

Hooldustöötaja koolitus Õppekava

1. Õppekava rühm ja õppekava koostamise alused

Õppekava rühm: 0921 Eakate ja puudega täiskasvanute hooldamine.

Koostamise alus: hooldustöötaja 3. taseme kutsestandard.

2. Eesmärk ja õpiväljundid

Eesmärk: koolituse tulemusena on õppijal vajalikud teadmised ja oskused, et toetada ja abistada abivajajat väärrika elu korraldamisel ja võimalikult kõrge elukvaliteedi saavutamisel. Õppija lähtub oma erialases töös hooldustöötaja 3. taseme kutsestandardis kirjeldatud kompetentsidest.

Hooldustöötaja 3. taseme kompetentsid:

B.2.1 Abistamine elamistoimingutes ja hooldustegevuste läbiviimine;

B.2.2 Majapidamistöõde korraldamine;

B.2.3 Esmaabi andmine;

B.2.4 Hooldustöötaja 3. taseme kutset läbivad kompetentsid.

Õpiväljundid. Koolituse läbinud õppija:

1. abistab ja juhendab abivajajat elamistoimingutes, toetades teda väärrika elu korraldamisel ja võimalikult kõrge elukvaliteedi saavutamisel;
2. planeerib ja teeb hooldustegevusi, lähtudes abivajajast kui tervikust, tema seisundist ning hooldusplaanist;
3. seletab hügieenireegleid ja toiduhügieeni põhimõtteid abivajajale ning järgib neid oma töös;
4. toetab abivajajat tervise taastamisel ja hoidmisel, kohaldades talle turvalise keskkonna, juhendades tema seksuaalkäitumist, kontrollides tervisenäitajaid, abistades ravimite manustamisel ja abivahendite kasutamisel ning andes vajadusel esmaabi;
5. teeb ohutustehnikaid järgides majapidamis- ja korrastustöid, kaasates võimalusel abivajajat;
6. hooldab surijat ning toetab ja juhendab lähedasi surija hooldusel;
7. kasutab töös abivajaja (sh dementsussündroomiga inimestega) ja tema lähedastega erinevaid suhtlemisvorme ja -tasandeid, toetades sotsiaalse võrgustiku aktiveerimist;
8. hindab oma kutseoskusi ja arenguvajadusi hooldustöötajana ja järgib oma töös inimõigusi, hoolekande eetilisi põhimõtteid ja valdkonnaga seotud õigusakte.

3. Sihtgrupp ja õpingute alustamise tingimused

Sihtgrupp on hoolekande- ja tervishoiuvaldkonnas hooldustöötajana töötavad või tööd alustavad inimesed.

Veebi- ja kombineeritud õppes osalemiseks on vajalik arvuti, koos veebikaamera ja töötava mikrofoniga ning hea internetiühendus.

4. Õppe maht, õppe ülesehitus, õppekeskkond, õppevahendid

Õppe maht ja ülesehitus: koolituse kogumaht akadeemilistes tundides on 212 tundi, millest 192 tundi on auditoorset tööd (sh 80 tundi juhendatud praktikat töökeskkonnas ja 16 tundi esmaabi väljaõpet) ja 20 tundi iseseisvat tööd.

Õppekeskkond ja -vahendid.

1. Veebipõhine õpe toimub turvalises e-õppekeskkonnas, millele on ligipääs vaid koolitajatel ja õppijatel.
2. Klassiõpe toimub täiskasvanute õppimist toetavates koolitusruumides, mis on seotud õppe ülesehituse ja sisuga.

Koolituste mahtu arvestatakse akadeemilistest tundides, üks akadeemiline tund on 45 minutit.

5. Õppeprotsessi kirjeldus, sh õppe sisu, õppemeetodid ja -materjalid

Õppemeetodid. Koolitusel kasutatakse kogemusõpet ja õppijaid kaasavaid meetodeid: tõhustatud loenguid, juhitud arutelusid, praktilisi individuaalseid harjutusi, paaris- ja grupitöid, juhtumite lahendamist.

Õppematerjalid. Koolitajate koostatud õppematerjalid on kättesaadavad järgmisel kujul.

1. Veebi- ja kombineeritud õppe korral: pilvepõhisel platvormil (e-õppekeskkonnas).
2. Klassiõppe korral: pilvepõhisel platvormil (e-õppekeskkonnas) ning osaliselt paberandjal.

Soovituslik lugemisvara

Sotsiaalkindlustusamet www.ska.ee

Haigekassa www.haigekassa.ee

Terviseamet www.terviseamet.ee

Sotsiaalministeerium www.sm.ee

MTÜ Elu Dementsusega www.eludementsusega.ee

Kohalike omavalitsusete (KOV) veebilehed

Puuetega inimeste koda epikoda.ee

Eesti Sotsiaalastuste Juhtide Nõukoda www.esjn.ee

Eesti Õdede Liit www.ena.ee

Eesti Sotsiaaltöö Assotsiatsioon www.eswa.ee

Kutsestandardid www.kutseregister.ee

Võib lisanduda koolitajate soovitatud lugemisvara.

Õppe ülesehitus ja maht	Õppe sisu
Maht 64 tundi.	1. Hooldustegevuste läbiviimine ja abivajaja abistamine elamistoimingutes
Auditoorne töö 58 tundi.	1.1. Hooldustegevuste planeerimine ja läbiviimine.
Iseseisev töö 6 tundi.	1.2. Toitumise alused ja tervisliku toitumise põhimõtted
Hooldusplaani ja kukkumise lehele hooldustoimingute dokumenteerimine.	toitumisvajadused ja -iseärasused.
	1.3. Juhendamine ja abistamine söömisel ning riietumisel.
	1.4. Toiduhügieeni jälgimine.
	1.5. Hügieeni- ja ilutoimingute juhendamine ning abistamine.
	1.6. Seksuaalkäitumise juhendamine ja toetamine.
	1.7. Hooldustoimingud haiguste ja surma korral, surija lähedaste toetamine.
	1.8. Abivahendi hankimine ja kasutamine vastavalt juhendile.
	1.9. Terviseseisundi jälgimine ja turvalise keskkonna loomine.

	<p>1.10. Ravimiõpetuse alused.</p> <p>1.11. Õe abistamine õendustoimingute sooritamisel.</p> <p>1.12. Turvalise keskkonna korraldamine või kohandamine.</p> <p>1.13. Abivajaja sotsiaalse võrgustiku hindamine. Suhtlemisviisid ja -vormid.</p> <p>1.14. Suhtlemine dementsussündroomiga inimestega.</p>
<p>Maht 11 tundi.</p> <p>Auditoorne töö 8 tundi.</p> <p>Iseseisev töö 3 tundi: võrdlev analüüs kohalike omavalitsuste (KOV) sotsiaaltoetuste ja koduteenuste osutamisest.</p>	<p>2. Majapidamistöõde korraldamine</p> <p>2.1. Majapidamis- ja korrastustööd, abivajaja kaasamine.</p> <p>2.2. Abivajaja majapidamises pisiparanduste korraldamine.</p> <p>2.3. Isikukaitsevahendite kasutamine.</p>
<p>Maht 16 tundi.</p> <p>Auditoorne töö 16 tundi esmaabiandja väljaõpet.</p>	<p>3. Esmaabi andmine</p> <p>3.1. Abivajaja tervisliku seisundi määratlemine, arvestades tema erivajadusi.</p> <p>3.2. Esmaabi andmine. Kliiniline surm, elustamine.</p> <p>3.4. Abi kutsumine.</p>
<p>Maht 41 tundi.</p> <p>Auditoorne töö 30 tundi.</p> <p>Iseseisev töö 11 tundi: Eneseanalüüsi ja CV koostamine, eneseanalüüsi esitlemine kaasõppijatele.</p>	<p>4. Hooldustöötaja kutset läbivad kompetentsid</p> <p>4.1 Digipädevused erialases töös, sobivate info- ja kommunikatsioonitehnoloogia (IKT) vahendite eesmärgipärane kasutamine.</p> <p>4.2. Inimõiguste, kutse-eeetika ja võrdse kohtlemise põhimõtete järgimine.</p> <p>4.3. Valdkonnaga seotud õigusaktid järgimine.</p> <p>4.4. Töötervishoiu ja tööohutuse reeglite järgimine ning ergonoomiliste töövõtete kasutamine.</p> <p>4.5. Suhtlemine eri sihtgruppidega. Konfliktide ennetamine, lahendamine ja ennast kehtestav käitumine. Kolleegide ja abivajajate jõustamine.</p> <p>4.6. Erialase arenguvajaduse mõistmine, reflekteerimine.</p>
<p>Maht 80 tundi.</p> <p>Auditoorne töö 80 tundi.</p> <p>Juhendatud praktika töökeskkonnas koos praktikaaruande koostamise.</p>	<p>5. Juhendatud praktika</p> <p>Juhendatud praktika töökeskkonnas toimub era- või munitsipaalhoolekande asutustes.</p>

6. Hindamine ehk õpingute lõpetamise tingimused	
Hindamismeetodid	Hindamiskriteeriumid
Iseseisvate tööde esitamine.	Õppija on tähtaegselt esitanud iseseisvad tööd, lähtudes juhenditest. 1. Hooldusplaani ja kukkumise lehele hooldustoimingute dokumenteerimine. 2. Võrdlev analüüs kohalike omavalitsuste (KOV) sotsiaaltoetuste ja koduteenuste osutamisest. 3. Eneseanalüüsi ja CV koostamine, eneseanalüüsi esitlemine kaasõppijatele.
Valikvastustega toiduhügieenialaste teadmiste test lahendamine.	Õppija on õigesti vastanud vähemalt 75%-le küsimustest.
Esmaabiandja väljaõppe läbimine.	Õppija on koolituskeskkonnas lahendanud praktilisi ülesandeid ning õigesti vastanud testis vähemalt 80%-le küsimustest.
Praktika aruande esitamine.	Õppija on praktikajuhendi järgi koostanud praktika kirjaliku aruande, selle tähtaegselt esitanud ja esitlenud kaasõppijatele.

7. Väljastatavad dokumendid

Koolituse tunnistus väljastatakse lõpetajale siis, kui ta:

1. on osalenud auditoorses õppes vähemalt 80% ulatuses,
2. sooritanud kõik iseseisvad tööd,
3. läbinud täies mahus esmaabiandja väljaõppe ja juhendatud praktika töökeskkonnas.

Kui õppe lõpetamise tingimused on täitmata, väljastatakse õppetöös osalejale läbitud teemade kohta tõend.

8. Koolitajate kvalifikatsioon

Koolitajad on oma eriala spetsialistid, kellel on kõrg- või eriharidus, töökogemus sotsiaalvaldkonnas ning täiskasvanute koolitamise kogemus. <https://koolitaja.com/koolitajad/>