

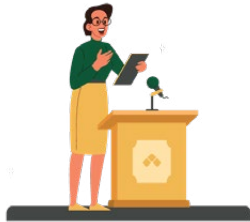
2024

Nasjonalt senter for aldring og helse



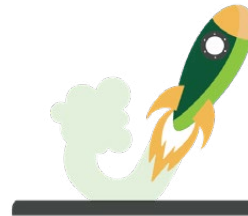


INNHOOLD



Leders beretning

Side 4



Noen glimt fra 2024

Side 6



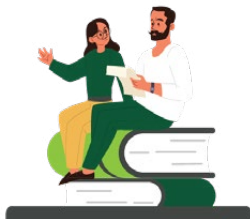
Forskning og utvikling

Side 10



Våre fagområder

Side 15



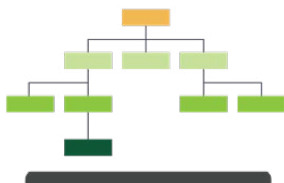
Kompetanseheving

Side 17



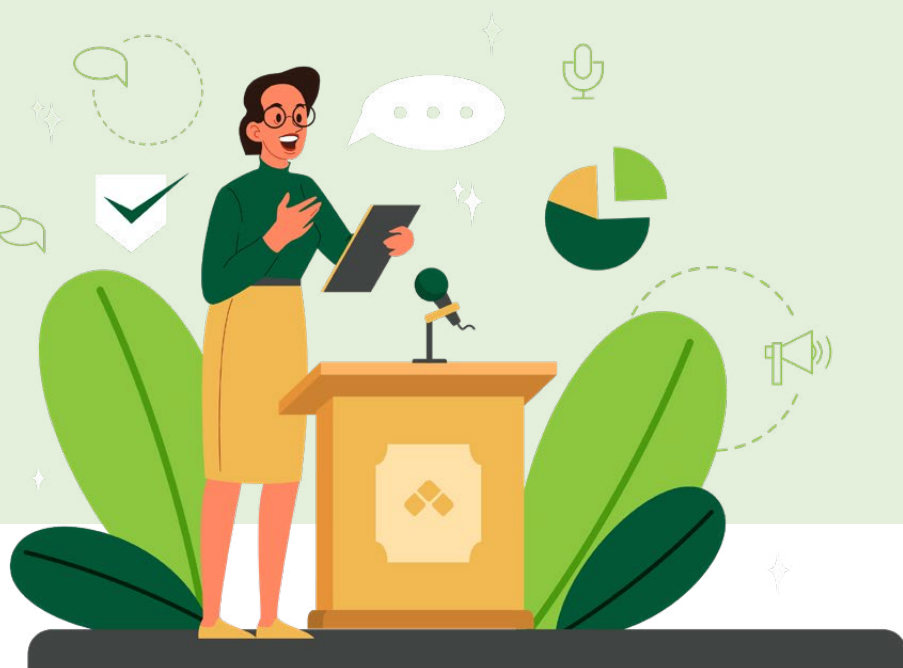
Kommunikasjon

Side 30



Forankring og organisasjon

Side 35



LEDERS BERETNING

2024 har vært et aktivt og spennende "Aldring og helse-år". Det har vært stor aktivitet på alle områder. Vi har fått nye spennende oppgaver og prosjekter innenfor fagområdene aldring, fysisk helse, psykisk helse og kognisjon og demens dette året. Dette er helt i tråd med vårt brede mandat fra 2022. Demensaktiviteten er fortsatt høy, både på Demensplanprosjekter og forskning.

Det kanskje aller største vi som organisasjon har opplevd for våre ansatte i år, var flyttingen til flotte nye lokaler i Tønsberg. Det er virkelig et løft for oss og definitivt viktig for både fysisk og psykososialt arbeidsmiljø.

I 2024 har vi jobbet videre med vår felles kultur og plattform. Jeg er derfor veldig glad for at vi i 2024 har fått definert våre kjerneverdier som er raushet, nyskapende tenkning, kunnskapsbasert praksis og glede i læring.

For meg er disse verdiene svært beskrivende for det jeg opplever som kjernen i Aldring og helse.

Jeg håper disse verdiene er synlige gjennom all aktiviteten vi viser fram i denne årsrapporten. Under finner du også mer utfyllende informasjon om visjon, formål, mandat og verdier.

God lesning.

Asker 28.02.2024

Kari Midtbø Kristiansen

Daglig leder

Visjon

Aldring og helse – for en bedre aldring

Formål

Nasjonalt senter for aldring og helse arbeider for en bedre aldring – fra kunnskap til praksis. Det gjør vi gjennom forskning, utvikling, kompetansespredning og informasjon. Våre målgrupper inkluderer ansatte, studenter og forskere på alle nivåer i helsetjenesten, samt beslutningstakere, nasjonale helsemyndigheter, eldre, deres pårørende og allmennheten.

Mandat

Aldring og helses mandat omfatter fire fagområder.

- Aldring
- Fysisk helse
- Psykisk helse
- Kognisjon og demens.

Vi har en helhetlig tilnærming til vårt fagfelt, med en bred forståelse av aldring og eldrehelse. Aldring og helse skal bidra til å fremme helse, forebygge sykdom og gi forutsetninger for å leve med sykdom og funksjonstap i aldringen.

Les mandatet vårt i sin helhet her:

www.aldringoghelse.no/om-aldring-og-helse/aldring-og-helses-mal/



Verdier

Raushet – Vi skaper rom for deling av ideer, ressurser og støtte, og heier på hverandre.

Nyskapende tenkning – Vi oppmuntrer til kreativitet og tør å utfordre etablerte normer.

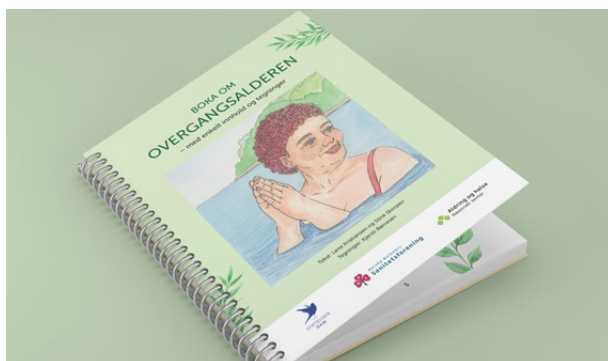
Kunnskapsbasert praksis – Vi bygger vår aktivitet på solid kunnskap og forskning,

Glede i læring – Vi verdsetter kontinuerlig læring og personlig utvikling, og vi skaper miljøer som fremmer nysgjerrighet.



NOEN GLIMT FRA 2024

Her finner du noen glimt fra alt det spennende vi gjorde i 2024. Det var en stor variasjon i våre aktiviteter og flere av aktivitetene våre fikk mye oppmerksomhet i aktuelle fagmiljøer og i pressen.



En enkel og flott illustrert guide til overgangsalderen

– Dette er den første boka som handler om overgangsalderen fortalt med enkel tekst og bilder, sier spesialkonsulent Lene Kristiansen boka fra Forlaget Aldring og helse. Boka forteller også om hva som kan være fint med det å bli eldre og livet etter at mensen opphører.

www.aldringoghelse.no/en-enkel-og-flott-illustrert-guide-til-overgangsalderen/



Aldring og helse-podden lansert

– Vi må tenke nytt om eldre og alderdommen. Hvordan er det å bli gammel i Norge – handler det om demens, dårlig helse og tunge dager? Eller kan vi se frem til gode, aktive og meningsfylte stunder? Dette er bakteppet når professor og forskningssjef Geir Selbæk er med som fast bidragsyter i Aldring og helse-podden. Programleder er Petter Hveem.

www.aldringoghelse.no/ny-podkast-med-geir-selbaek-lanseres-i-dag-vi-ma-tenke-nytt-om-eldre-og-alderdommen/



12 tips om hva vi kan gjøre for å forebygge demens

Aldring og helse har presentert nettsiden Forebygging av demens. – Utløst av Lancet-kommisjonens arbeid har det kommet mer og mer solid forskning på at det skal være mulig å forebygge og/eller å utsette demensutvikling, forteller seniorforsker Grete Kjelvik. Forskningssjef Geir Selbæk er medlem av Lancet-kommisjonen.

www.aldringoghelse.no/12-sider-med-tips-om-hva-vi-kan-gjore-for-a-forebygge-demens/

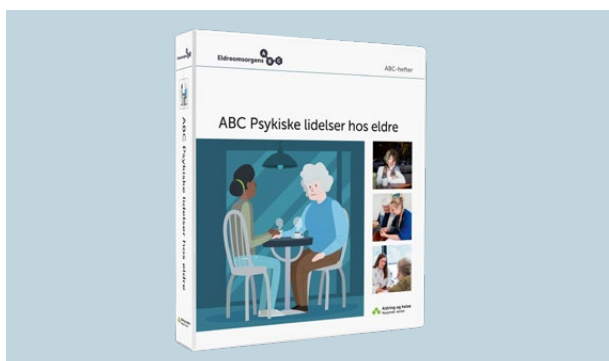


En ny europeisk studie avdekker viktig kunnskap om demens hos personer med Downs syndrom

Personer med Downs syndrom har økt risiko for tidlig demens, men en stor, ny europeisk studie tyder på at demensutvikling kan utsettes ved oppfølging og behandling av problemer knyttet til søvn og psykisk helse gjennom livet. Det skriver forsker Frode K. Larsen.

www.aldringoghelse.no/en-ny-europeisk-studie-avdekker-viktig-kunnskap-om-demens-hos-personer-med-downs-syndrom/





Ny ABC-opplæring om psykiske lidelser hos eldre

Den nye ABC-opplæringen «Psykiske lidelser hos eldre» skal heve kompetansen i den kommunale helse- og omsorgstjenesten om et tema som ofte er underkommunisert når det gjelder eldre.

- Ansatte i helse- og omsorgstjenesten møter på dette hver eneste dag, og føler seg ofte hjelpeløse, sier ABC-koordinator Gry Hole.

www.aldringoghelse.no/alle-har-en-psykisk-helse-ogsaa-eldre/



Hvordan har koronapandemien påvirket våre eldre?

Eldre opplevde en umiddelbar nedgang i tilbudet av helse- og omsorgstjenester den første tiden etter utbruddet av korona-pandemien.

- Fastlegene fikk en betydelig økning i konsultasjoner hele det påfølgende året etter pandemiens utbrudd, forteller forsker Tanja Ibsen i en rapport i regi av Aldring og helse.

www.aldringoghelse.no/hvordan-har-korona-pandemien-pavirket-vare-eldre/



To av tre eldre med demens har ikke fått demensdiagnose

Kun 35,6 prosent av eldre med demens har fått en demensdiagnose, viser en ny, norsk studie.

- Personer med demens som har høy utdanning har oftere fått diagnose enn de med lav utdanning, forteller stipendiat Linda Gjører.

www.aldringoghelse.no/to-av-tre-eldre-med-demens-har-ikke-fatt-demensdiagnose/



Nye nettsider om forebygging av selvmord blant eldre

- Å forebygge selvmord betyr å redde liv, sier fagsjef Eivind Aakhus. Eldre utgjør en uforholdsmessig stor andel av de vel 600 som hvert år velger å ta sitt eget liv. Her finner du kunnskap og ressurser som kan gjøre deg tryggere i møte med personer du frykter kan ha selvmordstanker.

www.aldringoghelse.no/psykisk-helse/forebygging-av-selv-mord/





De aller første Aldring og helse-dagene: – Godt å bli gammel?

Spørsmålet ble stilt under konferansen for 500 ansatte innen helse og omsorg. På dagene dykket de ned i ulike aspekter ved aldring, fra de mest aktive eldre til dem som trenger helsetjenester og ekstra omsorg. Innholdet var basert på fersk forskning, kunnskap og erfaringer fra praksis.

www.aldringoghelse.no/de-aller-forste-aldring-og-helse-dagene-godt-a-bli-gammel-oppdateres/



Dette må ukrainere kunne i arbeidet med eldre

En gratis e-læring på ukrainsk skal hjelpe ukrainere i arbeidet med eldre i kommunene. Gjennom intro-kurset får de faglig basiskunnskap og et godt grunnlag for videre opplæring i kommunen.

www.aldringoghelse.no/dette-ma-ukrainere-kunne-i-arbeidet-med-eldre/



Årets brobygger: – Det er en utrolig driv bak dette prosjektet

Norsk publikumsutvikling hadde en ny kategori blant prisene i 2024, og den gikk til konseptutvikler Anna Helle-Valle for Generasjon - en aldringsfestival.

www.aldringoghelse.no/arets-brobygger-det-er-en-utrolig-driv-bak-dette-prosjektet/



Nye nettsider om diabetes hos eldre

På de nye nettsidene finnes fakta om diabetes, nyheter og viktige verktøy og informasjon for helse- og omsorgspersonell. Der finnes fagprosedyren for diabetes til bruk i kommunale helse- og omsorgstjenester, et temahefte om diabetes og en egen e-læring.

www.aldringoghelse.no/fysisk-helse/vanlige-sykdomsbilder-hos-eldre/diabetes-hos-eldre/





FORSKNING OG UTVIKLING

Forskning og utvikling skal bidra til bedre grunnlag for beslutningstakere nasjonalt. Forskning og utvikling skal ha klinisk relevans. Kunnskapen som skapes, skal videreformidles raskt og på en forståelig måte for dem som bruker våre opplæringsressurser og våre nettsider. Forskning og utvikling ved Aldring og helse skal skape kliniske og forskningsmessige nettverk på tvers av regioner, på tvers av profesjoner og på tvers av tjenestenivåer.

I 2024 hadde vi 43 aktive forskningsprosjekter og 58 forskningsartikler ble utgitt. Vi har omfattende kompetanse med prosjekter som inkluderer kvalitativ og kvantitativ forskningsmetode. Prosjektene våre har hovedvekt på epidemiologiske studier innen aldring og eldrehelse og pasientnære kliniske studier i primær- og spesialisthelsetjenesten. Brukerfokus i forskningsprosjektene sikres gjennom eget brukerråd og samarbeid med Nasjonalforeningen. Vi driver to nasjonale kvalitets- og forskningsregistre; NorKog og KVALAP. En hovedoppgave i 2024 har vært å drifte den store populasjonsbaserte befolkningsundersøkelsen Aldring i Trøndelag (AiT), med tilleggsundersøkelsen Aldring i Trondheim. Vi samarbeider med alle helseregioner og alle universiteter i Norge, samt med en rekke internasjonale aktører, noe som avspeiles i publiseringsaktiviteten.

Aldring og helse driver utviklingsarbeid innenfor alle sine fagområder. Mye utviklingsarbeid gjøres i rammen av oppdrag fra Helsedirektoratet og andre, annet utviklingsarbeid er en del av Aldring og helses egeninitierte aktivitet, som en følge av vårt mandat og vårt samfunnsoppdrag. I 2024 er noen eksempler på vårt utviklingsarbeid:

- implementeringsressurser til fagprosedyre for diabetes i kommunale helse- og omsorgstjenester og til nasjonale faglige råd for fallforebygging hos eldre
- Festival Generasjon – en aldringsfestival i Bergen, sammen med Bergen kommune og G.C. Rieber-fondet
- Kort om – digitale og fysiske kort med kort informasjon om ulike tema for helsepersonell
- Ressurser for forebygging av selvmord hos eldre

Utviklingsprosjekter kan også dreie seg om å utvikle modeller for sosiale boformer, rause og inkluderende generasjonsnabolag eller lavterskel folkehelseiltak. I opplæringene våre kan utvikling innebære å utvikle kortere fagskolemoduler i tråd med tjenestenes behov eller nye temahefter og ressurser til vår ABC-opplæring. Det kan også dreie seg om kompetansepakker til ulike aktører, som sosiale entreprenører og andre, som gjør et bidrag opp mot eldre på ulikt vis.



22 av totalt 22 avdelinger
deltar i KVALAP

45 poliklinikker lever
data til NorKog

Nasjonale kvalitets- og forskningsregistre

For tiden har Aldring og helse ansvar for to nasjonale kvalitets- og forskningsregistre, Norsk register for personer som utredes for kognitive symptomer i spesialisthelsetjenesten (NorKog) og Kvalitetsregister for alderspsykiatri (KVALAP).

Totalt 45 poliklinikker leverer data til NorKog, og 22 avdelinger deltar i KVALAP.



@ Adobe Stock

Befolkningsundersøkelse

En hovedoppgave i 2024 har vært å drifte den store populasjonsbaserte befolkningsundersøkelsen Aldring i Trøndelag (AiT), med tilleggsundersøkelsen Aldring i Trondheim.

Forskningskompetanse

Aldring og helse har for tiden 5 professorer, 2 prof.em., 8 postdoktorer, 10 PhD-kandidater, og 1 avlagt doktorgrad. I tillegg har vi en rekke ansatte med forskerkompetanse.



7 professorer
2 prof. em.
4 postdoktorer
15 PhD
2 avlagte doktorgrader

2021



6 professorer
2 prof. em.
8 postdoktorer
11 PhD
2 avlagte doktorgrader

2022



5 professorer
2 prof. em.
7 postdoktorer
10 PhD
3 avlagte doktorgrader

2023



5 professorer
2 prof. em.
8 postdoktorer
10 PhD
1 avlagt doktorgrad

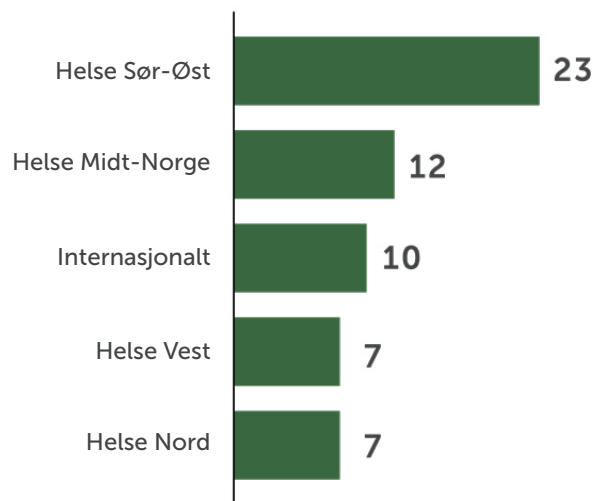
2024



Forskning- og utviklingsprosjekter

Forskergruppen i Aldring og helse har et nært og forpliktende samarbeid med forskergrupper ved alle universitetssykehus i Norge. Aldring og helse har i 2024 tatt del i 41 forskningsprosjekter og 30 utviklingsprosjekter, totalt 71.

Grafen under viser antall prosjekter hvor vi har samarbeidet med institusjoner i de ulike helse-regionene og internasjonalt.



Antall prosjekter hvor vi har samarbeidet med institusjoner fordelt på helse-region og internasjonalt

Klikk eller skann for å se oversikt over våre forskningsprosjekter



www.aldringoghelse.no/forskning-og-utvikling/forskningsprosjekter/

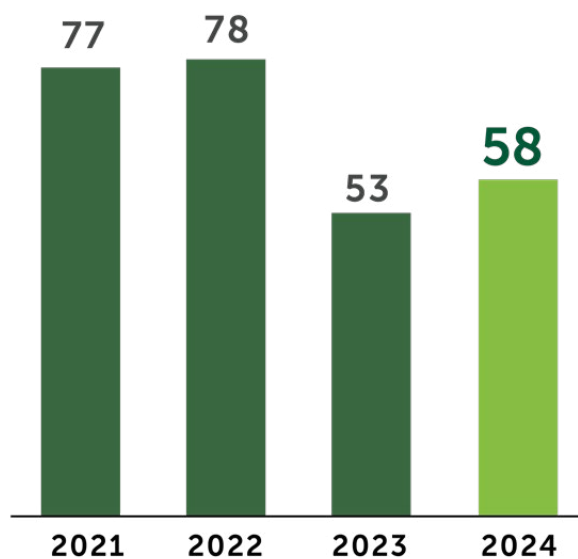
Klikk eller skann for å se oversikt over alle artiklene, med sammendrag og lenke til publikasjonen.



www.aldringoghelse.no/forskningsartikler

Vitenskapelige artikler

Vi publiserer vitenskapelige artikler både i norske og internasjonale vitenskapelige tidsskrifter. I 2024 ble det publisert 58 vitenskapelige artikler.



Publiserte vitenskapelige artikler 2020-2024.



VÅRE FAGOMRÅDER

Aldring og helse har ansvar for å bidra til kunnskap og kompetanse om aldring og eldrehelse. Vi når ut med informasjon, kunnskap og kompetanse tilpasset ulike målgrupper og vi har en bred tilnærming til aldring innenfor følgende fagfelt:

- Aldring
- Fysisk helse
- Psykisk helse
- Kognisjon og demens

Aldring

Med aldring kommer fysiske, psykiske og sosiale forandringer. Når vi blir eldre opplever vi normale aldersrelaterte endringer, som redusert syn og hørsel. Aldring fører også til økt sårbarhet for fysiske og psykiske plager og sykdommer, men det er store individuelle forskjeller. Hvordan hver enkelt opplever aldring er tett knyttet til samfunnet vi lever i.

Det har vært stor aktivitet innen fagfeltet Aldring i 2024. Flere nye forskningsprosjekter er etablert, om blant annet mestringstro blant eldre, livskvalitet og psykisk helse ved aldring blant personer med tidlig ervervet nedsatt funksjonsevne, og helse og familieforhold blant norske krigsveteraner. Formidling av resultater fra pågående prosjekter har også vært sentralt, både ved vitenskapelig publikasjoner, deltakelse i nettverk nasjonalt og internasjonalt og presentasjon på konferanser.

Det har vært jobbet videre med prosjektet, Helt åpent om aldring, hvor blant annet Generasjon – en aldringsfestival ble gjennomført for første gang i mai. Det er inngått samarbeidsavtale med G.C. Rieberfondene, Bergen Kommune og Aldring og helse om festivalen. Det har også vært jobbet godt med finansiering av prosjektet fremover.

Fysisk helse

God fysisk helse betyr for mange å ha en kropp som fungerer og som gir lite plager. Fysisk helse i eldre år påvirkes av naturlige aldringsprosesser, økt risiko for sykdom og av funksjonstap. Samtidig ser vi også at mange bevarer god fysisk helse i høy alder. Fagfeltet fysisk helse bidrar til forskning, kvalitetsarbeid og kompetansespredning om hvordan vi kan bevare best mulig fysisk helse og funksjon i eldre år. Vi har tett samarbeid med geriatrien i sykehusene og med primærhelsetjenesten i kommunene. Begge har tverrfaglig utredning og behandling av eldre pasienter ved akutte og kroniske sykdommer som en sentral oppgave. I 2024 har hovedsatsingen vært forskning på fysisk aktivitet og vurdering av

skrøpeligheit hos eldre. Vi har publisert nasjonale forekomsttall for skrøpeligheit, samt estimater for forekomst i årene som kommer. Sterk og stødig, treningsgrupper for eldre, har fortsatt å øke i aktivitet og utbredelse. Det er nå over 130 kommuner som har egne Sterk og stødig-veiledere, og det er over 510 treningsgrupper på landsbasis.

Psykisk helse

Hovedsatsingene innenfor psykisk helse har i 2024 vært forarbeider til lanseringen av ressurser for helsepersonell til å jobbe med selvmordsforebygging blant eldre. Dette ble lansert på Arendalsuka i august og har fått mye oppmerksomhet i ettertid. Arbeidet med kvalitetsregisteret for alderspsykiatri (KVALAP), som fikk digital lansering høsten 2023, har også tatt mye av vår tid i 2024, med fysiske besøk på de aller fleste alderspsykiatriske døgnposter og poliklinikker i landet. Foredragsserien Om aldring, med månedlige videoforedrag, med ulike temaer relatert til aldring og helse er også en viktig satsning for oss.

Kognisjon og demens

Fordi det blir flere eldre i Norge, øker antallet personer med demens. Vi oppfordrer alle til å lære mer om demens. Kunnskap er viktig for de som lever med demens, deres pårørende, frivillige og helse- og omsorgspersonell. Aldring og helse bidrar med fakta om demens og aktuelle verktøy for helse- og omsorgspersonell. Til fagområdets oppgaver hører forskning, fagutvikling, kompetanseheving og formidling. Aldring og helse utfører på oppdrag fra helsemyndighetene forsknings- og utviklingsprosjekter, som f.eks. de femårige demensplanene, og spiller en aktiv rolle i internasjonalt samarbeid om demens. I 2024 har vi fortsatt arbeidet med å utvikle informasjons- og veiledningsmateriell i form av en nettressurs om kognisjon og demens i sykehus, Informasjonskort om demens og e-læringer om basal demensutredning for leger samt miljøbehandling og meningsfulle aktiviteter. Det er gjennomført en forskningsstudie om insidens av demens i Norge.



KOMPETANSEHEVING

En av Aldring og helses kjerneoppgaver har alltid vært å utvikle og spre kompetanse til tjenestene gjennom ulike opplæringsmodeller på oppdrag fra myndighetene.

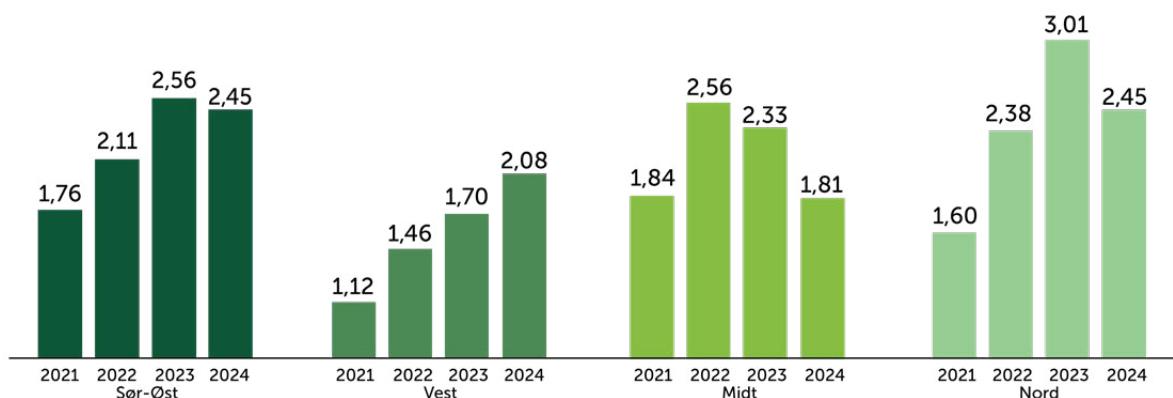
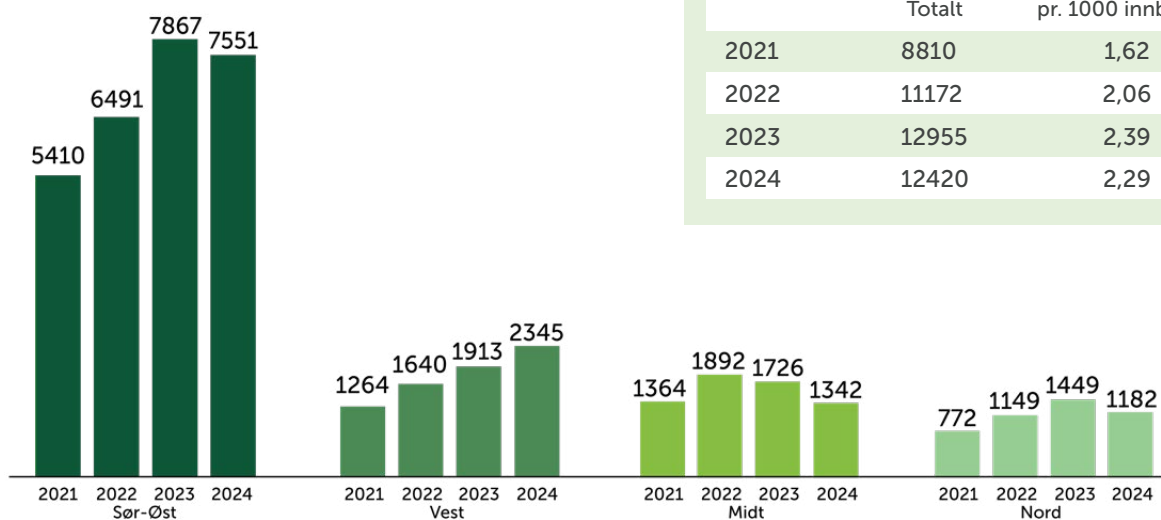
Hvert år gjennomfører et stort antall helse- og omsorgsarbeidere kompetanseheving og utdanning hos Aldring og helse. Tilbudet spenner fra korte introduksjonskurs til meritterende utdanning.

Kompetanseheving er viktig

Det er lønnsomt for både kommuner, virksomheter og deltakere at kompetansenivået heves i helse- og omsorgstjenestene. Aldring og helse tilbyr kompetanseheving og utdanning på alle våre fagområder og det er mulig å gjennomføre alt fra korte introduksjonskurs til meritterende utdanning. Vi tilbyr kompetanseheving for personer som jobber innen helse- og omsorgstjenesten, men også for andre.

God vekst i antall deltakere på våre opplæringstilbud

Grafene under viser at vi har en god vekst i alle helse-regioner, og at majoriteten av deltagere kommer fra region Sør-Øst. Ser vi derimot på antall deltakere sammenlignet med antall innbyggere ser bildet annerledes ut, og vi får en mer relevant framstilling. Vi vil alltid søke å nå en mest mulig lik dekningsgrad i hele landet.



Klikk eller skann for å lese om våre opplæringstilbud

www.aldringoghelse.no/kompetanseheving



Klikk eller skann for å laste ned vår brosjyre Hev kompetansen

www.aldringoghelse.no/hevkompetansen



Antall deltakere på opplæring og kompetanseheving totalt for hele Norge

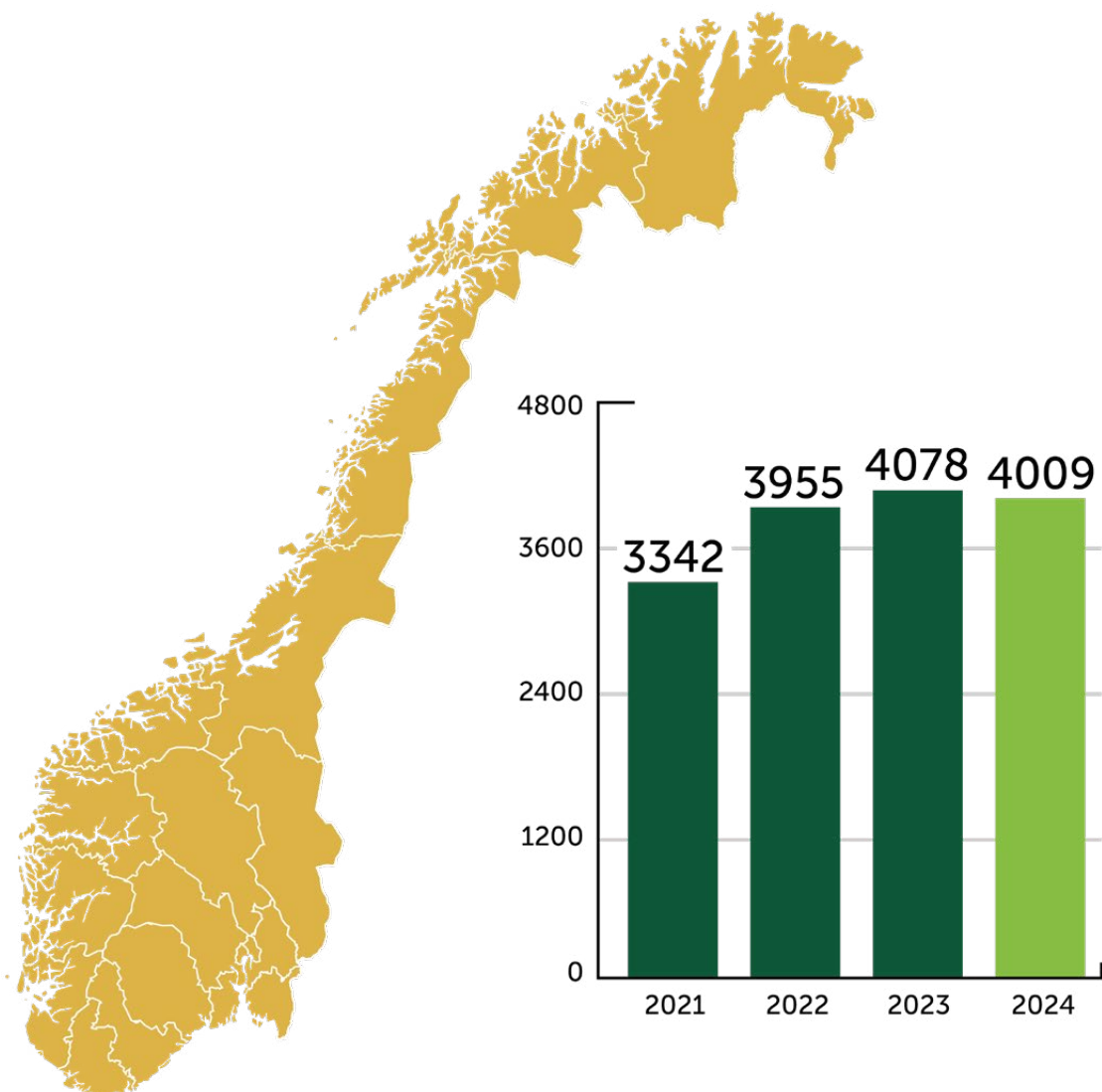
	Totalt	pr. 1000 innbygger
2021	8810	1,62
2022	11172	2,06
2023	12955	2,39
2024	12420	2,29

ABC-opplæringen

ABC-opplæringen gir dokumentert kompetanseheving innen eldreomsorg, demensomsorg, utviklingshemning og musikkbasert miljøbehandling. Kunnskapen styrkes om hva som er god praksis i henhold til retningslinjer, lover og forskrifter. Målet er at kunnskap og refleksjon skal føre til positiv endring av praksis. ABC-opplæringen passer for alle ansatte – både de med og de uten helsefaglig utdanning. Ledere oppfordres til å delta, og det finnes også eget materiell direkte myntet på dem.

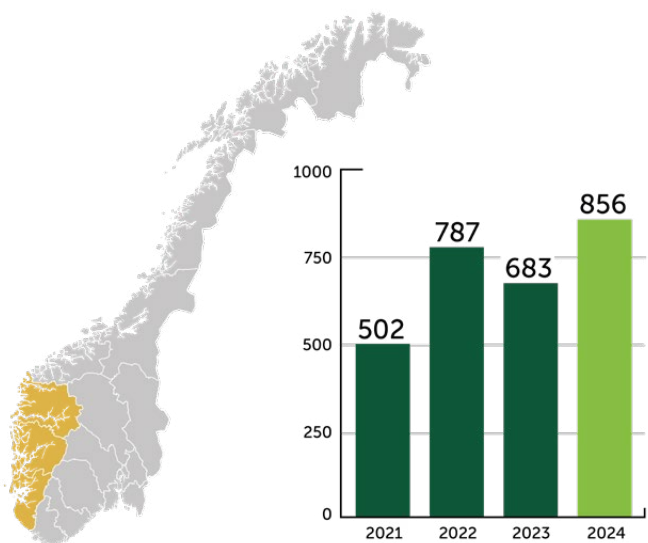
Klikk eller skann for mer informasjon om ABC-opplæringen

www.aldringoghelse.no/kompetanseheving/abc-opplaeringen

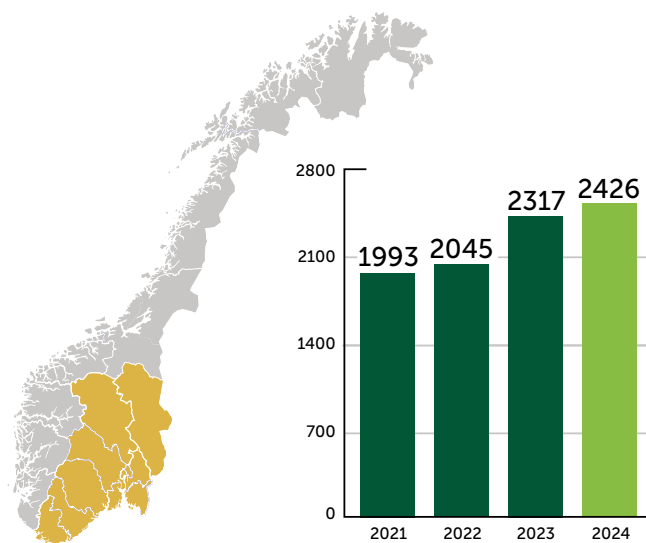


Antall deltakere på ABC-opplæringen totalt for hele Norge

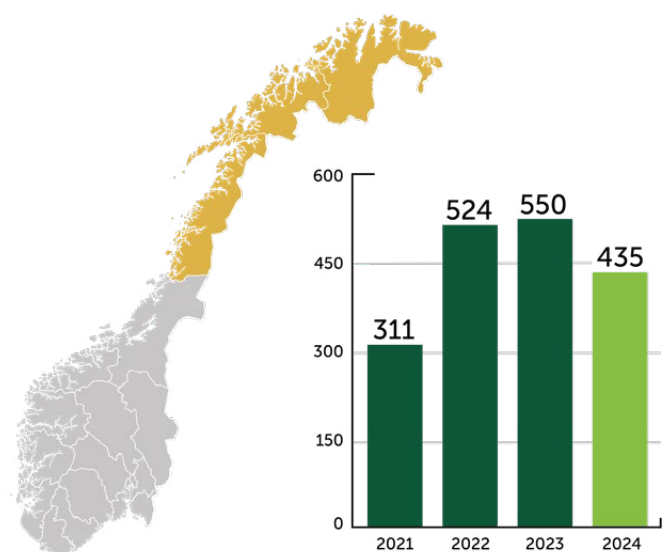
I grafen på neste side presenteres antall deltakere på ABC-opplæringen fordelt pr. helseregion.



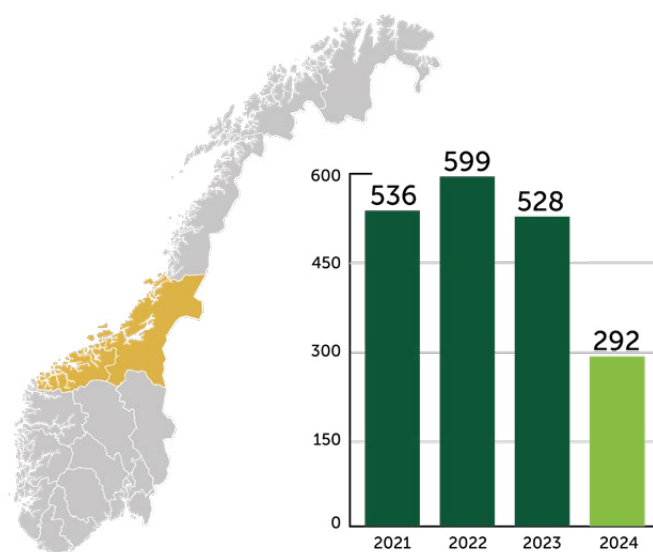
Antall deltakere på ABC-opplæringen Vest



Antall deltakere på ABC-opplæringen Sør-Øst



Antall deltakere på ABC-opplæringen Nord



Antall deltakere på ABC-opplæringen Midt

Pårørende til personer med demens

Målet med pårørendetiltakene er å gi kunnskap og støtte til pårørende til personer med demens samt legge til rette for at pårørende skal kunne dele erfaringene sine med andre i samme situasjon. Pårørendetiltakene administreres av Aldring og helse på oppdrag fra Helsedirektoratet, som en del av det nasjonale demensplanarbeidet. Som helsepersonell kan du søke om tilskudd til etablering og drift av pårørendeskoler og samtalegrupper for pårørende til personer med demens. Aldring og helse administrerer også landsdekkende mestringskurs for barn og unge som har en forelder med demens, samt for yngre personer med demens og nære pårørende.

Tilskuddsordningene omfatter støtte til drift av pårørendeskoler og samtalegrupper, samt tilskudd til deltakere på kurs i arrangementene *Møteplass for mestring*, *Tid til å være ung?* og *Hvem ser meg? – Sommerleir*.

Mer informasjon om våre pårørendetilbud

www.aldringoghelse.no/demens/parorende/



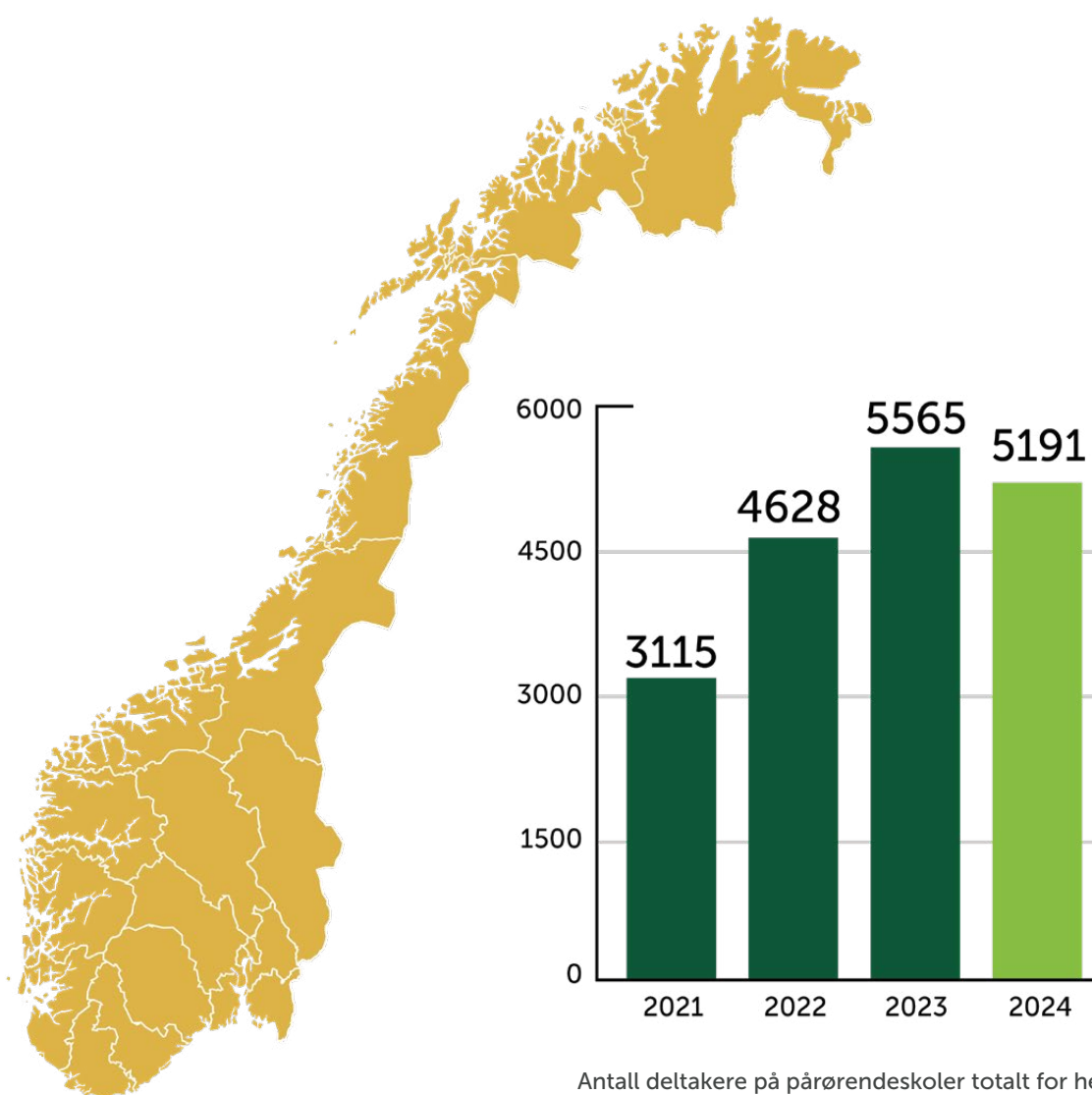
Det var svært mange instanser som søkte om tilskudd til pårørendeskoler og samtalegrupper i 2024, og det høyeste antall gjennomførte tilbud gjennom årene i Demensplan 2020 og 2025. Se oppsummering i tabellen under.

De neste sidene viser antall deltakere på pårørendeskoler og samtalegrupper for personer med demens. Der ser dere utviklingen i antall deltakere fordelt på hele landet og helseregioner.

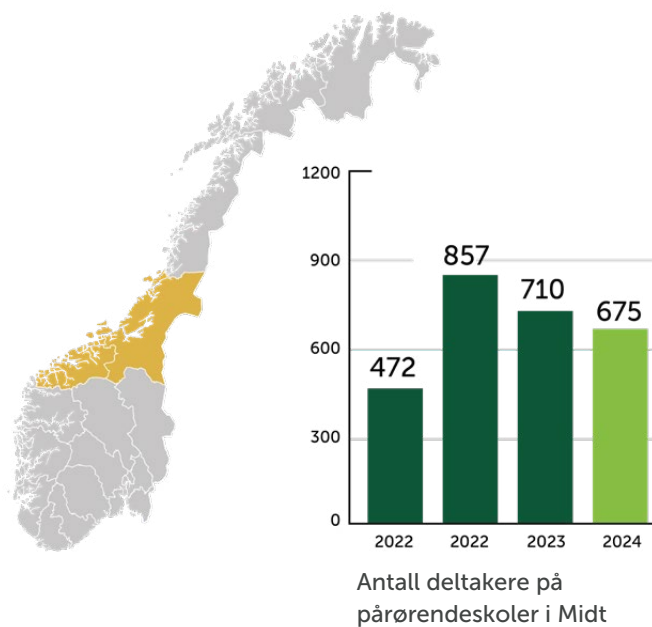
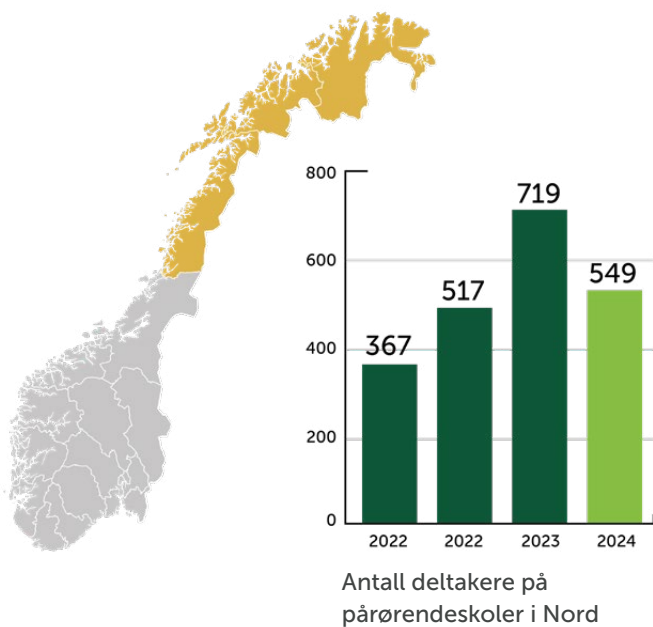
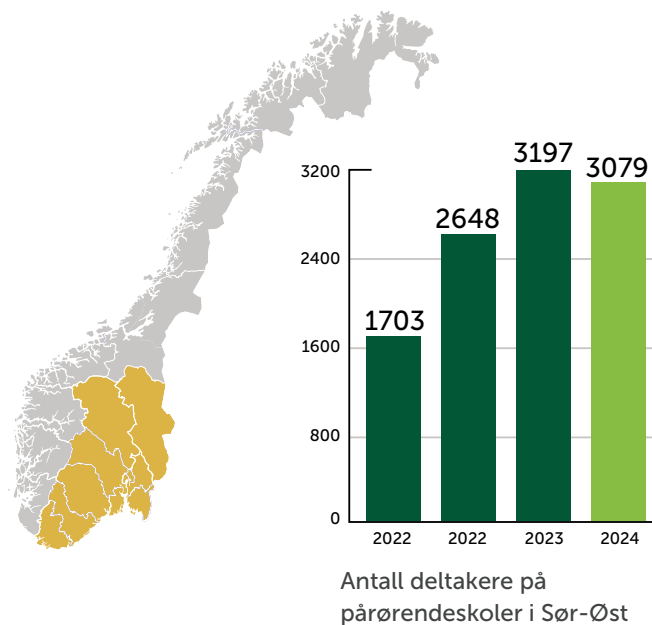
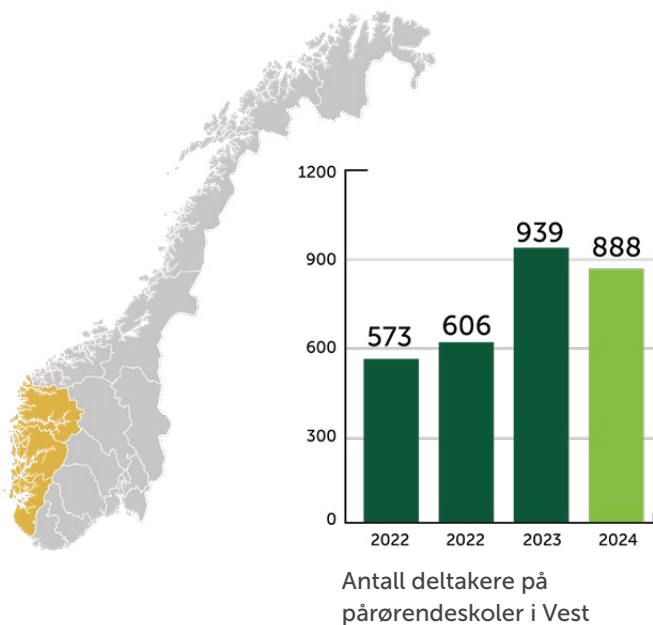
Pårørendetilbud	Antall søkere som gjennomførte tilbud	Antall tilbud
Pårørendeskole og samtalegrupper	238 søkere	514 tilbud
Møteplass for mestring	120 deltakere, 60 par	6 kurs lagt til alle helseregioner
Tid til å være ung?	31 deltakere	2 landsdekkende helgekurs
Hvem ser meg - sommerleir	13 familier, til sammen 17 barn	1 landsdekkende sommerleir



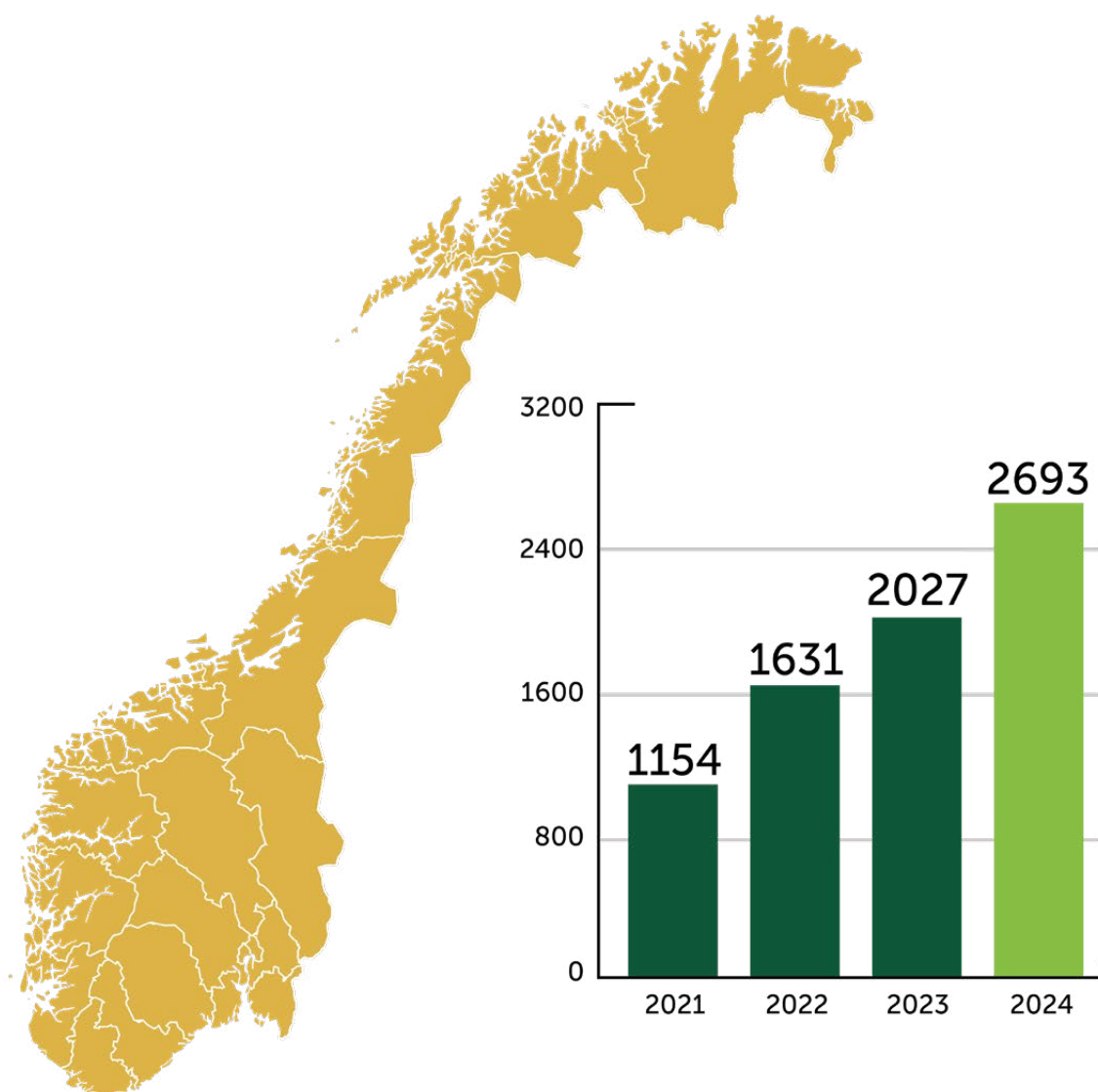
Pårørendeskoler



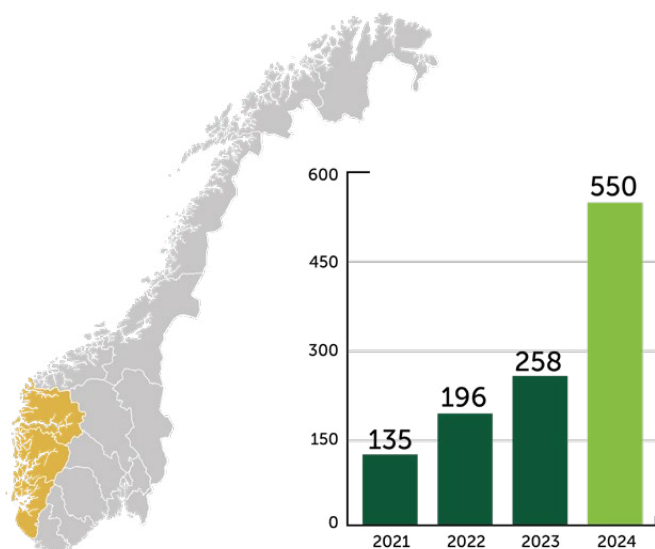
Antall deltakere på pårørendeskoler totalt for hele Norge



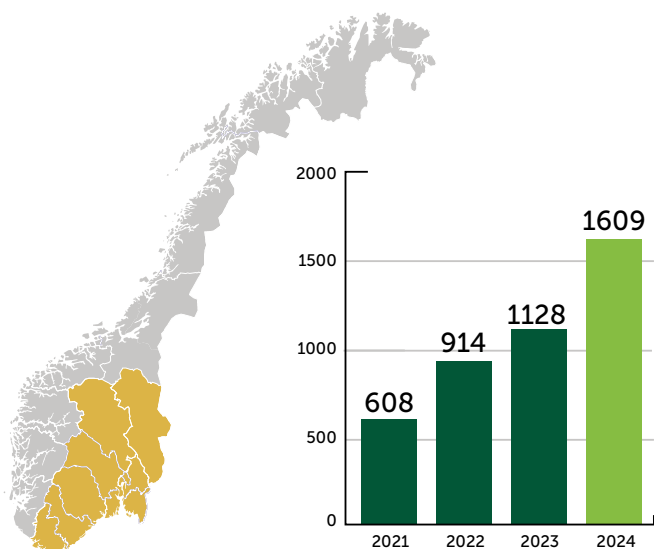
Samtalegrupper for pårørende



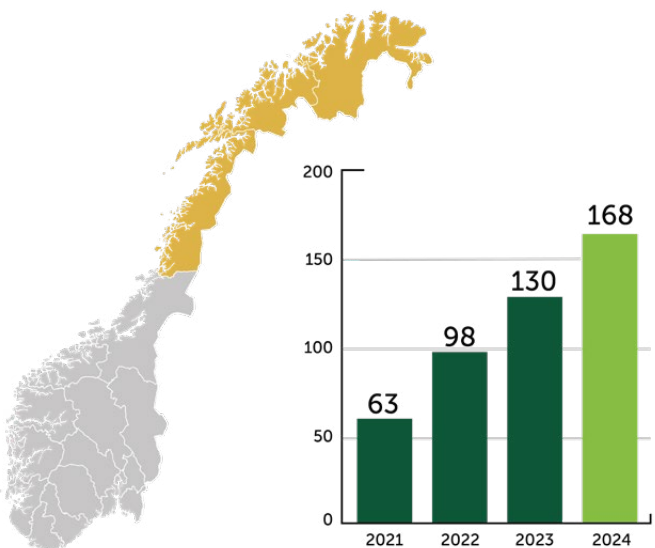
Antall deltakere i samtalegrupper for pårørende
totalt for hele Norge



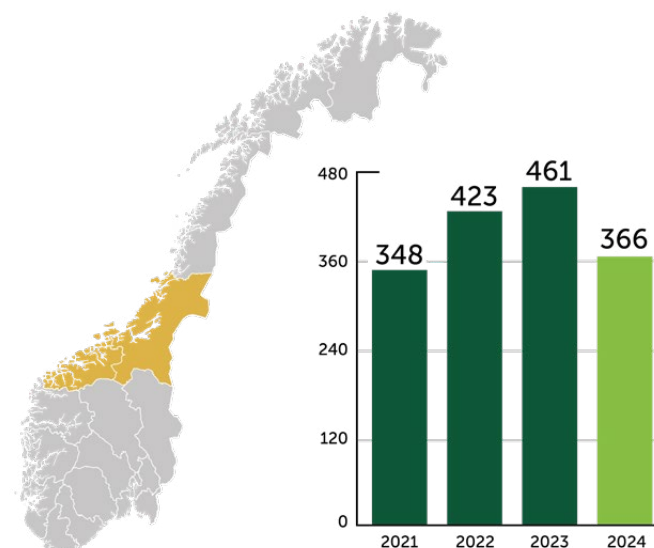
Antall deltakere i samtale-grupper for pårørende i Vest



Antall deltakere i samtale-grupper for pårørende i Sør-Øst



Antall deltakere i samtale-grupper for pårørende i Nord



Antall deltakere i samtale-grupper for pårørende i Midt

Kurs og konferanser

For å sikre kompetanse og spesialisering blant ansatte er løpende og systematisk kompetanseheving viktig. Korte, intensive kurs kan være et viktig ledd i en god kompetansehevingsplan.

Aldring og helse avholder kurs og foredrag innen alle våre fagområder.

De årlige konferansene til Aldring og helse er noen av de største møteplassene for de respektive fagfeltene i Norge. Foredragsholderne er ledende eksperter som raust deler egen kunnskap og erfaring. Programmene gir deltakerne inspirasjon og oppdatert kunnskap.

I grafene under har vi illustrert utviklingen i antall deltaker for kurs og konferanser.

Klikk eller skann for
å få mer informasjon
om våre kurs



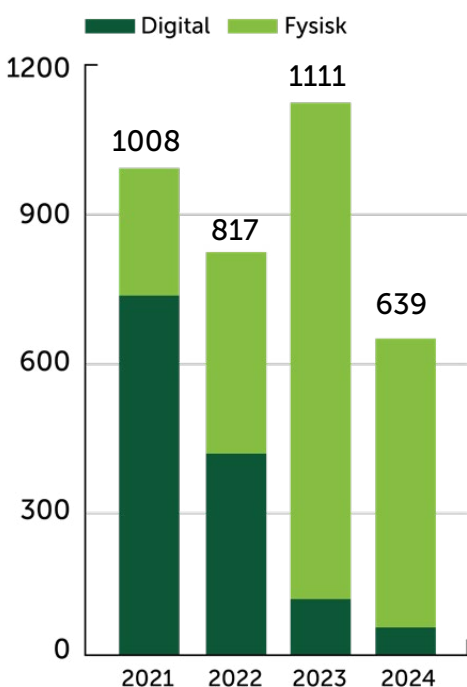
www.aldringoghelse.no/kompetanseheving/kurs

Klikk eller skann for
å få mer informasjon
om våre konferanser



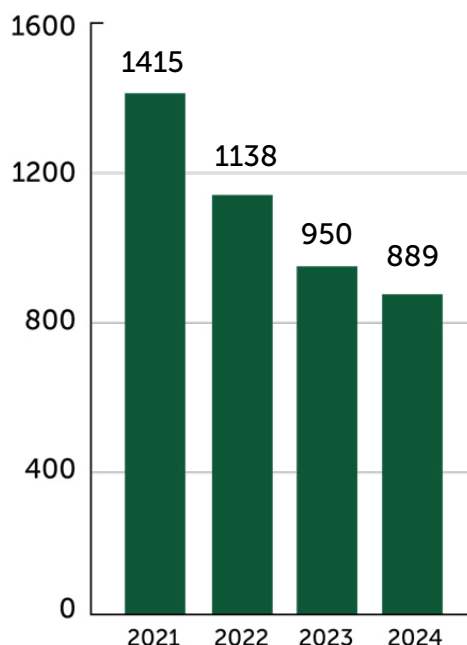
www.aldringoghelse.no/kompetanseheving/konferanser

Kurs



Oversikt over deltakere fysisk og digitalt på kurs og konferanser.

Konferanser



Fagbrev helsefagarbeider

Personer uten helsefaglig utdanning som jobber innen helse- og omsorgstjenesten, kan ta fagbrevet på sin egen arbeidsplass. Dette tar i overkant av ett år, og både virksomheten, den ansatte og bruker/pasient får utbytte av kompetansehevingen. Det kan være mange grunner til at ansatte i helse- og omsorgstjenesten mangler formell utdanning. Kandidatene blir omgitt av et støtteapparat, som hjelper dem på veien til fagbrevet. Opplegget passer alle – uavhengig av alder og bakgrunn.

I grafen under vises antall deltakere som avsluttet fagbrev helsefagarbeider fordelt per helseregion for 2021-2024.

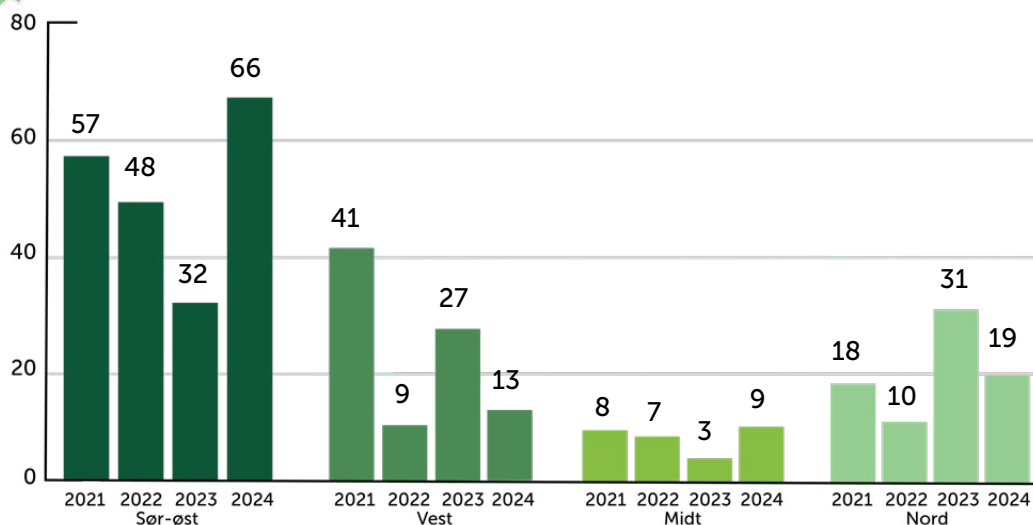
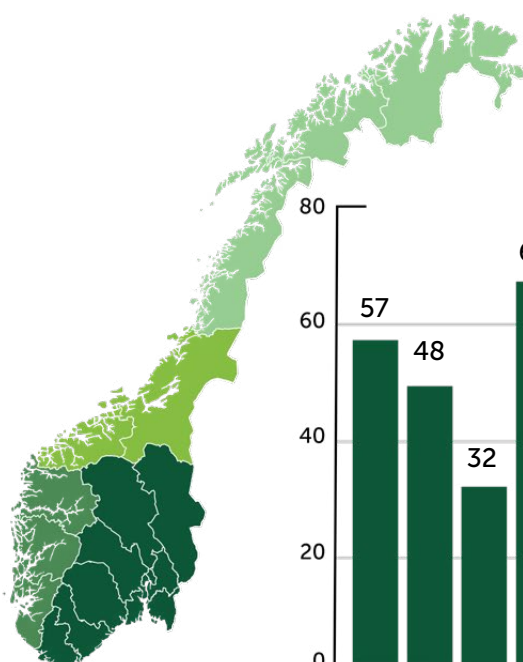
Antall deltakere som har avsluttet fagbrev helsefagarbeider totalt for hele Norge

2021	124
2022	74
2023	93
2024	107

Klikk eller skann for å
få mer informasjon om
fagbrev helsefagarbeider



www.aldringoghelse.no/kompetanseheving/fagbrev



Antall deltakere som har avsluttet fagbrev helsefagarbeider fordelt pr. helseregion.

Fagskolen Aldring og helse

Fagskolen i aldring og helse er en høyere yrkesfaglig utdanningstilbud med to studieretninger; *Demens og psykisk helse hos eldre, og Utviklingshemming, miljøarbeid og aldring*. Utdanningene er på deltid over to år og gir 60 studiepoeng. Studentene er i sitt vanlige arbeid under studiet. Den praktiske delen av studiekravene gjennomføres på arbeidsplassen i ordinært arbeid der det tas i bruk nasjonalt anbefalte kartleggingsverktøy og miljøbehandling. Fordi utdanningen foregår i nær samhandling med praksis, gir den en spisskompetanse som er direkte anvendbar i arbeidslivet. Fagskolen Aldring og helse har

akkrediteringsmyndighet for fagområdet helse, og i 2024 akkrediterte fagskolen den modulbaserte fagskolegraden Eldrehelse.

I grafen under vises antall deltakere som avsluttet fagskolen fordelt per helseregion for 2021-2024.

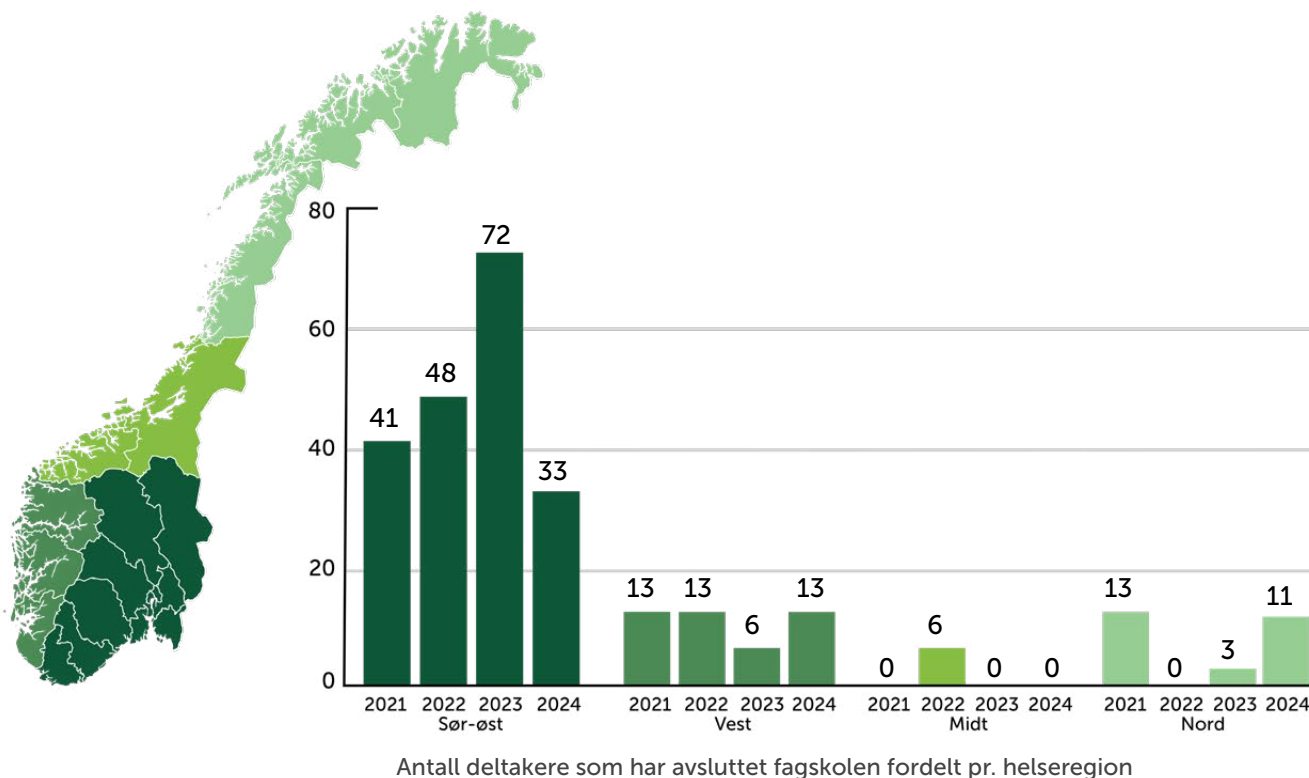
Antall deltakere som har avsluttet fagskolen totalt for hele Norge

2021	67
2022	67
2023	81
2024	57

Klikk eller skann for mer informasjon om fagskolen



www.aldringoghelse.no/kompetanseheving/fagskolen



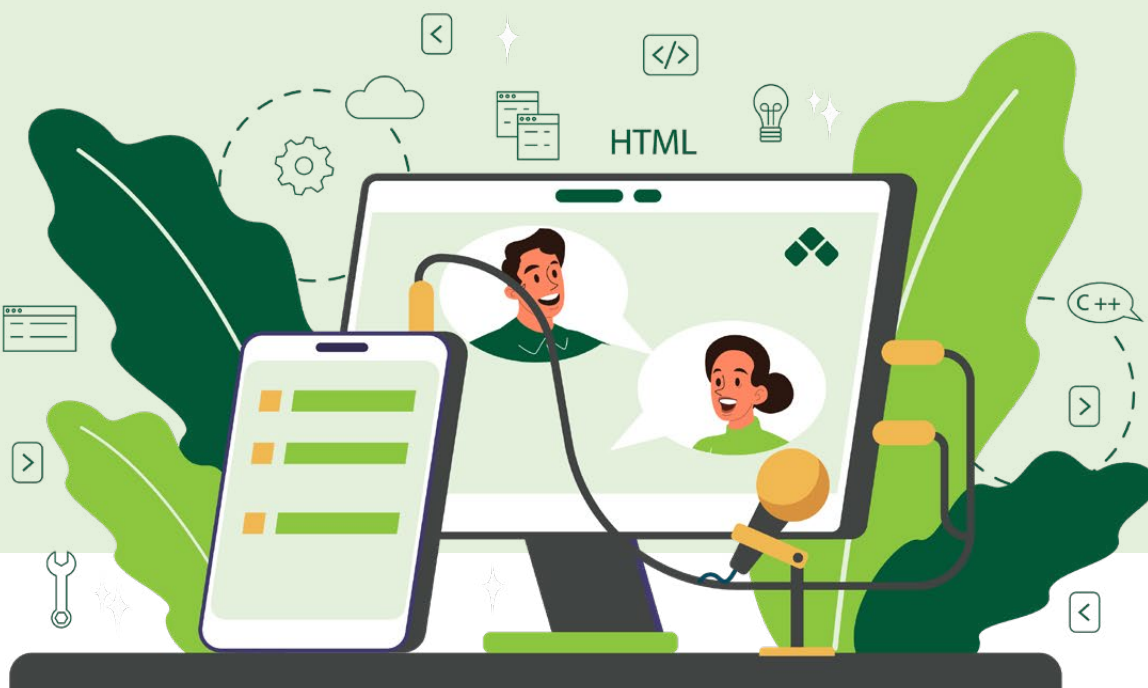
Lovpålagte krav

Virksomheter som yter helse- og omsorgstjenester er lovpålagt å sørge for at ansatte gis den opplæring, etterutdanning og videreutdanning som er nødvendig for at den enkelte skal kunne utføre sitt arbeid forsvarlig. I dette ligger det at både ledelse og ansatte må holde seg faglig oppdaterte. For å kunne gi høyere kvalitet på tjenestene, bedre helse og omsorgstjenester til pasienter, brukere og pårørende, er det viktig å benytte seg av den nyeste forskningsbaserte kunnskapen.

De gode modellene for kompetanseheving finnes

Helsepersonellkommisjonen, som la frem sin rapport i februar 2023, er opptatt av at de gode modellene for kompetanseheving finnes. De fremhever nettopp de nasjonale kompetansemiljøene, som f.eks. Nasjonalt senter for aldring og helse, som viktige for å møte kompetansebehovet i helse- og omsorgstjenestene.





KOMMUNIKASJON

Nasjonalt senter for aldring og helse er i en spennende utvikling, og kommunikasjon er en helt sentral del av vår virksomhet. Vi er opptatt av å holde et høyt kommunikasjonsfaglig nivå, og tar i bruk et bredt spekter av virkemidler i mange kanaler. I 2024 har vi hatt særlig høy aktivitet som gjenspeiler seg i høy vekst og rekordtrafikk på flere av våre flater.

Aldring og helse drifter en rekke nettsteder som en del av vår drift eller på oppdrag fra f.eks. helse-direktoratet. Vår hovedside www.aldringoghelse.no har stabil og jevnt økende trafikk over flere år. For året 2024 har vi en økende vekst med 652.964 unike brukere (+3,4%), 772.178 besøk (+7,7%) og 1.470.974 visninger (+10,8%).

Sosiale medier er en viktig kilde til trafikk til hovedsiden vår, men den er i seg selv også en viktig kanal for å nå frem til våre målgrupper. Her har vi stor vekst. På Facebook hadde vi ved utgangen av 2024 41.536 følgere (+14,1%). Antallet videovisnings-minutter (min 3 sek.) på Facebook havnet på 3.568.596 (+62,2%). Antall følgere på Instagram økte med 14,5% til 4.078 følgere. Aldring og helse sender jevnlig ut nyhetsbrev til dem som ønsker det.

I 2024 lanserte vi Aldring og helse- podden som kommer ut månedlig. Redaktør Petter Hveem og Forskningssjef Geir Selbæk snakker om aktuell kunnskap og tenker nytt om eldre og alderdommen. Podkasten øker sin oppslutning for hver nye episode og totalt for 2024 så hadde podkasten totalt 17.648 nedlastinger. Totalt hadde alle våre podkaster 28.190 nedlastinger i 2024.



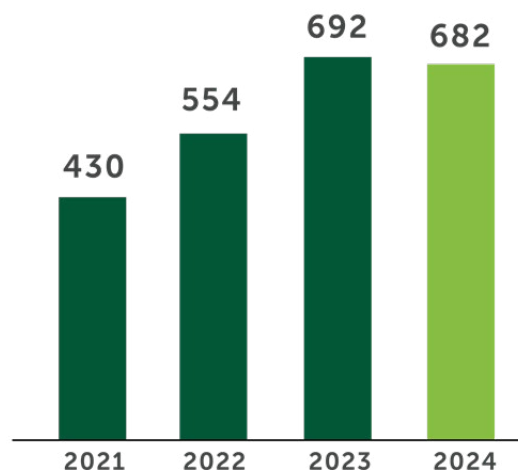
Ved utgangen av 2024 hadde vi 15.315 abonnementer til våre nyhetsbrev.

Aldring og helse ble omtalt eller nevnt i totalt 682 medieoppslag i redaksjonelle medier i perioden. Det er litt ned (-1,5%) fra forrige periode.

Forskningssjef Geir Selbæk er fast gjest i P1+ med informasjon om eldrehelse og demens. Geir Selbæk ble omtalt i 310 medieoppslag i redaksjonelle medier i 2024. Det er en økning på 75,14%. Flere av våre forskere har deltatt i NRK Dagsrevyen og i andre nyhetsprogrammer.

Biblioteket er en nasjonal tjeneste for alle, og alle kan låne fra vår samling.

Forlaget utgir lærebøker, temabøker, fagrapporter og undervisningsmaterieell tilknyttet våre fagområder.



Aldring og helse ble omtalt i 682 eksterne artikler i 2024.



1.470.974
Nettsidevisninger



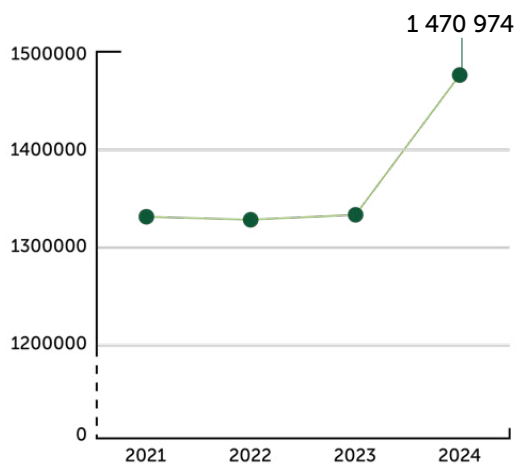
41.536
Følgere på Facebook



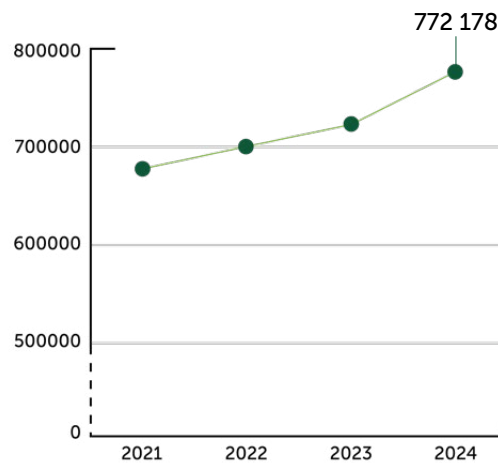
3.568.596
Facebook videovisninger



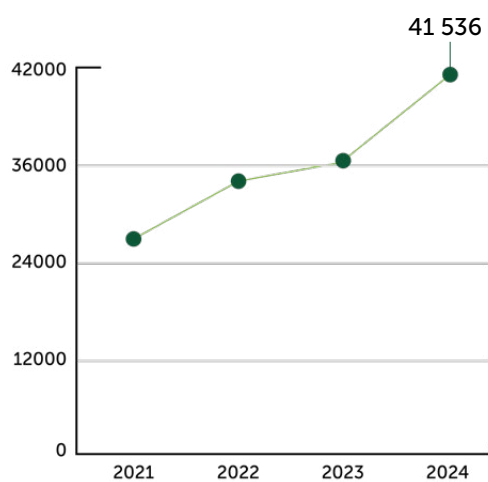
15.315
Nyhetsbrev abonnementer



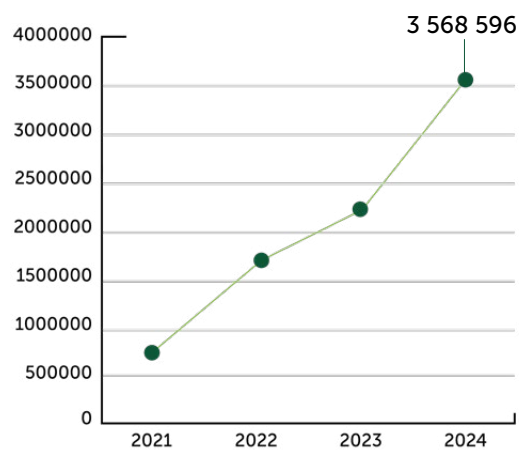
Nettsidevisninger 2020-2024



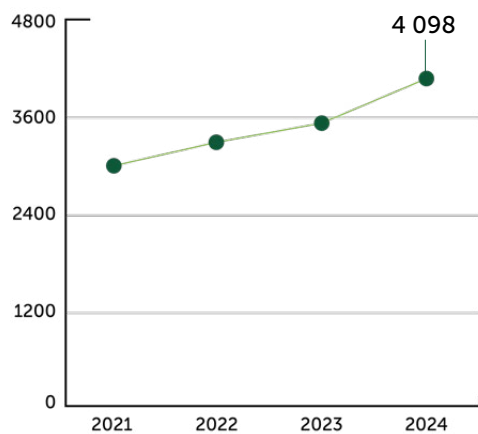
Nettsideøkter / sesjoner 2020-2024



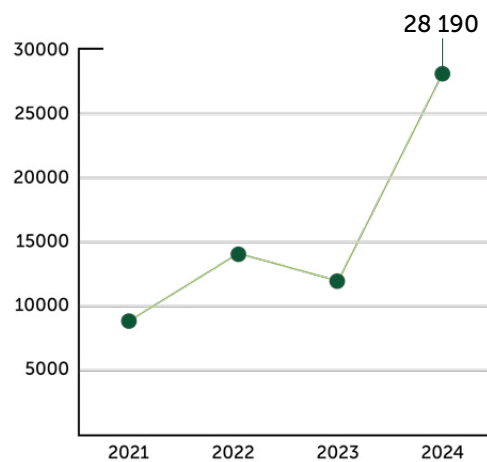
Facebook følgere 2020-2024



Facebook videovisninger 2020-2024



Følgere Instagram 2020-2024

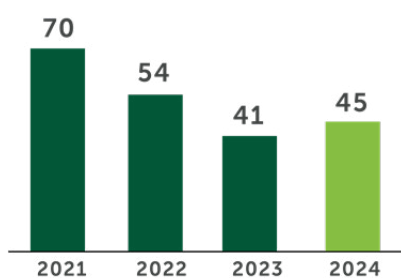


Antall nedlastninger av podkaster

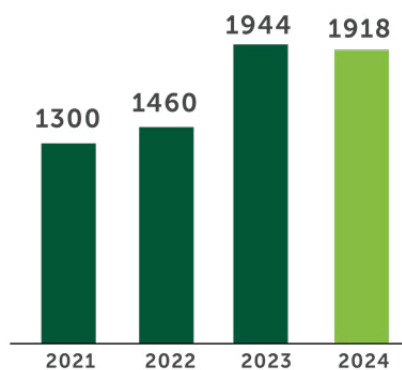
Bibliotek og forlag

Biblioteket en nasjonal tjeneste for alle, og alle kan låne fra vår samling. Biblioteket er en del av fjernlånssamarbeidet mellom bibliotekene.

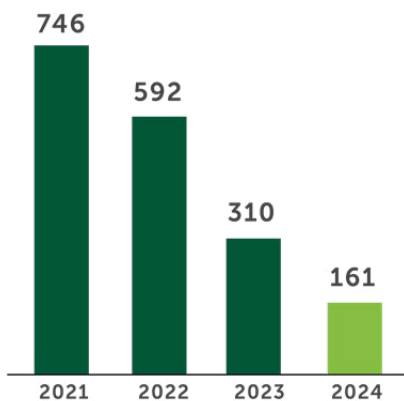
Infohenvendelser



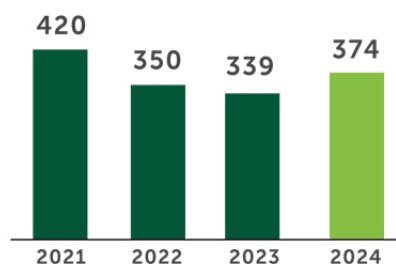
Utlån



Tidsskriftsartikler

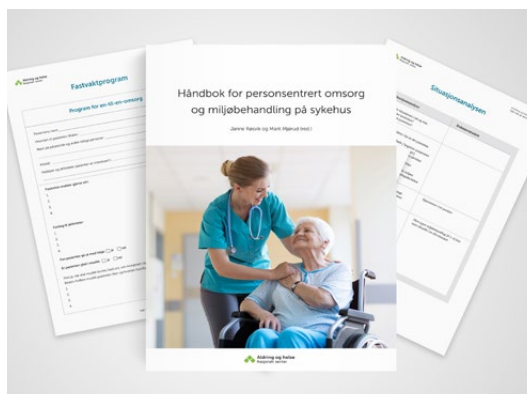
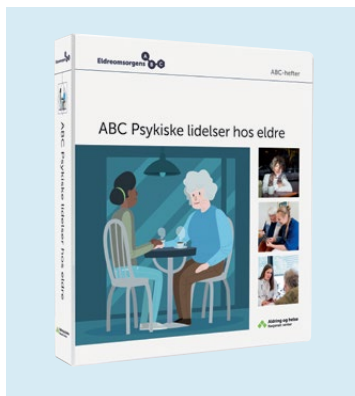
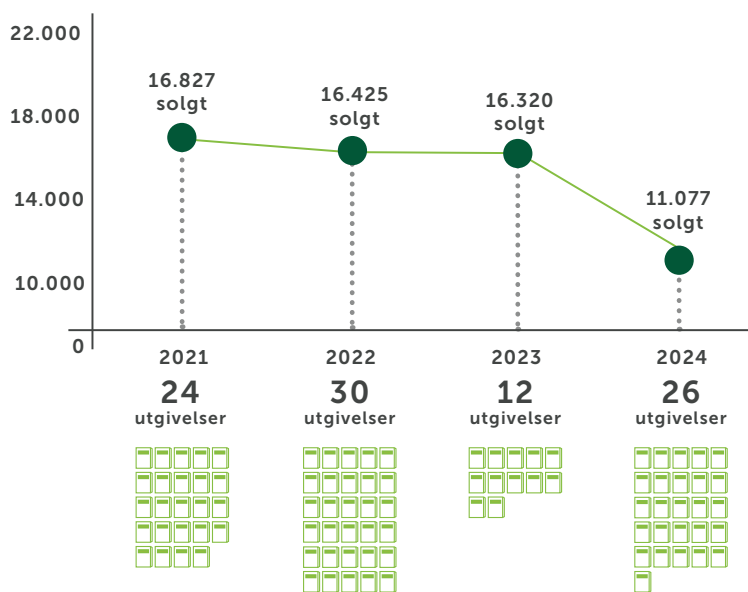


Litteratursøk



Forlag

Forlaget utgir lærebøker, temabøker, fagrapporter og undervisningsmateriell tilknyttet våre fagområder. Forlaget produserer i tillegg til litteratur, også film og lydbøker.





FORANKRING OG ORGANISASJON

Nasjonalt senter for aldring og helse (Aldring og helse) har et nasjonalt ansvar og er opptatt av å ha aktivitet i alle helseregioner. Vi har kontorer og ansatte fordelt over hele landet, men organisatorisk er Aldring og helse forankret i Helse Sør-Øst RHF og er et sameie mellom Oslo Universitetssykehus HF og Sykehuset i Vestfold HF. Aldring og helses styringsgruppe er Eiermøtet. Eiermøtet består av klinikkleder for Medisinsk klinikk ved Oslo universitetssykehus (OUS), ev. den klinikkleder har delegert ansvaret til, og fag- og forskningsdirektør ved Sykehuset i Vestfold (SiV). SiV er ansvarlig for administrativ oppfølging.



Ansatte ved vår årlige fellessamling i Larvik.

Referansegruppas tilbakemelding på årsrapporten

Aldring og helse (AH) har et bredt mandat som omfatter hele eldrefeltet inkludert forebygging og folkehelse, og har en imponerende portefølje av aktiviteter rettet mot helsepersonell, pasienter/brukere og allmenheten. AH har god spredning på aktivitetene i hele landet og er en viktig bidragsyter til primærhelsetjenesten innen eldrefeltet i alle helseregioner og i de fleste kommuner. AH bidrar til modellutvikling for helsetjenester i en tid med økt antall og andel eldre personer, som for eksempel utdanningsprogram som når mange og driftes billig.

På forskningssiden er deltakelse og drift av Aldring i Trøndelag under HUNT-studiene svært viktig for å øke kunnskap om demens, skrøpelighet, psykisk helse og tannhelse. Forskning er også viktig som beslutningsstøtte til utvikling av tjenester innen eldreområdet. Det er viktig at arbeidet fortsetter og blir en del av den 5. HUNT-undersøkelsen som vil starte i 2027. AH når ut til mange grupper, blant annet gjennom oppdaterte nettsider, bibliotek-tjenester, publikasjoner, podkaster, informasjonsmateriell og e-læringskurs. Undervisnings- og veiledningsaktivitet knyttet til fagskolen, ABC fagseminarer og kurs og konferanser var i 2024 på totalt 17 771 timer! Opplæringstilbudene er nasjonale, og finnes i alle regioner og på ulike nivå: tilbud til pårørende og personer med utviklingshemning, Demensomsorgens- og eldreomsorgens ABC, Mitt livs ABC, fagbrevprosjekt for utdanning av helsefagarbeidere, NOKUT-akkreditert fagskole, lavterskeltilbud folkehelseiltak; Sterk og stødig, Takk bare bra, Kognitiv stimuleringsterapi, opplæring i modeller for god personsentrert omsorg, webinarer og e-læringer.

De økonomiske rammene har de siste to årene blitt trangere. Det er en bekymring at AH i større grad enn tidligere må gjøre prioriteringer ut fra hvor det finnes penger. Slik det ser ut nå kan dette gå ut over kommunikasjonsaktiviteter, innsamling av biobank-data til NorkOG-registeret, samarbeid med USHT-ene, og åpen publisering av forskning.



Referansegruppa og ledergruppa til Aldring og helse. Fra venstre: Jorun Legdheim Helbostad, Geir Selbæk, Ole K. Grønnli, Kari Midtbø Kristiansen, Bent Høye, Bjørg Aaring, Kristin Mehre, Kim Wigaard Johanssen, Cathrine Arntzen, Anners Lerdal, Ingvild Saltvedt, Iren Mari Lutter, Minna Hynninen, Hilde Heimli, Trine Skjellestad og Jacob Svenningsen. Anita Vatland, Ingrid Haug Olsen og Christian Ræssig var ikke tilstede.

Ledelsen består av ledergruppa og fagråd

Ledergruppa

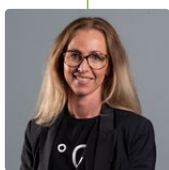
Ledergruppa er ansvarlige for den totale driften i Aldring og helse. Ledergruppa består av daglig leder, forskningssjef, fag- og utviklingsleder, opplæringsleder, kommunikasjonssjef og administrasjonssjef.



Daglig leder
Kari Midtbø Kristiansen



Forskningssjef
Geir Selbæk



Fag- og utviklingsleder
Trine Nordby Skjellestad



Opplæringsleder
Hilde Heimli



Kommunikasjonssjef
Jacob Svenningsen



Administrasjonssjef
Bjørg Aaring

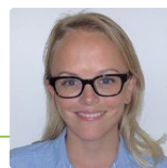
Fagrådet

Fagrådet har overordnet fag- og forskningsansvar i Aldring og helse. Fagrådet ledes av forskningssjef, og forskningskoordinator er sekretær for rådet. I fagrådet sitter forskningssjef, assisterende forskningssjef, fagsjefer for de ulike fagområdene, fag- og utviklingsleder og daglig leder.



**Forskningssjef
Leder fagråd**
Geir Selbæk

Sekretariat



**Forsknings-
koordinator**
Cathrine Selnes
Trevino



**Forsknings-
rådgiver**
Karina Grasbekk



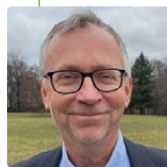
**Daglig
leder**
Kari Midtbø
Kristiansen



**Fagsjef
aldring**
Ellen Melbye
Langballe



**Fagsjef
fysisk helse**
Gro Gujord
Tangen



**Fagsjef
psykisk helse**
Eivind
Aakhus

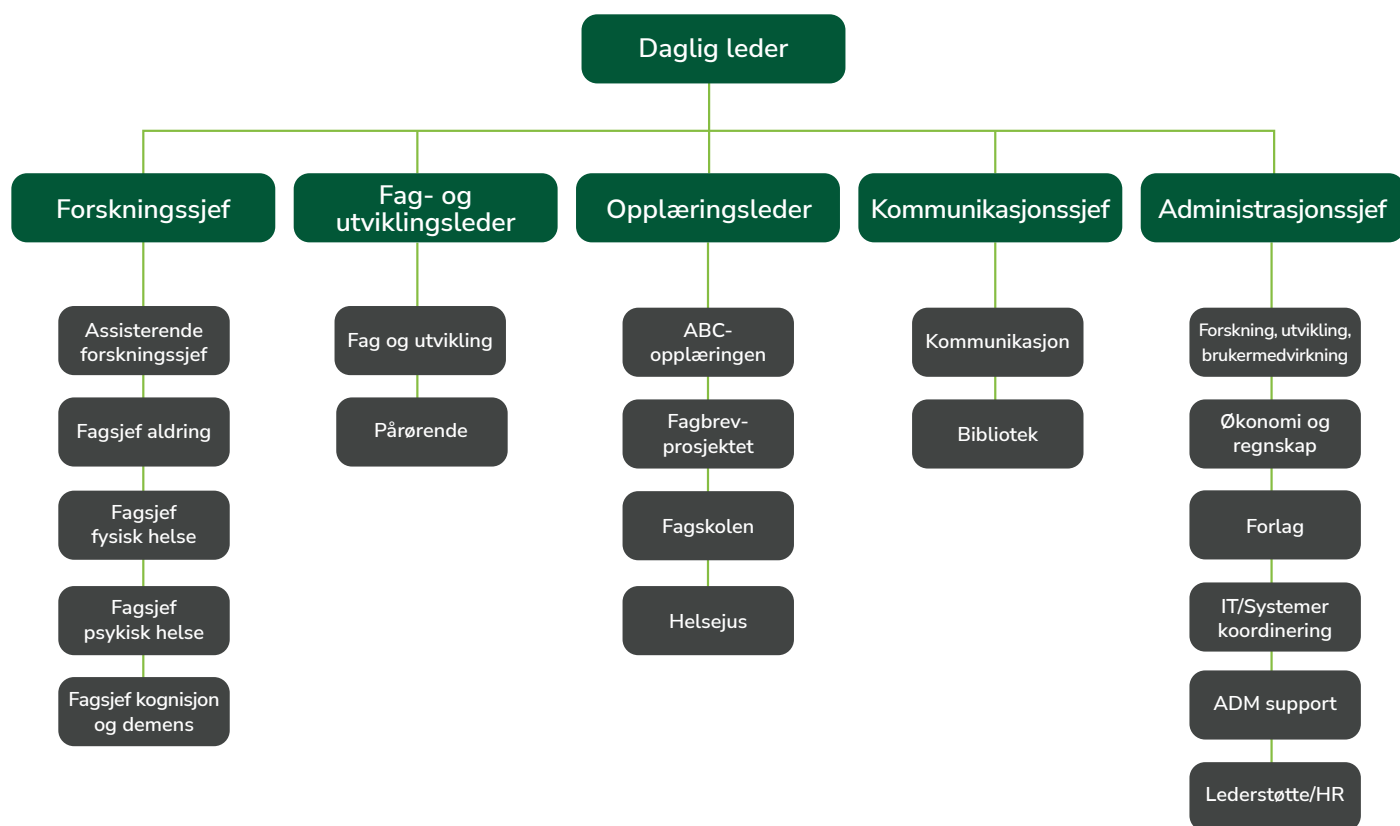


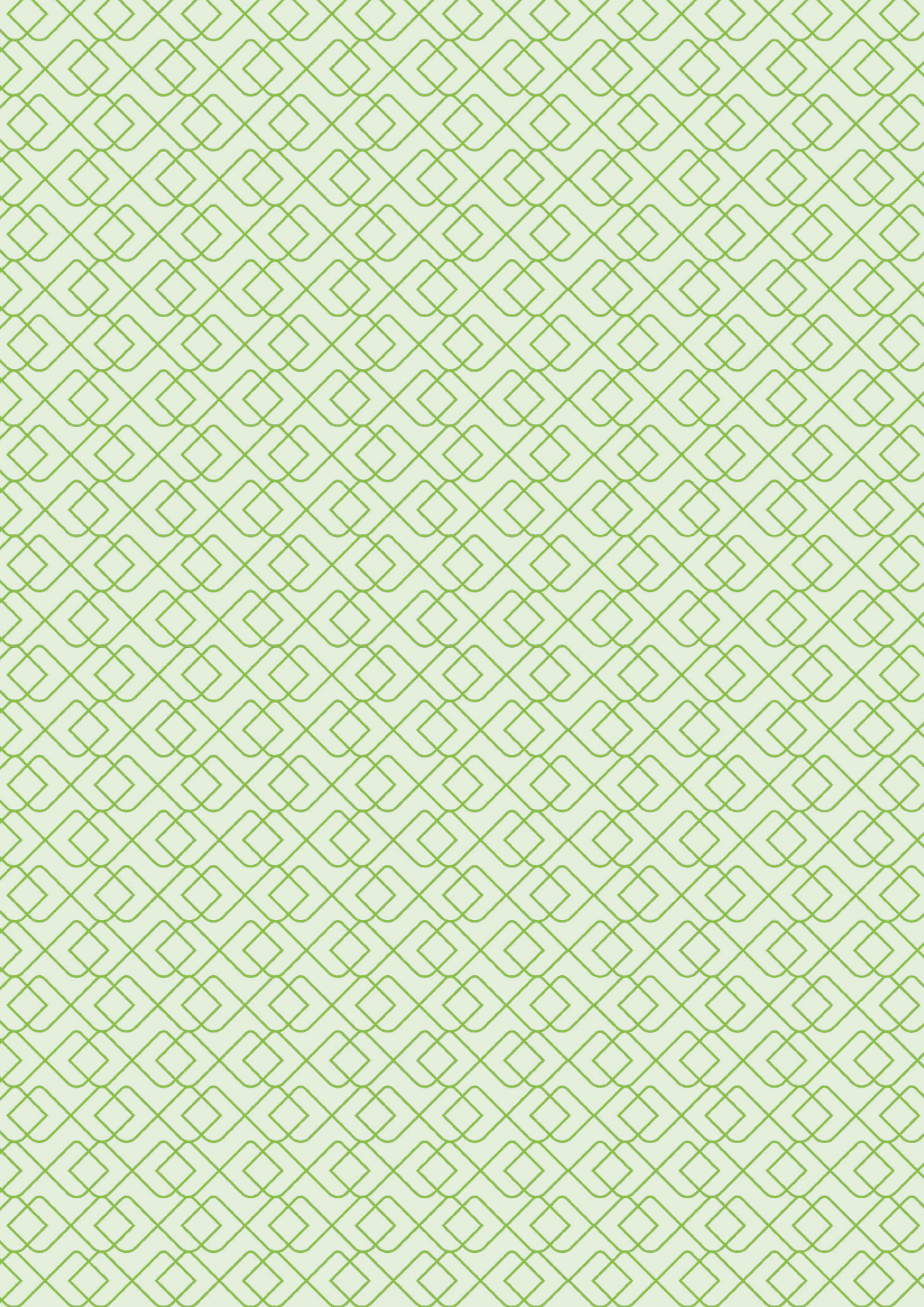
**Fagsjef kognisjon
og demens**
Anne Marie
Mork Rokstad



**Ass.
forskningssjef**
Øyvind
Kirkevold

Organisasjonskart







www.aldringoghelse.no

© Aldring og helse, 2025
1.utg./1.opplag, 2025
ISBN: 978-82-8470-080-9
Design og illustrasjon: Linn Lundsvoll, Aldring og helse
Foto: Martin Lundsvoll, Aldring og helse

Materialet er vernet etter åndsverksloven.
Uten uttrykkelig samtykke er eksemplar-
fremstilling, bare tillatt når det er hjemlet i lov.

Alle henvendelser om
rapporten kan rettes til:
Nasjonalt senter for aldring og helse
Postboks 2136, 3103 Tønsberg
Tlf: 33 34 19 50
E-post: post@aldringoghelse.no
www.aldringoghelse.no