

Hooldustöötaja koolitus koos esmaabi väljaõppega õppekava

Õppekavarühm

Sotsiaaltöö ja nõustamine

Koolituse maht

240 akadeemilist tundi, millest 144 tundi auditoorset õpet, 80 tundi praktilist õpet ja 16 tundi iseseisvat

tööd.

Sihtgrupp

Koolitus on mõeldud kõigile täiskasvanud inimestele, kes soovivad taotleda hooldustöötaja tase 3 kutset, ennast täiendada hooldustöö alal või puutuvad kokku omastehooldusega.

Koolitusel antakse põhjalik teoreetiline ülevaade hooldustöötajale vajalikest teemadest ja oskustest.

Lisaks läbitakse 80-tunnine tööpraktika hooldusasutuses.

Koolituse õppekava järgib Hooldustöötaja, tase 3 kutsestandardis esitatud nõudeid. Koolituse läbimise

järele on võimalik minna taotlema hooldustöötaja kutset (tase 3). Kutset andev organisatsioon on Eesti Sotsiaaltöö Assotsiatsioon (www.eswa.ee).

Õpiväljundid

Koolituse läbinu:

- tegeleb abivajaja probleemidega järgides kutse-eetikat ja hoolekandetöö õiguslikke aluseid;
- oskab hinnata abivajaja suutlikkust oma suhtlusvõrgustikuga suhelda, vajadusel abistab suhtlusel ja aitab säilitada suhteid;

- oskab arvestada abivajaduse ulatust ja muutusi lähtuvalt abivajaja seisundist, erivajadusest,

taustast ja harjumustest;

- korraldab ja võimalusel kohandab vastavalt abivajaja seisundile ja vajadustele sobiva ja turvalise keskkonna, säästes seejuures ennast ja keskkonda;

- teab, kuidas viia läbi vastavalt juhistele erinevaid hooldustoiminguid (nt kehatemperatuuri,

pulsi- ja hingamissageduse, vererõhu ja veresuhkru mõõtmine, lamatiste- ja nahahooldus, sidumised jms), arvestades tervisenäitajaid ja kasutades vastavaid vahendeid; dokumenteerib

hooldustoimingud. Oskab vajadusel anda esmast abi.

- teab ja oskab selgitada abivajajale tervisliku toitumise põhimõtteid, arvestades abivajaja toitumisvajadusi ja -iseärasusi; oskab juhendada ja abistada abivajajat söömisel ning vajadusel

teda sööta

- teab, kuidas hinnata abivajaja riiete otstarbekust ja mugavust lähtuvalt abivajaja tervislikust

seisundist, erivajadusest, ilmastiku-, toa- ja kehatemperatuurist; oskab abistada ja juhendada

abivajajat riietumisel ja vajadusel riietab, kasutades selleks sobivaid abivahendeid;

- oskab juhendada, abistada ja vajadusel teha abivajaja hügieenitoiminguid, kasutades vastavaid

hooldusabivahendeid ning vajadusel korraldada iluteenuseid (nt maniküür, pediküür, juuksur).

Teab ja oskab teostada spetsiifilisi hügieeni- ja hooldustoiminguid (nt uriinikogumis- ja stoomikottide vahetamine, toitmine nasigastraalsondi ja gastrostoomi kaudu jne);

- Planeerib ja viib läbi abivajajale ealiselt sobivaid ja jõukohaseid aktiveerivaid tegevusi

- oskab juhendada ja toetada abivajajat tema seksuaalsuse väljendamisel;

- märkab abivahendi kasutamise vajadust lähtuvalt toimetulekuvõime langusest, abistab abivahendi hankimisel ja juhendab abivajajat selle kasutamisel vastavalt juhistele;

- Jälgib abivajaja seisundit ja hooldab abivajajat erinevate elundkondade haiguste korral ennast

ja abivajajat säästval viisil. Oskab abistada vastavalt juhendamisele õde õendustoimingute sooritamisel;

- tunneb ravimiõpetuse aluseid ja oskab juhendada, jälgida ja abistada abivajajat ravimite manustamisel;

- Abistab abivajajat majapidamis-, puhastus-, ja koristustööde teostamisel asutuses ja abivajaja

kodukeskkonnas. Oskab vajadusel planeerida majapidamis- ja kodutöid (avahooldus);

- oskab vajadusel toetada ja juhendada lähedasi surija hooldusel või hooldada surijat, tunneb

kutse-eetikat ja kultuuritraditsioone.

Õppesisu

1. Üldalused.

- Hooldustöötaja kutse-eetika, kutse taotlemine
- Rahvatervise, terviseedenduse ja sotsiaaltervishoiu alused
- Arengupsühholoogia: arenguülesanded ja toimetulek, inimese elukaar
- Suhtlemine hooldustöös, s.h. suhtlemine psüühilise erivajadusega inimestega
- Inimese anatoomia, füsioloogia ja patoloogia alused

2. Abistamine elamistoimingutes ja hooldustegevuste läbiviimine

- Hoolduse alused, tervishoiu- ja sotsiaalhoolekande teenused
- Hoolduse teostamine vastavalt religioossetele ja kultuurilistele tõekspidamistele
- Ergonoomika
- Aktiviseerivad tegevused
- Hügieenitoimingud ja hooldusabivahendid
- Toitumisõpetuse alused
- Hooldus erinevate haiguste korral
- Erivajadusega inimeste hooldus

- Gerontoloogia ja eakate hooldus
- Ravimvormid ja nende manustamine
- Seksuaalkäitumise juhendamine
- Surm ja lein

3. Majapidamistöõde korraldamine

- Majapidamis- ja korrastustööde planeerimine avahoolduses
- Pesu- ja puhastusteenuse teostamine
- Majapidamises vajalike tööde korraldamine

4. Esmaabi andmine

- Tervisliku seisundi määratlemine

Esmaabi andmine haigushoogude, õnnetusjuhtumite ja traumade korral

Elustamine

5. Praktika 80 tundi

Nõuded õpingute lõpetamiseks, sh hindamismeetodid ja hindamiskriteeriumid

Õpilane on osalenud vähemalt 80% auditoorsetest tundidest ning 100% praktikatundidest.

Õpilane on

sooritanud kõik testid (kirjalikud, suulised) ja praktilised tööd kehtestatud eeskirjade alusel.

Õpilane on

läbinud praktika, esitanud ja kaitsnud eneseanalüüsi vormi praktilise töökogemuse kohta ja saanud selle

kohta positiivse hinnangu.

Hindamismeetod:

1. Eneseanalüüsi vorm praktilise töökogemuse kohta

Hindamiskriteerium:

- kirjeldab oma tööülesandeid ja probleemset situatsiooni seoses tööülesannete täitmisega ning seostab

seada kutsestandardis kirjeldatud kompetentsidega;

- vormistab eneseanalüüsi vormi vastavalt kutse andja (Eesti Sotsiaaltöö Assotsiatsioon) avaldatud

hindamisstandardile.

2. Esmaabi test

Hindamiskriteerium: Positiivseks soorituseks on vaja etteantud kriteeriumitele läbida esmaabi test

3. Lõputest

Hindamiskriteerium: Positiivseks soorituseks on vaja vähemalt 75% õigeid vastuseid

Kursuse läbimisel väljastatav dokument (tunnistus või tõend).

Tunnistus, kui õpingute lõpetamise nõuded on täidetud. Tõend, kui õpitulemusi ei saavutatud, kuid

õppija võttis osa õppetööst. Tõend väljastatakse vastavalt osaletud kontakttundide arvule, kuid mitte

juhul, kui õppija osales vähem kui 80% tundidest.

Õppekeskkond

Viljandis, Tartu 15a ning Valgas, Kesk tn 8 (II korrus). Õppijatel on kasutada

individuaalsed lauad, tool, pabertahvel, projektor, arvuti, ruumis on riidenagi, sund- ja loomulik ventilatsioon, Wi-Fi. Koolituse hind sisaldab kohvipause.

Õppematerjalid

Hooldus erinevate haiguste korral ja ravimiõpetuse alused. (2011)

http://www.ekk.edu.ee/vvfiles/0/haiguste_hooldus.pdf

Hooldustöötaja, tase 3 kutsestandard

<http://kutsekoda.ee/et/kutseregister/kutsestandardid/10558953/pdf/hooldustootaja-tase-3.7.et.pdf>

Eesti Sotsiaaltöö Assotsiatsioon. Hooldustöötaja kutse andmine

http://eswa.ee/index.php?go=kutsed_ht

Nienstedt, W., Hänninen, O., Arstila, A., Björkqvist, S.-E. (2009) Inimese füsioloogia ja anatoomia.

Tallinn: AS Medicina <http://www2.hariduskeskus.ee/opiobjektid/anatoomia/>

<http://www2.hariduskeskus.ee/opiobjektid/elukulg/>

Inimeseõpetus

http://inimene.timberg.ee/elukaar_ja_selle_perioodid.html

Liiger, M., Levit, M. (2001) Esmaabi käsiraamat. K-Kirjastus

Jaanisk, M., Koor, M. jt. Õpik-käsiraamat hooldustöötajale (2015). Hoolides ja hoolitsedes. Kirjastus Argo

Koolitajad

Hille Krusberg

Kogu oma teadliku tegevuse olen seostanud psühholoogia ja pedagoogikaga.

Oman pikaajalist kogemust rehabilitatsioonimeeskonnas töötamisega (nõustamine, rehabilitatsiooniplaanide koostamine). Aastast 2000-2012 olen töötanud koolis psühholoogina ja psühholoogia õpetajana. Oman pikaajalist koostöökogemust Eesti Töötukassaga. Olen osalenud tööalaste

motivatsioonikoolituste ja tööklubide läbiviimiseks õppemappide koostamisel klientidele,

Karjääriplaneerimise õppematerjalide väljatöötamine koolidele ja palju muud. Oman

arengupsühholoogiast koolitajana ja töökogemusena täielikult ülevaadet ja praktilisi teadmisi. Samuti

täiskasvanutega koolituskogemus olemas.

Kaja Tamsar

1972 lõpetasin Alatskivi Keskkooli, samal aastal astusin Tartu Meditsiinikooli õppima velskrierialal, mille

lõpetasin 1975.a. cum laude. Töötasin velskripunkti juhatajana 23 aastat. Läbisin mitmeid täiendkoolitusi

ning mulle omistati kõrgema järgu velskri tiitel. Armastasin oma tööd väga, kuid ajad muutusid, velskripunktid kaotati ning otsustasin õppida uue eriala. 1987-1993 õppisin Tartu Ülikoolis logopeederipedagoogiks. 1998. aastast oman vanemõpetaja kutset. Logopeedina oman 7. taset. Aastatel 2012-2017

koolitasin tegevusjuhendajaid mitmetes Eestimaa linnades olles lektoriks ning lõputööde juhendajaks

ligikaudu 100-le õppurile. Olen töötanud igas vanuses erivajadustega inimestega, sealhulgas ka hooldekodus. Olen töötanud ka lasteaias liitpuudega laste rühmas. Käesoleval ajal töötan nii koolis kui ka

lasteaias ning aitan ka täiskasvanuid kõne ja eneseväljendusoskuste arendamisel. Kuulun logopeedide

ühingusse, olen osalenud paljudel koolitustel, sealhulgas Taanis ja Saksamaal. Minu töö on väga huvitav,

vaheldusrikas ja ka vajalik.

Kaja Koger

Olen lõpetanud Tallinna Pedagoogikaülikooli ja oman magistrikraadi sotsiaalteadustes. Oman pikaajalist

töökogemust rehabilitatsioonimeeskonnas töötamisel (sotsiaalne rehabilitatsioon).

Rehabilitatsiooniteenuse klientideks on olnud nii lapsed kui täiskasvanud (kõik sihtrühmad). Olen juhtinud

hoolekandekeskust üle 15 aasta. Kokkupuude erivajadustega laste ja täiskasvanutega on olnud ligi 20

aastat. Eelnevalt olen töötanud pedagoogina üldhariduskoolis aineõpetajana, käesolevalt Järvamaa

Kutseõppekeskuses kutseõpetajana (hooldustöötaja, tegevusjuhendaja, kodumajanduse erialad).

Täiskasvanute koolitamise kogemus aastast 2007. Läbitud koolitus Andragoogika kutseõpetajale.

Olen lõpetanud Tallinna Tervishoiu Kõrgkoolis rakenduskõrgharidusõppes tegevusteraapia eriala.

Leida Daum

Oman rakendusliku kõrgharidusust ja töötan SA Tartu kiirabis ja Valga kiirabis juhtiva õena. Kiirabis olen

töötanud alates 2001.aastast. Eelnevalt olen Töötanud Tõrva haiglas õena. Esmaabi koolitaja olen olnud

kaks aastat, tunnistuse nr. on: 77/1041 v.a. 30.06.2017, koolitusluba 610HTM.

Kaiti Pirs

Olen sündinud Viljandis. Lõpetasin 1994 a. TTÜ tootlustustehnoloogi eriala magistrikraadiga. Alates 1996.

aastast olen töötanud tootlustuseriala kutseõpetajana- alustasin Viljandi Kutsekeskkoolis, seejärel praeguses VIKK-is ja nüüd juba 14 aastat Olustvere Teenindus-ja Maamajanduskoolis. Õpetan nii põhikoolijärgsetele õpilastele kui ka täiskasvanud õppijatele kokaeriala oskusi ja teadmisi, samuti teen ka

erinevaid tootlustuseriala täienduskoolituse kursusi. Olen osalenud ka kahe kokaraamatu kirjutamisel-

"Kodused hoidised", "Tegusa pere hoidised". Olen osalenud ka lektorina lasteaedade kokkade koolitamisel- tervislikud menüüd, toiduvalmistamise võtted, kalorsuse arvutamine. Iseennast täiendan

pidevalt erinevatel tootlustusalastel koolitustel ning kursustel. Meie töös on oluline keskenduda tervislikule, täisväärtuslikule ning naturaalsele toidule ning toiduainetele, et meie õppijad oskaksid

pakkuda oma klientidele sellist toitu, mis on maitsev ning samas ka kasulik.

Ruth Sepp

Lõpetasin Abja Keskkooli 1980 aastal. Samal aastal asusin õppima tootlustuseriala Tallinna Pedagoogilisse

Instituuti koolieelse pedagoogika ja psühholoogia erialale. Lõpetasin õpingud 1985 aastal. Töötasin 7

aastat Pärsti Lasteaed-alkkooli metoodik-vanemkasvatajana. 1992 asusin tööle Karula Koolkodu õppealajuhataja ametikohale. Töötasin Karulas 9 aastat. Vahepeal muutis asutus nimi ja seoses sellega

muutus ka ametinimetus – minust sai laste osakonna juhataja. 2001-st aastast töötan põhikohaga MTÜ

Päevakeskus Vinger juhataja-vanemtegevusjuhendajana. Päevakeskus Vinger pakub igapäevaelu

toetamise ja toetatud elamise teenust psüühilise erivajadustega isikutele. Samal ajal töötasin 5 aastat AS

Viljandi Tervisekeskuse rehabilitatsioonimeeskonnas ja hetkel töövõtulepinguga ka Lahmuse Kooli

rehabilitatsioonimeeskonnas tegevusterapeudina. Seoses erialatööga olen läbinud hulgaliselt koolitusi, sh

Tegevusterapeudi assistendi koolitus, Juhtumikorralduse koolitus, Tegevusterapeudi abivahendikoolitus,

Eripedagoogika kursus, Psüühilise erivajadusega inimeste ja lähedaste toetamine, Sissejuhatus perepsühholoogiasse ja pereteraapiasse, „Koostöö ülesehitamine keerulistes kliendisuhetes“, Sotsiaalne

rehabilitatsioon ja meeskonnatöö. Olen lõpetanud Tallinna Tervishoiu Kõrgkoolis rakenduskõrgharidusõppes tegevusteraapia eriala. Oman töökogemust erivajadustega laste ja täiskasvanutega 26 aastat.