

Miks tulla toitumisnõustaja õppesse just Terviskooli?

Erineme teistest sama õpet pakkuvatest koolidest selle poolest, et õpe Tervisekoolis keskendub tervise edendamisele ja tarbitava toidu funktsionaalsusele – toit peaks meie kehalisi protsesse positiivselt mõjutama. Oleme välja töötanud oma lähenemise toitumisnõustamisele ning sellest lähtudes ka toitumisnõustajate koolitamisele. Koolitusel keskendume eeskätt praktikale ning õppeainete omavahelisele sidumisele, järgnev toetub eelnevale ning teooria seotakse praktiliste kogemustega.

Toitumisnõustajate koolitamisel on meil Eestis kõige pikaajalisem kogemus, ainukese koolina valmistame ette ka funktsionaalse toitumise terapeute. Tervisekoolis antakse toitumisnõustajatele lisaks kutsestandardis nõutavale tasemele lisateadmisi, pakutakse erineval tasemel jätkukoolitusi ning koostatakse pidevalt toitumisnõustajate tööks vajalikke alus- ja tugimaterjale, pakutakse nii õppuritele kui juba töötavatele toitumisnõustajatele supervisiooni, koolitades välja superviisoreid (mentoreid).

Õppekava väljatöötaja ja üks peamistest koolitajatest Annely Soots on arsti, psühholoogi ja sotsiaaltöö haridusega toitumisterapeut (lõpetanud õppe 2009), kellel on pikaajaline kogemus nõustamise aluste ning suhtlemiskoolituste õpetajana ning nii tervete kui terviseprobleemidega klientide nõustajana.

Tervisekoolis koolitatakse toitumisnõustajaid EV Haridusministeeriumi litsentsi alusel alates aastast 2007. Õppekava on sisuliselt sama ka praegu, kuid seda on toitumisnõustajate tööle esitatavate nõuete ja vajaduste muutudes pidevalt täiendatud. Õpetajateks on toitumisnõustaja või toitumisteraapia alase väljaõppe ning pikaajalise praktikaga oma eriala edendajad Eestis, kes saavad regulaarset erialast täiendkoolitust. Uued tõendus põhised teadmised leiavad kiiresti koha ka kooli õppekavades ja õppematerjalides. Meie peamiseks konsultandiks ja retsensendiks on biokeemik- toitumisteadlane Tiiu Vihalemm, teeme koostööd ka teiste teadlastega nii Eestis kui välismaal. 2011. aastal algatasime Eestis toitumisnõustaja kutsestandardi koostamise, kool osales standardi väljatöötamisel ning pärast selle valmimist 2013. aastal on ka meie toitumisnõustajate õppekava viidud kutsestandardiga kooskõlla. Tervisekoolis aga antakse lisaks toitumisnõustaja kutsestandardis nõutavale tasemele täiendavaid erialaseid teadmisi ning pakutakse kõrgematel tasemetel jätkukoolitusi. Aastast 2011 annab Tervisekool välja ajakirja Toitumisteraapia, mille sisu on suunatud eeskätt kooli õppuritele ja toitumisspetsialistidele, kuid on kättesaadav ka kõikidele teistele huvilistele üleriigilises ajakirjanduslevis.

Juba 2008. aastast oleme koolis õpetanud põhimõtete ja teadmiste alusel, mis kajastuvad 2012. aastal avaldatud uutes Põhjamaade Toitumissoovitustes (PTS) ja lähtume ka Eesti riiklikest toitumisjuhistest. Põhjamaade toitumissoovitused on koostatud suure teadlaste meeskonna poolt kaasaegse teadusinfo ja usaldusväärsete andmete baasil (selle eestikeelse teksti leiab www.tervisekool.ee rubriigist "lugemist").

Tervisekool on koostanud 2016. aastal koostöös tegutsevate toitumisnõustajatega toitumisnõustajate ja tervisenõustajate toitumise alal töökirjeldused ning määratlenud pädevuse piirid ja koostööpunktid teiste erialade esindajatega. Õppetöö baseerub ka sellel uuel, 2017. aasta alguses koostatud dokumendil.

Tervisekool pakub õpilasele rohkesti õppe-, ning lugemismaterjale ja juhendeid, mis on koostatud spetsiaalselt toitumishõustaja töö vajadustest lähtudes.

Loe [siit](#), kes on erinevad toitumisspetsialistid – toitumishõustaja, nutritsionist, dietoog, kliinilise toitumise spetsialist ja toitumisterapeut, ning missugune on toitumishõustaja koht selles süsteemis.