

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 abivajat väerika 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. planeerib ja teeb hooldustegevusi, lähtudes abivajaja seisundist ning hooldusplaanist;
2. järgib toiduhügieeni põhimõtteid;
3. planeerib ja teeb majapidamistöõde ja korraldab abivajajale turvalise keskkonna;
4. määrab abivajaja tervisliku seisundi, annab abivajajale esmaabi ja vajadusel kutsub abi;
5. kasutab töös abivajaja (sh dementsussündroomiga inimestega) ja tema lähedastega erinevaid suhtlemisvorme ja -tasandeid;
6. järgib oma töös hoolekande eetilisi põhimõtteid ja teab 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 mikrofoni 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 paberkandjal.

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 Sotsiaalasutuste 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 41 tundi.	1. Hooldustegevuste läbiviimine ja abivajaja abistamine elamistoimingutes
Auditoorne töö 41 tundi.	<ol style="list-style-type: none"> 1.1. Hooldustegevuste planeerimine ja läbiviimine, hooldusplaani koostamine. 1.2. Toitumise alused ja tervisliku toitumise põhimõtted toitumisvajadused ja -iseärasused. 1.3. Juhendamine ja abistamine söömisel ning riietumisel. 1.4. Hügieeni- ja ilutoimingute juhendamine ning abistamine. 1.5. Seksuaalkäitumise juhendamine ja toetamine. 1.6. Hooldustoimingud haiguste ja surma korral, surija lähedaste toetamine. 1.7. Abivahendi hankimine ja kasutamine vastavalt juhendile. 1.8. Isikukaitsevahendite kasutamine.

	1.9. Töötervishoiu ja tööohutuse reeglite järgimine ning ergonoomiliste töövõtete kasutamine.
Maht 6 tundi. Auditoorne töö 6 tundi.	2. Toiduhügieeni järgimine 2.1. Toiduhügieeni nõuete järgimine.
Maht 10 tundi. Auditoorne töö 10 tundi.	3. Majapidamistööde korraldamine 3.1. Majapidamis- ja korrastustööd, abivajaja kaasamine. 3.2. Abivajaja majapidamises pisiparanduste korraldamine.
Maht 26 tundi. Auditoorne töö 26 tundi, sh 16 tundi esmaabiandja väljaõpet.	4. Tervise seisundi jälgimine ja esmaabi andmine 4.1. Tervise seisundi jälgimine ja turvalise keskkonna loomine või kohandamine. 4.2. Ravimiõpetuse alused. 4.3. Õe abistamine öendustoimingute sooritamisel. 4.4. Abivajaja tervisliku seisundi määratlemine, arvestades tema erivajadusi. 4.5. Esmaabi andmine. Kliiniline surm, elustamine. 4.6. Abi kutsumine.
Maht 49 tundi. Auditoorne töö 29 tundi. Iseseisev töö 20 tundi: Eneseanalüüsi koostamine 14 tundi ja praktika aruande koostamine 6 tundi	5. Suhtlemine ja õiguslikud alused hoolekandetöös 5.1. Abivajaja sotsiaalse võrgustiku hindamine. Suhtlemisviisid ja -vormid. 5.2. Suhtlemine eri sihtgruppidega. Konfliktide ennetamine, lahendamine ja ennast kehtestav käitumine. 5.3. Suhtlemine dementsussündroomiga inimestega. 5.4. Digipädevused erialases töös, sobivate info- ja kommunikatsioonitehnoloogia (IKT) vahendite eesmärgipärane kasutamine. 5.5. Praktika ja eneseanalüüsi esitlemine. 5.6. Inimõiguste, kutse-eeetika ja võrdse kohtlemise põhimõtete järgimine. 5.7. Valdkonnaga seotud õigusaktide järgimine.
Maht 80 tundi. Auditoorne töö 80 tundi. Juhendatud praktika töökeskkonnas.	6. Juhendatud praktika Juhendatud praktika töökeskkonnas toimub era- või munitsipaalhoolekande asutustes.

6. Hindamine ehk õpingute lõpetamise tingimused	
Hindamismeetodid	Hindamiskriteeriumid
Situatsiooniülesanne	<u>Hooldustegevuste planeerimine ja läbiviimine.</u> 1) Planeerib tegevusi, lähtudes hooldusplaanist, abivajaja seisundist. 2) Sooritab hooldustoiminguid, sh. kasutab ergonoomilisi võtteid, kasutab sobivaid hooldusabivahendeid, suhtleb abivajajaga austavalt ja toetavalt. 3) Kirjeldab hooldustoimingute dokumenteerimist.
Situatsiooniülesanne	<u>Esmaabi andmine ja abi kutsumine</u> Määrab ja kirjeldab abivajaja tervislikku seisundit. Annab esmaabi ja vajadusel kutsub abi.
Test	<u>Esmaabi andmine ja abi kutsumine.</u> Õppija on õigesti vastanud vähemalt 75%-le küsimustest.
Test	<u>Toiduhügieeni järgimine.</u> Õppija on õigesti vastanud vähemalt 75%-le küsimustest.
Vahetest	<u>Seksuaalkäitumise juhendamine. Hooldustegevused surma korral. Terviseseisundi jälgimine, ravimiõpetus.</u> Õppija on õigesti vastanud vähemalt 75%-le küsimustest.
Lõputest	<u>Hooldustegevuste läbiviimine. Majapidamistöõde korraldamine. Suhtlemine ja õiguslikud alused hoolekandetöös.</u> Õppija on õigesti vastanud vähemalt 75%-le küsimustest.
Iseseisev töö	<u>Eneseanalüüs</u> on koostatud vastavalt ESTA vormile. Analüüs on kaasõppijatele esitletud.
Iseseisev töö	<u>Praktika aruanne</u> on praktikajuhendi järgi koostatud. Aruanne on kaasõppijatele esitletud.

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/>