



## TÄISKASVANUTE TÄIENDUSKOOLITUSE ÕPPEKAVA

### 1. Üldandmed

<b>Õppeasutus:</b>	RÄPINA AIANDUSKOOL
<b>Õppekava nimetus:</b>	Abistamine elamistoimingutes ja hooldustegevuste läbiviimine
<b>Õppekavarühm:</b>	Sotsiaaltöö ja nõustamine
<b>Õppekeel:</b>	Eesti keel

### 2. Koolituse sihtrühm ja õpiväljundid

Sihtrühm ja selle kirjeldus ning õppe alustamise nõuded	
<b>Sihtrühm:</b>	Hooldustöötajad, koduhooldajad, omastehooldajad; hooldustöötajana tööd alustajad.
<b>Grupi suurus:</b>	15 osalejat
<b>Koolituse alustamise tingimused:</b>	puuduvad
Õpiväljundid ja õppekava koostamise alus	
<b>Õpiväljundid:</b>	<p>Koolituse läbinu:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>– koostab, uuendab ja jälgib hooldusplaani, teeb hooldustegevusi, lähtudes inimesest kui tervikust ja tema seisundist</li><li>– juhendab ja abistab abivajajat elamis- ja hooldustoimingutes temale arusaadavas keeles lähtudes hooldusplaanist kasutades enda ja teiste ressursse asjakohaselt ning säästlikult</li><li>– abistab õde õendustoimingutes vastavalt hooldusplaanile</li><li>– sooritab vastavalt juhiste erinevaid hooldustoiminguid (nt kehatemperatuuri, pulsi- ja hingamissageduse, vererõhu ja veresuhkru mõõtmine; lamatiste- ja nahahooldust, kergemaid sidumisi jms), arvestades tervisenäitajaid ja kasutades vastavaid vahendeid; dokumenteerib hooldustoimingud</li><li>– kasutab abivajaja ja tema võrgustikuga koostööks sobivaid suhtlemisviise</li></ul>
<b>Õpiväljundite seos kutsestandardi või tasemeõppe õppekavaga:</b>	Hooldustöötaja, tase 4, B.3.1

<b>Õppekava koostamise alus:</b>	<p>OSKA Tulevikuvaade tööjõu- ja oskuste vajadusele: sotsiaaltöö ja ka trendide prognoos näitavad ulatuslikku tööjõuvajadust hoolekandeesutustes ja ka koduhoolduses.</p> <p><b>Juba töötavate hooldustöötajate kvalifikatsiooni tõendamise (või tõstmise) nõue tuleneb jõustunud seadusemuudatusest.</b> Käesolev koolitus on loodud võimaldamaks nii juba töötavatel kui tööle asujatel omandada erialaseid oskusi.</p> <p><a href="https://uuringud.oska.kutsekoda.ee/uuringud/sotsiaalto#ptk-5-5">https://uuringud.oska.kutsekoda.ee/uuringud/sotsiaalto#ptk-5-5</a></p> <p><a href="https://uuringud.oska.kutsekoda.ee/uuringud/oska-uldprognoos#luhikokkuvote">https://uuringud.oska.kutsekoda.ee/uuringud/oska-uldprognoos#luhikokkuvote</a></p>
----------------------------------	---

### 3. Koolituse maht

<b>Koolituse kogumaht ainepunktides</b>	<b>6</b>
<b>Koolituse kogumaht akadeemilistes tundides:</b>	<b>210</b>
Kontaktõppe maht akadeemilistes tundides:	174
sh teoreetilise õppe maht akadeemilistes tundides: (õpe loengu, seminari või muus koolis määratud vormis)	74
sh praktilise õppe maht akadeemilistes tundides: (õpitud teadmiste ja oskuste rakendamine õppekeskkonnas)	100
Koolitaja poolt tagasisidestatava iseseisva töö maht akadeemilistes tundides:	36

### 4. Koolituse sisu ja õppekeskkonna kirjeldus ning lõpetamise nõuded

<b>Õppe sisu ja õppekeskkonna kirjeldus</b>
<p>Kontaktõppe teoreetiline ja praktiline õpe on omavahel tihedalt seotud.</p> <p><b>A: Teoreetiline ja praktiline õpe</b> (74 tundi teooriat + 100 tundi praktilist õpet)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Inimõiguste, abivajaja vajaduste ja soovide tagamine hooldustöös, sotsiaaltöö teenuse kvaliteedi näitajad – 16 ak t</li> <li>– Hooldusplaani tähtsus, koostamine, erinevad digitaalsed võimalused hooldustöös – 16 ak t</li> <li>– Abistamise vajadus ja abistamine elamis- ja hooldustoimingutes – 35 ak t</li> <li>– Ergonoomika ja abivahendid hooldustöös – 16 ak t</li> <li>– Abivajaja vajadustele vastav toitumine, toiduhügieen – 16 ak t</li> <li>– Koduhooldusteenused – 8 ak t</li> <li>– Elulõpuhooldus, suremisega seotud kultuuritraditsioonid multikultuurses maailmas – 16 ak t</li> <li>– Õendustoimingud ja esmaabi hooldustöös, levinumad eakate terviseprobleemid – 35 ak t</li> <li>– Meeskonnatööoskused; suhtlemise tähtsus, suhtlemistõkked, konfliktide lahendamine – 16 ak t</li> </ul> <p><b>B: Iseseisev töö</b> (36 ak t)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Hooldusplaani koostamine vastavalt juhendile</li> <li>– Kutsekoda.ee</li> <li>– Kutseeksami korraga tutvumine, dokumentide läbitöötamine</li> <li>– Tööalane eneseanalüüs</li> </ul>

### Õppekeskkonna kirjeldus

Teoriaõpe toimub kaasaegses koolitusruumis. Praktiline õpe viiakse läbi töökohapõhiselt või üldhooldusteenuse osutaja juures.

### Õppematerjalid ja –vahendid

Õppijale on tagatud koolitaja koostatud õppematerjal, digitaalsete õppematerjalide keskkond ja praktilisteks tegevusteks vajalikud vahendid.

Soovituslik lisamaterjal:

<https://www.youtube.com/watch?v=omSQvzqicgY>

<https://www.eswa.ee/eetika/>

<https://www.eswa.ee/kutse-andmine/hooldustootaja/>

<https://dementsus.ee/>

### Nõuded õppe lõpetamiseks, sh hindamismeetodid ja –kriteeriumid

#### Nõuded lõpetamiseks:

- Osalemine praktilises tegevuses
- Arvestuse edukas läbimine

#### Hindamine:

Hindamine on mitteeristav

Hinnatav õpiväljund	Hindamiskriteeriumid	Hindamismeetodid
1. koostab, uuendab ja jälgib hooldusplaani, teeb hooldustegevusi, lähtudes inimesest kui tervikust ja tema seisundist	<ul style="list-style-type: none"><li>– koostab hooldusplaani, teeb vajalikud hooldustegevused planeeritust lähtuvalt arvestades abivajaja seisundit ning toimetulekut füüsilises, psüühilises ja sotsiaalses keskkonnas</li><li>– kirjeldab hooldustöö väärtusi ja teenuse kvaliteedi tunnuseid kutse-eetikast ja hooldusteenuse eripärast tulenevalt</li><li>– selgitab abivajajate sihtrühmadele suunatud teenuste ja toetuste süsteemi lähtuvalt seadusandlusest</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>– praktiline töö</li><li>– iseseisev töö</li><li>– rühmatöö</li><li>– rollimäng</li><li>– situatsiooniülesanne</li><li>– akadeemiline test</li></ul>
2. juhendab ja abistab abivajajat elamis- ja hooldustoimingutes temale arusaadavas keeles lähtudes hooldusplaanist kasutades enda ja teiste ressursse asjakohaselt ning säästlikult	<ul style="list-style-type: none"><li>– selgitab abivajajale temale arusaadavalt tervisliku toitumise põhimõtteid, arvestades abivajaja toitumisvajadusi ja -iseärasusi</li><li>– kirjeldab tervisekaitse nõudeid</li></ul>	

	<p>lähtuvalt toidu kõlblikkusest ja -hügieenist tagamisel</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– juhendab ja abistab abivajajat toidu hankimisel arvestab tema soove ning hinna ja kvaliteedi suhet</li> <li>– juhendab ja abistab abivajajat söömisel, arvestades tema seisundiga, kultuuriliste ja religioosete erinevustega toitumistavades ning kutse-eetika põhimõtetega</li> <li>– juhendab ja abistab abivajajat riietumisel kasutades selleks sobivaid abivahendeid lähtuvalt abivajaja tervislikust seisundist, erivajadusest, ilmastiku-, toa- ja kehatemperatuurist</li> <li>– juhendab ja abistab abivajajat hügieenitoimingutes, kasutades vastavaid hooldusabivahendeid</li> <li>– selgitab ja demonstreerib ergonoomilisi töövõtteid abivajaja liigutamisel ja liikumise toetamisel</li> <li>– juhendab ja abistab iluteenuste korraldamisel (nt maniküür, pediküür, juuksur) vastavalt abivajaja soovile ja vajadusele</li> <li>– juhendab ja toetab abivajajat tema seksuaalsuse väljendamisel kutse-eetika põhimõtteid järgides</li> <li>– juhendab ja toetab lähedasi surija hooldusel ja hooldab surijat järgides kutse-eetikat</li> <li>– kirjeldab surnu korrastamist arvestades lähedaste soove ja kultuuritraditsioone</li> </ul>	
<p>3. abistab õde õendustoimingutes vastavalt hooldusplaanile</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– sooritab vastavalt juhistele erinevaid toiminguid (nt sidumised jms), arvestades tervisenäitajaid, kasutades vastavaid vahendeid ja ergonoomilisi töövõtteid;</li> </ul>	

	<p>analüüsib saadud tulemusi ja teavitab normist kõrvalekalletest tervishoiutöötajat</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– dokumenteerib teostatud õendustoimingud kokkulepitud vormis</li> <li>– selgitab abivahendi taotlemise protsessi ja demonstreerib vastavalt juhendile abivajaja juhendamist abivahendi kasutamisel</li> </ul>	
<p>4. sooritab vastavalt juhiste erinevaid hooldustoiminguid (nt kehatemperatuuri, pulsi- ja hingamissageduse, vererõhu ja veresuhkru mõõtmine; lamatiste- ja nahahooldust, kergemaid sidumisi jms), arvestades tervisenäitajaid ja kasutades vastavaid vahendeid; dokumenteerib hooldustoimingud</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– sooritab vastavalt juhiste erinevaid hooldustoiminguid (nt kehatemperatuuri, pulsi- ja hingamissageduse, vererõhu ja veresuhkru mõõtmine, lamatiste- ja nahahooldus, jms), arvestades tervisenäitajaid, kasutades vastavaid vahendeid ja ergonoomilisi töövõtteid; analüüsib saadud tulemusi</li> <li>– dokumenteerib teostatud hooldustoimingud kokkulepitud vormis</li> <li>– juhendab, jälgib ja abistab abivajajat ravimite manustamisel, vahendab ettekirjutusi arusaadavalt</li> </ul>	
<p>5. kasutab abivajaja ja tema võrgustikuga koostööks sobivaid suhtlemisviise</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– selgitab kliendi suutlikkust suhelda oma võrgustikuga, planeerib sekkumismeetodi lähtudes kutse-eeskriitika ja klienditeeninduse põhimõtetest</li> <li>– valib sobivad suhtlemisvormid ja keele ning demonstreerib nende kasutamist rollimängus</li> <li>– selgitab võimalike hooldustööga seotud probleemide tekkimist ja lahenduste leidmist läbi olukorda sobivate suhtlemisviiside kasutamise</li> </ul>	
<p>Koolituse edukalt lõpetajale väljastatakse täienduskoolituse tunnistus. Kui nõuded lõpetamiseks jäävad täitmata või õpiväljundid saavutamata, väljastatakse osalejale soovi korral tõend õppes osalemise kohta.</p>		

## 5. Koolitaja andmed (sh kompetentsus)

### Koolitaja kompetentsid

Erialane töökogemus vähemalt 5 aastat viimase 10 aasta sisse; täiskasvanute koolitaja tase 6 kompetentsid.

### Õppekava koostaja (*töökoht, amet ja e-post*)

Maarika Loodus, Ristipalo Pansionaat juhataja

Elina Oeselg, Räpina Aianduskooli koolitusjuht, elina.oeselg@aianduskool.ee