
			d. Alla svar är korrekta
8	Anti-bedsårsmadrasser bör användas om möjligt. Den ersätter behovet av att ändra patientens position. (Markera om påståendet är sant eller falskt)		
	sant		Falsk
9	Pre-medicinsk första hjälpen avser åtgärder som vidtas för att rädda livet på ett erbjudande i ett livshotande tillstånd tills kvalificerad medicinsk hjälp anländer? (Markera om påståendet är sant eller falskt)		
	sant		Falsk
Enhet 3			
10	För att en infektion ska uppstå måste det finnas: en källa, en mottaglig person och en överföringsväg. (Markera om påståendet är sant eller falskt)		
	sant		Falsk
11	Enligt WHO är de viktigaste tillfällena då handhygien ska utföras i samband med en person som ska vårdas 2: efter toalettbesök och innan vård ges till personen. (Markera om påståendet är sant eller falskt)		
	sant		Falsk
12	Personlig skyddsutrustning är endast verkligt effektiv i kombination med handhygien och andningshygien samt andra vissa försiktighetsåtgärder. (Markera om påståendet är sant eller falskt)		
	sant		Falsk
13	Hälso- och sjukvårdssystemet har inget intresse av att göra vårdkontexten mer hållbar.		

<i>(Markera om påståendet är sant eller falskt)</i>			
sant		Falsk	
<b>Enhet 4</b>			
<b>14</b>	<b>Är hemvårdaren involverad i planeringen av vårdplanerna?</b> <i>(Markera om påståendet är sant eller falskt)</i>		
sant		Falsk	
<b>15</b>	<b>För att ta emot e-post behöver du ett e-postkonto och en e-postadress.</b> <i>(Markera om påståendet är sant eller falskt)</i>		
sant		Falsk	
<b>16</b>	<b>Alla televårdsenheter är anslutna till en övervakningscentral som är öppen dygnet runt.</b> <i>(Markera om påståendet är sant eller falskt)</i>		
sant		Falsk	
<b>17</b>	<b>Comarch HomeHealth är en digital hälsoenhet som kan användas i användarens hem.</b> <i>(Markera om påståendet är sant eller falskt)</i>		
sant		Falsk	
<b>Enhet 5</b>			
<b>18</b>	<b>Intersektionalitet innebär att grupper är olika.</b> <i>(Markera om påståendet är sant eller falskt)</i>		
sant		Falsk	
<b>19</b>	<b>Sätt upp 15-20 uppgifter/dag för att vara effektiv.</b> <i>(Markera om påståendet är sant eller falskt)</i>		
sant		Falsk	
<b>20</b>	<b>Konflikter kan aldrig leda till något bra.</b> <i>(Markera om påståendet är sant eller falskt).</i>		
sant		Falsk	
<b>21</b>	<b>Det är viktigt att bekräfta den andra personens känslor.</b> <i>(Markera om påståendet är sant eller falskt)</i>		
sant		Falsk	
<b>Enhet 6</b>			
<b>22</b>	<b>Vilka av följande faktorer ger upphov till obehag och försämrar vår fysiska och kognitiva prestationsförmåga?</b> <i>(Markera svaret: a, b, c eller d)</i>		
a. Avslappnande	b. Rushing	c. För mycket eftertanke	d. Alla svar är korrekta
<b>23</b>	<b>Vad är en konsekvens av förhaling?</b> <i>(Markera svaret: a, b, c eller d)</i>		
a. Det får oss att må bra	b. Det minskar vår stress, särskilt om vi gör något vi gillar	c. Det leder till stress eftersom ju längre tid som går utan att en aktivitet slutförs, desto mer tidspressade kommer vi att vara.	d. Alla svar är korrekta
<b>24</b>	<b>Vilka av följande uppgifter bör inte utföras dagligen för att prioritera arbetsbelastningen?</b> <i>(Markera svaret: a, b, c eller d)</i>		
a. Sätt gränser	b. Sätt upp SMART-mål	c. Ge dig själv belöningar	d. Utför endast uppgifter som vi gillar
<b>25</b>	<b>Personal Agency kan förstås som att individen har förmågan att fatta beslut och spela en roll i utformningen av sitt eget liv.</b>		

sant	Falsk
------	-------

**De rätta svaren till SAMPLE KNOWLEDGE TEST - VERSION 1:**

U.: 1.-c , 2.-d, 3.-c, 4.-c, 5.-falsk  
U2: 6.-b, 7.-b, 8.-c, 9.-b  
U3: 10.-Falskt, 11.-Sant, 12.-Falskt, 13.-Sant  
U4: 14.-b, 15.-Sant, 16.-Sant, 17.-Falskt  
U5: 18.-Falskt, 19.-Sant, 20.-Sant, 21.-Sant  
U6: 22.-b, 23.-b, 24.-c, 25.-Sant

**Det rätta svaret är SAMPLE KNOWLEDGE TEST - VERSION 2:**

U1.: 1.-c, 2. -Falskt, 3. -d, 4.- Falskt, 5.- Sant  
U2: 6.-d, 7.-d, 8.-Falskt, 9. -Sant  
U3: 10. - Sant, 11.- Falskt, 12.- Sant, 13.- Falskt  
U4: 14.- Sant, 15.-Sant, 16.-Falskt, 17 - Sant  
U5: 18.-Sant, 19.-Falskt, 20.-Falskt, 21.-Sant  
U6: 22.-b. 23.-c, 24.-d, 25.-Sant

## DEL 4. DoCUp MOOC - Tekniska specifikationer och riktlinjer

### Den massiva öppna onlinekursen (MOOC) DoCUp

#### VAD ÄR EN MOOC?

Massive Open Online Courses (MOOCs) är gratis onlinekurser inom olika discipliner och studieområden, organiserade kring en öppen, offentligt delad läroplan, som är tillgänglig för alla att anmäla sig till. MOOC:s erbjuder ett prisvärt och flexibelt sätt att förvärva nya färdigheter, främja personlig utveckling och karriärutveckling genom informella kvalitetsutbildningsupplevelser i stor skala. Vanligtvis

integrerar MOOCs sociala nätverk, tillgängliga online-resurser och är antingen självgående eller underlättas av erfarna utbildare inom studieområdet. MOOC:s bygger på engagemang från de studerande som står i centrum för inlärningsprocessen och själva organiserar sitt deltagande i enlighet med sina egna inlärningsmål och behov av kompetensutveckling, tidigare kunskaper och utbildningsbakgrund samt tillgänglig tid och resurser.



- Kurs: En MOOC stöder uppnåendet av läranderesultat efter vissa aktiviteter inom en given tidsperiod. Den består av läromedel och någon form av formativ utvärderingsmetod för att bedöma den kunskap som de studerande förvärvat. Den involverar facilitatorer och elever och möjliggör interaktion mellan elever och mellan elever och facilitatorer.
- Öppen: Å ena sidan bör en MOOC ge öppen och fri tillgång till utbildningsresurser och inlärningsaktiviteter, vilket innebär att eleverna kan anmäla sig och delta i kursen utan att betala (det är dock vanligt att vissa funktioner som att erhålla ett intyg eller bedömning av arbetsuppgifter tillhandahålls mot betalning). Å andra sidan bör en MOOC vara öppen för alla utan förkunskaper som ursprungsland, tidigare kvalifikationer eller specifika betyg.
- Online: Kursinnehållet är alltid tillgängligt, över internet och via olika enheter. En MOOC kräver inte att deltagarna fysiskt närvarar i ett klassrum.



- Massiv: En MOOC har ingen begränsning av antalet deltagare, vilket gör det möjligt för tusentals elever från hela världen att delta. Deltagarna blir en del av kursen genom att engagera sig i andras arbete, och alla lär sig av de andra deltagarnas arbete.

## **DoCUP MOOC: OMFATTNING OCH STRUKTUR**

DoCUP Massive Open Online Course (MOOC) är en självstyrd onlinekurs som fungerar som en bred leveransmetod för DoCUP-läroplanen. Den har utformats för att återspegla strukturen i den utvecklade läroplanen, som är organiserad kring inlärningsenheter och lektioner, och omfattar projektets utbildnings- och bedömningsmaterial i onlineform (text, presentationer, multimediafiler, interaktiva verktyg och övningar). DoCUP MOOC förlitar sig främst på visuellt material som presentationer, videor, grafik, och alla textbeskrivningar åtföljs av visuella hjälpmedel för att underlätta elevernas förståelse. DoCUP MOOC integrerar också ytterligare pedagogiska resurser som videoenheter och praktiska övningar som stöder automatisk bedömning och samarbetsmekanismer, i syfte att ge en optimal inlärningsupplevelse med ökade samarbetsmöjligheter. DoCUP onlinekurs är uppbyggd kring **6 inlärningsenheter**, som vidare är uppdelade i **56 lektioner**.

### **DoCUP onlinekurs är uppbyggd kring 6 inlärningsenheter:**

#### **1. Utbildningsenhet 1 - Färdigheter i intensivvård**

1. Resultat av lärande
2. Sjukdomar som demens och funktionsnedsättning av fysisk, mental och social funktion
3. Näring och vätska för patientens behov - baserat på deras näringsbehov
4. Rengör och vårda sår - Olika typer av förband
5. Hjälpt med mobilisering och tillhandahållande av ambulanser
6. Patientens kroppshygien i badrummet och i sängen - vid liggande
7. Självutvärdering
8. Ytterligare material

#### **2. Utbildningsenhet 2 - Grundläggande omvårdnadsfärdigheter**

1. Resultat av lärande
2. Användning av medicintekniska produkter och utrustning
3. Att ge läkemedel

4. Förebyggande av trycksår
5. Tekniker för första hjälpen
6. Självutvärdering
7. Ytterligare material

### **3. Utbildningsenhet 3 - Skydda dig och dina kunder mot infektioner**

1. Resultat av lärande
2. Hur infektioner sprids
3. Sanitära förhållanden och personlig hygien
4. Användning av personlig skyddsutrustning
5. Gröna färdigheter för rengöring och sanering
6. Självutvärdering
7. Ytterligare material

### **4. Utbildningsenhet 4 - Digitala färdigheter**

1. Resultat av lärande
2. Rapportering, ifyllande av vårdplaner Digitala register
3. Tekniska kunskaper om e-post och datadelning (t.ex. Outlook, Gmail, Yahoo)
4. Använda Telecare-system
5. IKT-färdigheter som stöd för e-hälsovårdsenheter
6. Självutvärdering
7. Ytterligare material

### **5. Utbildningsenhet 5 - Kommunikation och relationer**

1. Resultat av lärande
2. Kulturell medvetenhet och kulturella uttryck
3. Organisatoriska färdigheter
4. Agerande i konfliktsituationer och konfliktlösning - Konflikter och konstruktiv konflikthantering
5. Att ge känslomässigt stöd
6. Självutvärdering
7. Ytterligare material

## 6. Utbildningsenhet 6 - Personligt handlingsutrymme och välbefinnande

1. Resultat av lärande
2. Stresshantering
3. Tidsplanering
4. Prioritering av arbetsbördan
5. Egenmakt
6. Självtvärdering
7. Ytterligare material

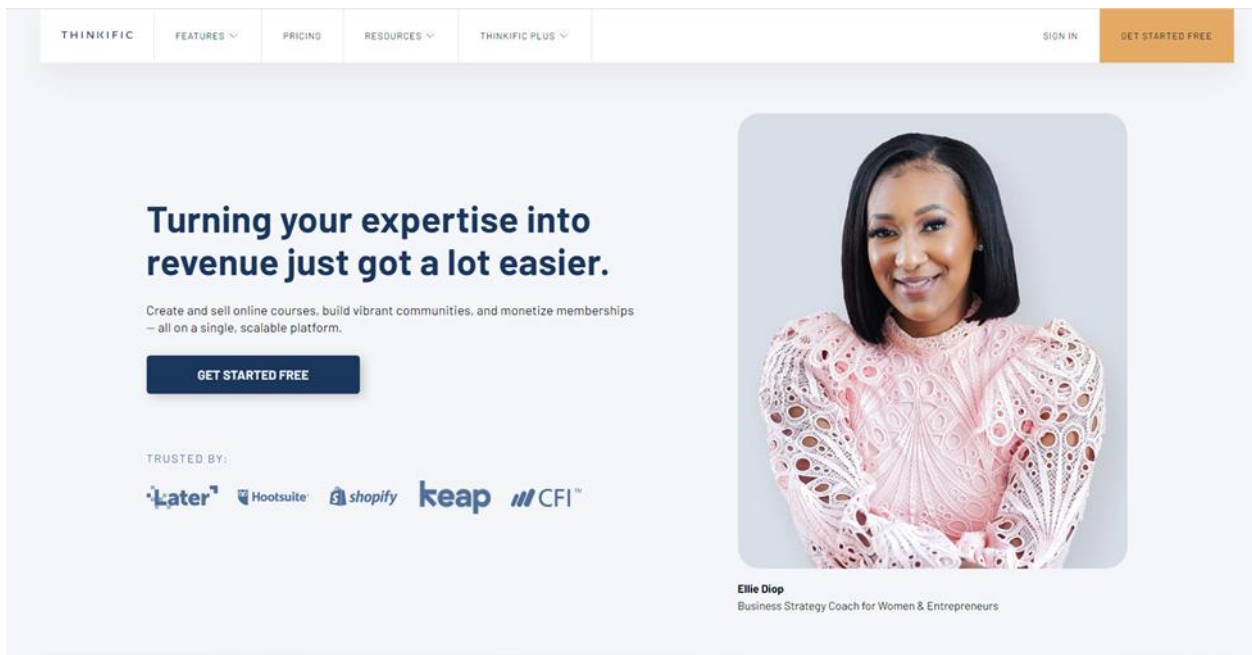
### MOOC:EN DoCUP: PEDAGOGISKA PRINCIPER

DoCUp Massive Open Online Course bygger på följande pedagogiska principer:

- **Inläraren i centrum:** Eleverna står i centrum för inlärningsprocessen och kan fastställa individuella inlärningsmål och en personlig inlärningsväg baserat på tillgängligt innehåll och material.
- **Flexibilitet:** Eleverna kan lägga upp sitt eget inlärningsschema utifrån sina resurser under kursens livscykel och bestämma sin nivå av engagemang.
- **Interaktivitet:** I DoCUp MOOC nämns uttryckligen värdet av interaktivitet och de multiplicerande effekter det har på lärande och kapacitetsuppbyggnad. Deltagarna uppmuntras i alla delar av kursen att diskutera med sina kamrater och ge feedback på varandras arbete, där så är möjligt.
- **Allestädes närvarande lärande:** Eleverna kan ta del av lärandeaktiviteter och innehåll i alla sammanhang och situationer dygnet runt alla dagar i veckan via mobila enheter som bärbara datorer, surfplattor och smarta telefoner.
- **Läraren som facilitator:** I MOOC:s bör utbildare överge sin traditionella roll, som är att förmedla information till eleverna, och istället agera som facilitatorer, motivera eleverna att delta i kursaktiviteter och ge feedback och hjälp med deras uppgifter.
- **Blandat utvärderingssystem:** En av de största utmaningarna för en MOOC är att skapa en utvärderingsmodell som fungerar i en mycket större skala, med potentiellt tusentals elever som deltar i kursen. För att svara på denna utmaning har DoCUp MOOC använt ett utvärderingssystem som innehåller metoden för självbedömning för att utvärdera elevernas prestationer.

## HUR MAN FÅR TILLGÅNG TILL OCH ANVÄNDER DoCUP MOOC

DoCUps onlinekurs finns på **THINKIFIC** (<https://www.Thinkific.com/>), en onlineplattform som gör det möjligt för enskilda utbildare (t.ex. enskilda utbildare, universitet, högskolor, yrkesutbildningsleverantörer, konsortier, offentliga och privata institutioner, företag) att skapa och leverera MOOCs inom ett brett spektrum av discipliner och ämnen. **THINKIFIC** ger vem som helst möjlighet att erbjuda verkligt interaktiv undervisning utan att behöva skriva någon kod. Inlärningsaktiviteter kombineras med sociala mekanismer och verktyg för facilitering/övervakning som gör det möjligt att skapa engagerande inlärningsupplevelser online. Plattformen är utformad för att tillhandahålla en gemenskapsbaserad inlärningsmiljö där eleverna är aktivt involverade i inlärningsprocessen och känner sig stärkta, passionerade praktikgemenskaper blomstrar och djupa inlärningsupplevelser främjas genom noggrant utformade och interaktiva kurser.



The image shows a screenshot of the Thinkific website homepage. At the top, there is a navigation menu with links for 'THINKIFIC', 'FEATURES', 'PRICING', 'RESOURCES', and 'THINKIFIC PLUS'. On the right side of the menu, there are 'SIGN IN' and 'GET STARTED FREE' buttons. The main content area features a large headline: 'Turning your expertise into revenue just got a lot easier.' Below this headline, there is a sub-headline: 'Create and sell online courses, build vibrant communities, and monetize memberships – all on a single, scalable platform.' A prominent 'GET STARTED FREE' button is positioned below the sub-headline. Underneath, there is a section titled 'TRUSTED BY:' followed by logos for 'Later', 'Hootsuite', 'Shopify', 'Keep', and 'CFI'. On the right side of the page, there is a portrait of Ellie Diop, a woman with dark hair wearing a pink lace top. Below her portrait, her name 'Ellie Diop' and her title 'Business Strategy Coach for Women & Entrepreneurs' are displayed.

**THINKIFIC** bildar ett globalt utbildningsgemenskap med över 35 länder representerade och mer än 100 miljoner kursregistreringar i slutet av 2020. Denna plattform tillhandahåller ett brett utbud av författarverktyg för att göra inlärningsprocessen enklare och mer underhållande (t.ex. automatisk bedömning, blogg, diskussionsforum). Kurserna är strukturerade i (individuella) inlärningsmoduler som är fyllda med text, bilder, videor, presentationer, infografik och övningar som i huvudsak förbättrar inlärningsprocessen och gör det möjligt för eleverna att utvärdera sina kunskaper och färdigheter. **THINKIFIC** använder ett arbetsflöde för sociala medier med inbyggda gallerier, meddelanden, wikis,

bloggsidor och diskussionsutrymmen för att uppmuntra kommentarer och gillande under elevernas hela inlärningsresa. Dessa verktyg syftar till att stödja interaktion med kamrater och handledare och i slutändan främja en gemenskap av samarbetsvilliga elever. Plattformen stöder också innehåll på olika språk. Slutligen, för att stödja flexibelt och allestädes närvarande lärande, är alla kurser kompatibla med mobila enheter som bärbara datorer, smarta telefoner och surfplattor.

### Landningssida för DOCUP MOOC



### Course curriculum

Welcome Activity	▼
Learning Unit 1 - Critical Care Skills	▼
Learning Unit 2 - Basic Nursing Skills	▼
Learning Unit 3 - Protecting you and your clients from infections	▼
Learning Unit 4 - Digital Skills	▼
Learning Unit 5 - Communication and Relationships	▼

Show more



**About this course**

- 📄 56 lessons
- € Free

- **Minsta systemkrav**

I detta avsnitt presenteras de lägsta systemkraven för att använda **THINKIFIC**. Dessa krav kan komma att ändras över tiden, till följd av framtida förbättringar eller ändringar av programmet.

För att **THINKIFIC** ska fungera korrekt bör du se till att din stationära dator, bärbara dator, surfplatta, smartphone eller smarta enhet har följande:

- ✓ Den senaste versionen av en av de webbläsare som anges nedan
- ✓ JavaScript aktiverat
- ✓ PDF-plugin
- ✓ Kapacitet för grafik- och ljudåtergivning
- ✓ Bredbandsanslutning med en hastighet på minst 5 Mbps (rekommenderas)
- ✓ TLS 1.2 stöds av din webbläsare

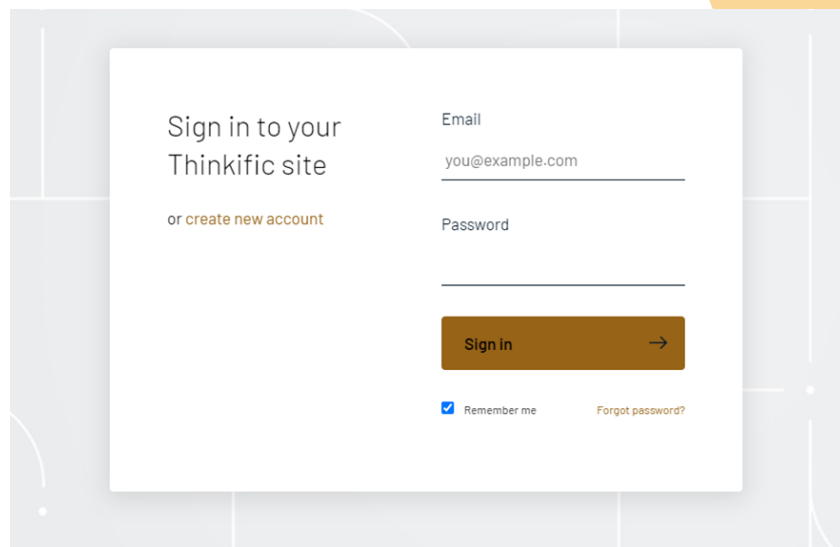
Plattformen stöder de flesta webbläsare (Chrome, Firefox, Safari, Microsoft Edge), men för bästa resultat när du skapar dina kurser rekommenderar vi att du använder Chrome eller Firefox på en stationär dator.

För mer information om minsta systemkrav, vänligen besök:

<https://support.thinkific.com/hc/en-us/articles/360030354954-System-Requirements-and-Supported-Browsers>

- **Skapa ett konto på THINKIFIC**

Alla användare (både utbildare och elever) på **THINKIFIC** måste skapa en användarprofil för att få tillgång till tillgängliga kurser och författarverktyg. För att skapa ett nytt profilkonto måste användarna ange sitt fullständiga namn, en giltig e-postadress att använda som inloggning och ett profilnamn. Det senare kommer att vara det namn som visas på plattformen.



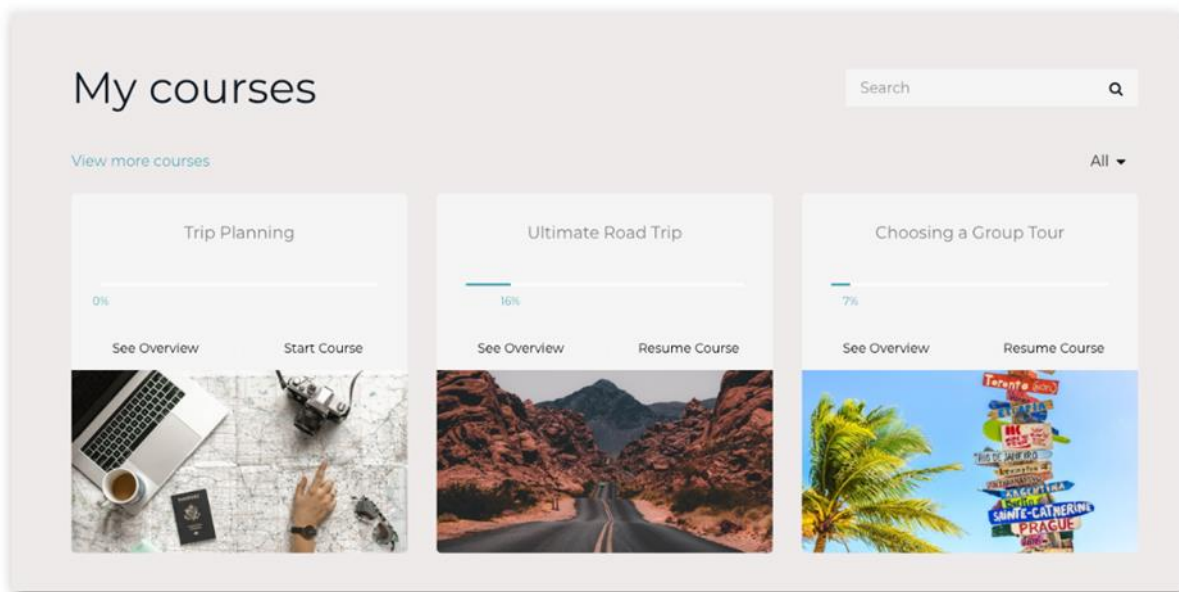
För att registrera sig krävs också ett kontolösenord. Vi rekommenderar att användare skapar ett starkt lösenord som innehåller en blandning av stora och små bokstäver, siffror och symboler för att förhindra obehörig åtkomst och hålla sin profil säker.

- **Hur man navigerar inom THINKIFIC**

När användaren har loggat in på webbplatsen finns det några huvudområden som de vill bekanta sig med när de börjar bygga produkter och webbplats. Dessa områden inkluderar:

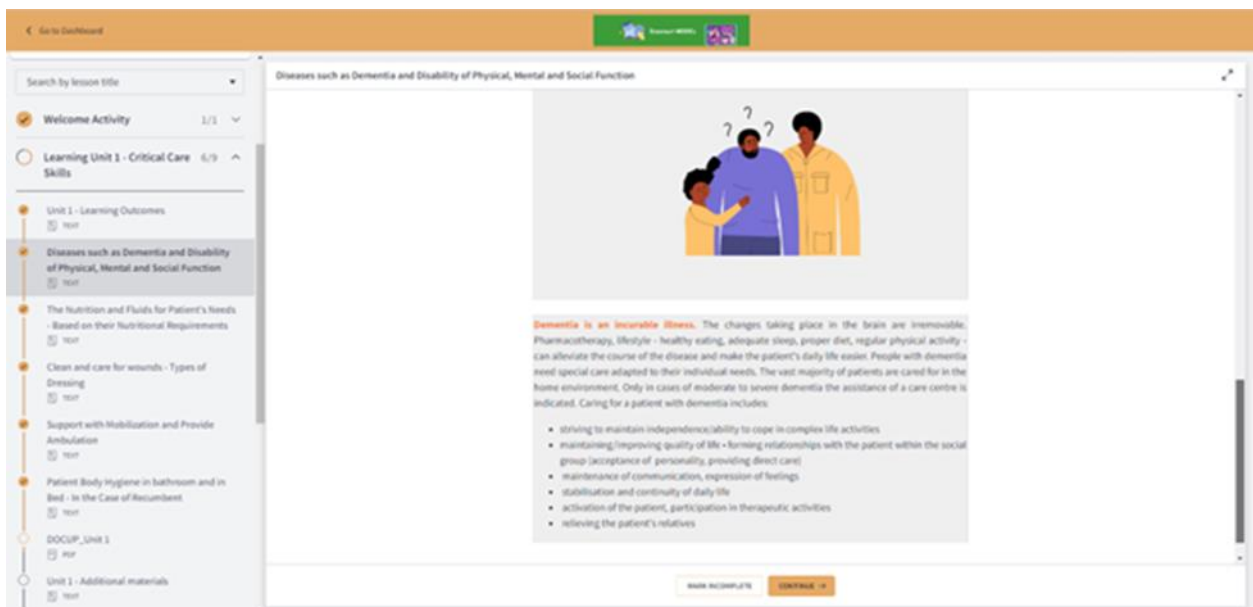
Instrumentpanel för studenter

Studenterna kommer direkt till sin Student Dashboard när de loggar in på din webbplats. Student Dashboard visar alla produktregistreringar och studenterna kan helt enkelt klicka på något av de tillgängliga produktkorterna för att komma åt dem eller fortsätta där de slutade!



### Kursspelare

THINKIFIC Course Player är vad inskrivna studenter upplever när de kommer åt kursen via Course Player. Kursspelaren är själva kursmiljön - den del av webbplatsen där deltagarna kan gå in för att se läroplanen, titta på videor, göra frågesporter och mycket mer.





### Felsökning av studentproblem

De allra flesta frågor som studenter ställer är produktspecifika. När de inte är det handlar det nästan alltid om ett lokalt datorproblem.

Det första steget är att lösa problemet på administratörens sida - om det fungerar för administratören är det sannolikt enhets- eller webbläsarrelaterat. Webbplatsägaren eller administratören kan först bekräfta att deltagaren är inskriven i kursen på [sidan Användare](#). Kontrollera om deltagaren bara har skapat ett konto på webbplatsen och inte har registrerat sig fullständigt för produkten (eller bara registrerat sig för en kostnadsfri förhandsvisning).

Därefter frågas studenten vilken webbläsare de använder och vilken enhet. Om möjligt, be dem skicka över en skärmdump eller två av vad de ser på sin enhet.

Därefter kan följande felsökningssteg skickas till studenter - dessa bör hjälpa till att lösa många av studenternas problem!

1. Rensa cacheminnet och starta om webbläsaren
2. prova en annan webbläsare (vi gillar Google Chrome)
3. prova ett inkognitofönster/privat fönster (detta utesluter problem med webbläsartillägg)
4. Starta om enheten
5. Om möjligt, prova en annan enhet
6. Om möjligt, prova en annan internetanslutning

### Hur man underlättar DOCUP MOOC

DoCUp MOOC använder en elevcentrerad och personlig inlärningsmetod som sätter eleven i centrum för inlärningsaktiviteterna och utbildningsprocessen. Elevcentrering är en pedagogisk metod som leder till hög motivation och personligt engagemang för att lära sig sig, djupare fördjupning i inlärningsaktiviteterna och större kunskapsinhämtning. I detta sammanhang kan eleverna bestämma sin egen inlärningsväg, formulera individuella mål och välja utbildningsmaterial och resurser som tillgodoser deras olika behov, preferenser och förväntningar.

När lärare undervisar med hjälp av en MOOC måste de överge sin traditionella roll, som är att vara den huvudsakliga informationskällan, och bli en facilitator och motivator för lärande. De bör vara mer fokuserade på utvecklingen av färdigheter, kompetenser och egenskaper och på omfattande feedback, snarare än på att sprida innehåll. I MOOC:s ingår följande ansvarsområden för utbildare:

- Uppmuntra kritiskt tänkande.
- Främja självstyrt lärande och nyfikenhet.
- Motivera elever att delta i inlärningsaktiviteter och samarbetsmekanismer.

Dessutom bör utbildarna hitta sätt att skapa en inlärningsmiljö som stimulerar alla deltagare i det virtuella klassrummet, genererar djup förståelse och främjar samarbetsinläring under hela kursen.

Följaktligen måste utbildaren i DoCUP MOOC anta rollen som facilitator a) ge regelbunden och konsekvent feedback på uppgifter och övningar som MOOC-deltagarna levererar, b) uppmuntra eleverna att delta i lärandeaktiviteter, c) identifiera elevernas svagheter och missuppfattningar, och d) svara på elevernas frågor och önskemål.

I det givna scenariot kan facilitatorn, som framgångsrikt har registrerat sig i DoCUP, effektivt leverera kursen genom att använda plattformen **registrerad som en elev men agera som en facilitator**. Det är viktigt att notera att även om THINKIFIC tillåter flera utbildare att samarbeta och skapa utbildningsinnehåll i realtid (så länge de har en prenumeration), är endast webbplatsägare, webbplatsadministratörer och kursadministratörer involverade i kursdesignen och har därför rätt att lägga till nytt material och resurser eller redigera kursstruktur och visuella element. **PROMEIA, som administratör av DoCUP onlinekursen, behåller den exklusiva behörigheten att ge rättigheter till andra användare, efter samtycke och avtal från konsortiet.**

För att säkerställa ett professionellt tillvägagångssätt bör handledaren överväga att implementera följande tips när han eller hon levererar DoCUP-kursen:

- **Presentera dig själv för klassen**

Utbildare uppmuntras att presentera sig för klassen genom att presentera en kort personlig biografi som visar deras utbildningsbakgrund och expertisområde. Redan från början måste utbildarna ange tonen för kursen och beskriva sina förväntningar i det virtuella klassrummet. En intressant introduktion kommer effektivt att öka deltagarnas vilja att uppleva nya inlärningsmöjligheter och utveckla en känsla av samhörighet mellan utbildaren och deltagarna. Utbildare kan förbereda en välkomstvideo för att introducera kursen och hjälpa deltagarna att vänja sig vid formatet för DoCUP MOOC. Introduktionsvideor bör svara på inledande frågor och funderingar och ange kursens förväntningar samtidigt som de hjälper till att skapa ett positivt första intryck.

- **Främja diskussioner online och kollaborativt lärande**

DoCUP MOOC lyfter fram värdet av kamratstöd och samarbetsinläring genom att införliva diskussionsforum, onlinechatt, länkar till sociala medier och ett studentområde. Studentområdet (dvs. diskussionsforumet) är den plats där eleverna kan dela kunskap och information med andra deltagare, diskutera nyckelbegrepp och problem i samband med kursen, utbyta åsikter och synpunkter med utbildare och samarbeta med kamrater för att slutföra uppgifter och övningar. Utbildare bör uppmuntra deltagarna att delta i diskussionsforumet genom att ge incitament (t.ex. tillgång till ytterligare läromedel och pedagogiska resurser). Utbildarna måste också öka elevernas motivation genom att vara tydliga med förväntningar och grundregler för diskussionsforumet online, och sätta ramarna för interaktion, kollegialt samarbete och dialog. För att moderera forumet bör utbildaren bli en facilitator och granska diskussionerna utan att kontrollera eller ingripa i dialogerna. När det gäller frågor är det ibland bättre att lämna tid för andra deltagare att svara för att uppmuntra interaktion mellan studenterna.

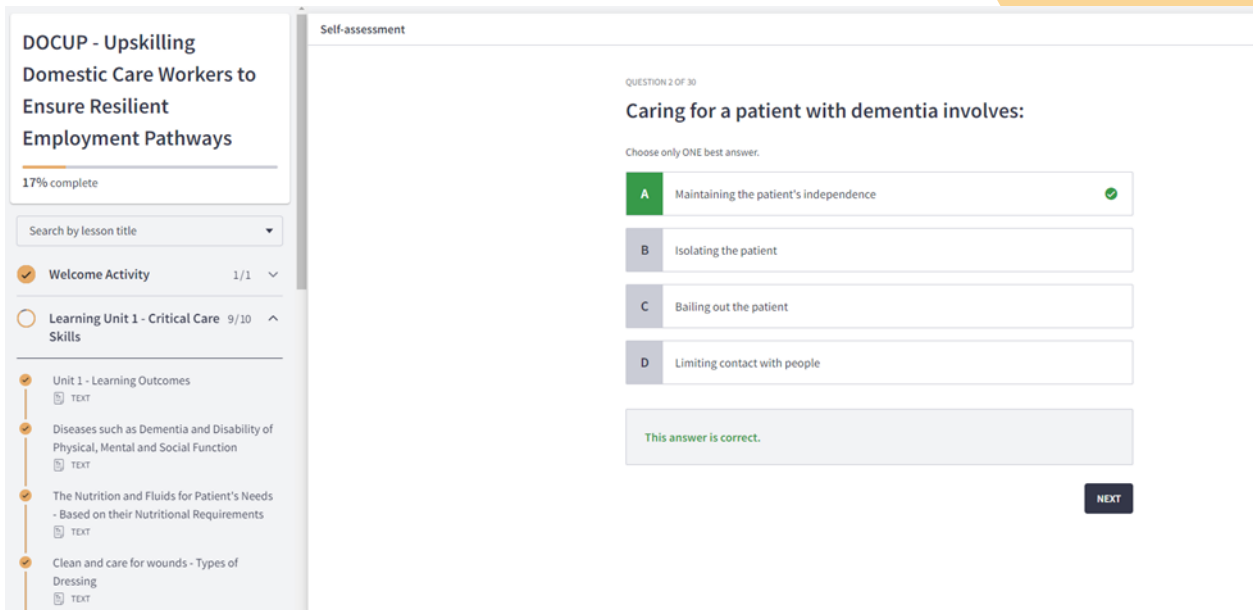
#### - Upprätta ett kommunikationssystem

Utbildare bör upprätta ett väldefinierat kommunikationssystem för att underlätta interaktionen med deltagarna och stödja lärandet under hela kursen. Dessutom uppmuntras utbildare och facilitatorer att fastställa/planera kontorstid online en gång i veckan genom meddelandesektionen eller onlinechatten, för att delta i aktiva diskussioner med deltagarna och ge hjälp och förtydliganden, vid behov. Strategisk strukturerad kommunikation genom regelbundna e-postmeddelanden och meddelanden, inklusive veckovis feedback, tillkännagivanden och påminnelser, hjälper till att upprätthålla deltagarnas engagemang och fokus på kursupplevelsen och förbättrar deltagarnas uppfattning om en "lärnärvaro". En annan kanal för att interagera och kommunicera med deltagarna är genom DoCUP:s studentområde (diskussionsforum). Utbildare och handledare måste också övervaka och interagera i forumet.

#### -Övervaka elevernas framsteg och engagemang

THINKIFIC erbjuder flera alternativ för att övervaka elevernas aktivitet under hela kursen och tillhandahåller analyser för alla elever, såsom inskrivnings- och slutförandedatum, aktiv tid i kursen, övergripande status för framsteg och kommentarer som publicerats i diskussionsforum. På så sätt kan kursledarna ta fram samlad statistik för kursen (t.ex. avhoppsfrekvens, engagemang, interaktivitet) och framför allt identifiera vilka elever som ligger efter eller visar lågt engagemang så att de kan vidta åtgärder som ökar deras vilja att slutföra kursen. Till exempel kan facilitatorer skicka påminnelsemeddelanden till studenterna, ange deras framsteg och uppmuntra dem att slutföra alla avsnitt.

En inlärares prestation kan spåras från frågeformulären och den uppnådda poängen. För att spåra framstegen visas en framstegsindikator längst upp till vänster varje gång en deltagare slutför och fortsätter till nästa avsnitt (t.ex. 17 % slutfört), som visas i följande bild.



The screenshot shows the DoCUP MOOC interface. On the left, a sidebar displays the course title 'DOCUP - Upskilling Domestic Care Workers to Ensure Resilient Employment Pathways' and a progress indicator '17% complete'. Below this is a search bar and a list of learning units, including 'Welcome Activity', 'Learning Unit 1 - Critical Care Skills', and several text-based units. The main content area is titled 'Self-assessment' and shows 'QUESTION 2 OF 30'. The question is 'Caring for a patient with dementia involves:' and asks to choose only one best answer. The options are: A. Maintaining the patient's independence (marked correct with a green check), B. Isolating the patient, C. Bailing out the patient, and D. Limiting contact with people. A feedback message states 'This answer is correct.' and a 'NEXT' button is visible at the bottom right.

- **Att dela kursen**

Det finns flera alternativ för att dela och sprida DoCUp MOOC:

- Du kan bjuda in studenter via e-post via plattformen.
- Du kan dela kursen i sociala medier (Facebook och LinkedIn).
- Du kan skicka länken till kursen via e-post.
- Du kan bädda i DoCUp MOOC i din egen blogg eller webbplats.
- **Tips för utbildare och facilitatorer**
  - Underlätta kursen och hjälp deltagarna att uppnå sina personliga inlärningsmål.
  - Logga in dagligen för att interagera med deltagare och/eller övervaka kursaktivitet.
  - Övervaka elevernas framsteg och skicka påminnelsemeddelanden till elever som anger deras status och uppmuntrar dem att slutföra alla avsnitt.
  - Moderera deltagarnas interaktion i DoCUps studentområde och chattrum, samt i kommentarstrådarna på varje kurssida.
  - Svara på deltagarnas e-post, meddelanden och diskussionsinlägg.

- Innan DoCUP MOOC släpps bör utbildarna korrekturläsa hela kursen, granska allt utbildningsmaterial, och det rekommenderas att tillhandahålla kontaktuppgifter och fastställa kontorstider online.

## REFERENSFÖRTECKNING

1. Krzywda P., Krzywda A., Opiekun osoby w podeszłym wieku, przewlekle chorej lub niedołożnej. Wydawnictwo: KaBe S.C. Krosno 2022
2. Grudziwska E.(red.) Metody i techniki pracy z osobami starszymi, z osobami z chorobami otępiennymi i ich rodzinami. Wyd Difin. Warszawa 2022
3. Kliszcz J. Psychologia potrzeb osób starszych. Potrzeby psychospołeczne po 65. roku życia. Wyd Difin. Warszawa 2019
4. Szpor G., Lipowicz I., Świerczyński M. Telemedycyna i e-Zdrowie. Wyd. Wolters Kluwer Polska SA, Warszawa 2019
5. Owczarek K., Lazarewicz M., Poradnik opiekuna seniora. Pogoda na starość. Wyd. Wolters Kluwer Polska SA, Warszawa 2019
6. Czekirda M. Symulacja medyczna w pielęgniarstwie Wyd. INNOVATIO PRESS Lublin 2019
7. Masterson M., An Exploration of the Potential Role of Digital Technologies for Promoting Learning in Foreign Language Classrooms: Lessons for a Pandemic, jJET, 2020, 15, 14.
8. Reese S., Online-lärandemiljöer inom högre utbildning: Konnektivism vs. dissociation, Utbildning och informationsteknik, 2015, 20
9. Anderson L.W., Krathwohl D. (red.) En taxonomi för lärande, undervisning och bedömning. En revidering av Blooms taxonomi för utbildningsmål. New York, Longman 2001.
10. Renn-Żurek A., Kozak G., Tokarski Z., Podręcznik symulacji medycznej. Centrum Symulacji Medycznej Akademii Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi, Łódź 2019



11. DoCUp PR1.4, Definition av DoCups läranderesultat baserat på kompetensbehov och identifierade luckor, 2022, <https://docuproject.eu/download/363/>

**DOCUPROJECT.EU**