

„Hooldustöötaja, tase 3 lühikoolitus koos esmaabiandja väljaõppe ja toiduhügieeni koolitusega“ õppekava

Täienduskoolitusasutuse nimetus	Koolituskeskus Luwi
Õppekava nimi	Hooldustöötaja, tase 3 lühikoolitus koos esmaabiandja väljaõppe ja toiduhügieeni koolitusega
Õppekavarühm	Eakate ja puudega täiskasvanute hooldamine
Õppe kogumaht	109 akadeemilist tundi, millest 103 tundi auditoorset tööd ja 6 tundi iseseisvat tööd.
Õppekava koostamise alus	• Hooldustöötaja, tase 3 kutsestandard; • Tervise- ja tööministri 22.11.2018. a määrus nr 50 „Töokeskkonnavoliniku, töökeskkonnanõukogu liikme ja esmaabiandja koolituse ja täienduskoolituse kord täienduskoolitusasutuses“ § 3; • Toiduseadus ning Euroopa Parlamendi ja Nõukogu määrus nr. 852/2004 (29.04.2004).
Sihtgrupp	Koolitus on mõeldud osalejale, kes töötab hooldustöötajana hoolekande- või tervishoiuasutuses või on varasemalt töötanud hooldustöötajana vähemalt 4 kuud.
Õppe alustamise tingimused	Täisealine isik, kes töötab hooldustöötajana hoolekande- või tervishoiuasutuses või on varasemalt töötanud hooldustöötajana vähemalt 4 kuud. Koolitusasutus jätab endale õiguse infot vajadusel kontrollida.
Õppe eesmärk	Valmistada ette hooldaja, kes toetaks ja abistaks abivajajat väärika elu korraldamisel ja võimalikult kõrge elukvaliteedi saavutamisele. Koolituse läbinu on saanud vastavalt Sotsiaalhoolekande seadusele nõuetekohase ettevalmistuse, et osutada vahetul hooldustöötaja teenust. Lisaks on võimalik minna taotlema hooldustöötaja, tase 3 kutset.
Õpiväljundid	Koolituse läbinu: • abistab abivajajat elamistoimingute korraldamisel, lähtudes abivajaja seisundist, erivajadusest, taustast ja harjumustest; • viib läbi hooldusega seotud toiminguid, säästes siinjuures ennast ja keskkonda; • järgib kutse-eetikat ja hoolekandetöö õiguslikke aluseid; • hindab abivajaja sotsiaalset võrgustikku ja vajadusel abistab suhtlusvõrgustikuga suhtlemisel; • annab vajadusel esmast abi; • järgib oma töös toiduhügieeni nõudeid.
Õppesisu	Koolitusel läbitakse järgmised teemad: • Hoolduse alused, sh valdkonnaga seotud õigusaktid, konfidentsiaalsus, andmekaitse

	• Hügieeni- ja ilutoimingud, sh hooldus- ja isikukaitsevahendid • Abivajaja toetamine seksuaalsuse väljendamisel • Anatoomia, füsioloogia, patoloogia • Töö erivajadustega inimestega • Ergonoomika (6 ak tundi) • Töö eakatega • Arengupsühholoogia • Suhtlemine (sh dementsusega inimesega) ja suhtlusvõrgustik • Hooldustöötaja kutse-eetika ja kutse taotlemine • Hooldustegevused, sh tegevused lähtuvalt hooldusplaanist • Majapidamistööde korraldamine • Ravimite manustamine ja tervisliku seisundi jälgimine • Suri ja hooldus, surnu korrastamine • Abivajaja toetamine ja aktiveerimine • Toitumisõpetuse alused • Toiduhügieen (6 ak tundi) • Töötervishoid • Esmaabiandja väljaõpe (16 ak tundi) • Digipädevuste algkoolitus • Lõputöö seminar • Iseseisev töö (6 ak tundi)
Õppe keel	Eesti keel (kui ei ole märgitud teisiti)
Õppemeetodid	Loeng, seminar, grupid, praktilised harjutused, iseseisev töö
Iseseisev töö	Situatsioonülesande lahendamine
Õppematerjalide loend	Koolitajate poolt koostatud õppematerjalid. Hooldustöötaja, tase 3 kutsestandard https://www.kutseregister.ee/ctrl/et/Standardid/vaata/11329279 Eesti Sotsiaaltöö Assotsiatsioon. Hooldustöötaja kutse andmine https://www.eswa.ee/kutse-andmine/hooldustootaja/ Soovituslik kirjandus: • Nienstedt, W., Hänninen, O., Arstila, A., Björkqvist, S.-E. (2009). Inimese füsioloogia ja anatoomia. Tallinn: AS Medicina • Liiger, M., Levit, M. (2001) Esmaabi käsiraamat. K-Kirjastus • Arras, J., Jaanisk, M., Laidvere, M., Lõhmus, A., Läänelaid, S., Pael, J., Simm-Pärle, P., Treial, M., Vahtramäe, A., Varik, M. "Hoolides ja hoolitsedes" e-õpik (2023). https://hoolidesjahoolitsedes.ee • „Hooliva hooldaja käsiraamat“, Tervise Arengu Instituut, 2009; https://tai.ee/et/valjaanded/hooliva-hooldaja-kasiraamat
Nõuded õpingute lõpetamiseks, sh	Nõuded õpingute lõpetamiseks:

hindamismeetodid ja hindamiskriteeriumid	Õpilane on osalenud vähemalt 80% auditoorsetest tundidest, läbinud ergonoomika, toiduhügieeni ja esmaabiandja väljaõppe täies mahus ning sooritanud hindamise positiivsele tulemusele. Hindamismeetodid: 1. Situatsioonülesanne Hindamiskriteerium: - Koostab ja esitab situatsioonülesande kirjaliku lahenduse, mis tugineb hooldustöötaja, tase 3 kohustulikel kompetentsidel ja üldoskustel. - Vormistab situatsioonülesande lahenduse koolitaja poolt ette antud vormile ja juhiste. 2. Praktilised ülesanded Hindamiskriteerium: Positiivseks soorituseks on vaja koolitaja poolt etteantud juhiste põhjal lahendada praktilised situatsioonid. 3. Toiduhügieeni test Hindamiskriteerium: Positiivseks soorituseks on vaja vähemalt 70% õigeid vastuseid.
Koolituse läbimisel väljastatav dokument (tunnistus või tõend)	Tunnistus, kui õpingute lõpetamise nõuded on täidetud (õpiväljundid on omandatud). Tõend juhtudel, kui õpiväljundid jäid omandamata, kuid õppija võttis osa õppetööst või kui õppija osales õppetööl osaliselt. Tõend väljastatakse vastavalt osaletud kontaktundide arvule.
Koolitaja kompetentsust tagava kvalifikatsiooni või õpi- ja töökogemuse kirjeldus	Kõrgharidus ja/või töökogemus õpetatavas valdkonnas. Koolitaja(te) kompetentsust tagava kvalifikatsiooni, õpi- ja töökogemuse kirjeldus on toodud asutuse veebilehel konkreetse koolituse toimumise juures. Esmaabikoolitajad omavad esmaabiõpetaja tunnistust ning on registreeritud tervishoiutöötajate registris.
Õppekeskkonna kirjeldus ja kvaliteedi tagamise alused	http://luwi.ee/oppekorraldus_ja_kvaliteedi_tagamine/
Õppekava kinnitamise aeg:	17.04.2019 Viimati uuendatud: 13.01.2026

Õppekava ja selle sisu, sh koolituse materjalid, on kaitstud autoriõigusega ning nende kopeerimine ja kasutamine kolmandate isikute poolt ei ole lubatud.