



UUS
UUENDUSLIK

Magistriõpe

Kogukonnatöö vananevas ühiskonnas

📅 ÕPPE KESTUS
2 aastat

👥 ÕPPEKOHTADE ARV
20

🕒 ÕPPEVORM
Sessioonõpe

€ MAKSUMUS SEMESTRIS
Tasuta

📖 ANTAV KRAAD
Sotsiaalteaduse
magister



Ühiskond vananeb – kuidas muutustele vastata?

Senine strateegia on olnud probleemipõhine – reageerimisvalmidus probleemidele

Lisame juurde ressursipõhise lähenemise – võimaluste kasutamine
(asset-based community development – **ABCD**)



Ühiskond vananeb – kuidas muutustele vastata?

Senine taktika – kodus elamise teenused (ageing in place)

Lisame kodus elamisele kogukonda kuulumise (ageing in community)



Vanusestereotüübid juhivad meid – kuidas neid vähendada?

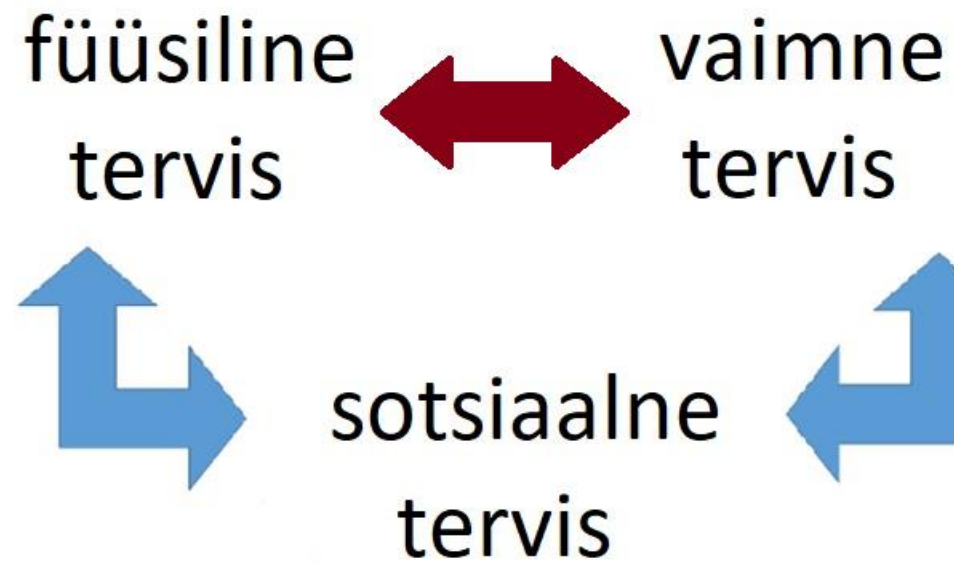
Senine taktika – stereotüüpidega kohanemine

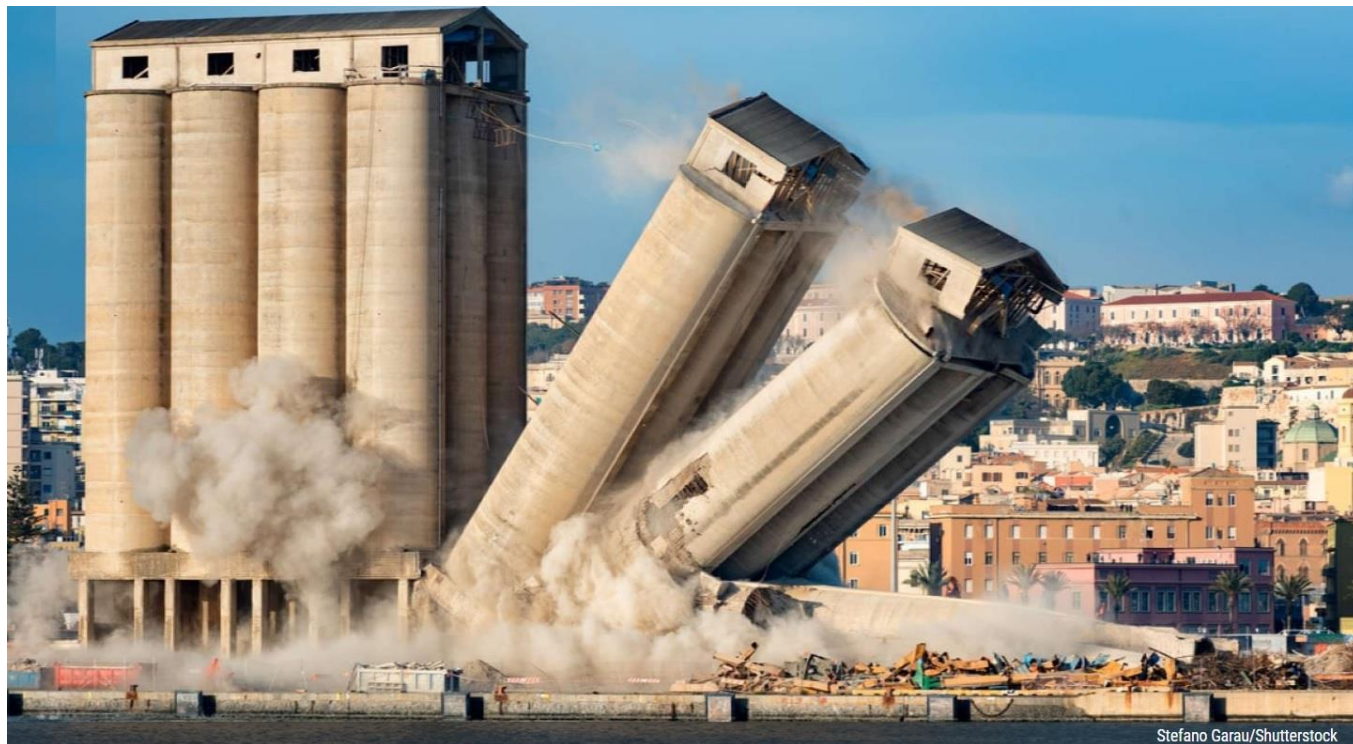
Õige taktika – **põlvkondade vaheline koostöö**



TALLINNA ÜLIKOOL

Haapsalu kolledž





Tervena vananemine

Easõbralik keskkond

Kaasamine, võrgustikutöö

Põlvkondadevaheline koostöö

Eesmärk

Laiapõhjalised teoreetilised teadmised
tervena vananemise ja **easõbraliku keskkonna** tõenduspõhiseks arendamiseks kogukonnas
professionaalsed oskused
vanemaealiste eetilise **kaasamise** korraldamiseks.
Luu eeldused õpingute jätkamiseks doktoriõppes.

120 EAP

Võimalikud töökohad ja teenused:

Kogukonnatöö spetsialistid ja koordinaatorid vallas
(sh vabatahtlike seltsiliste, digimentorite, täiskasvanud õppijate koordinaatorid);
Pensioninõustajad

Kvalifikatsiooni laiendamine: sotsiaaltöötajad, raamatukogu töötajad seenioritöö
spetsiifikaga, õpetajad põlvkondade vahelise koostöö korraldamise oskustega, (kodu)õed

Põlvkondi lõimiv kogukonnatöö

Vananemise kultuur ja filosoofia	6
Vanuselise diskrimineerimise vähendamine	4
Poliitikakujundus ja koosloome kohalikul tasandil	6
Uurimisseminar	6
Põlvkondadevaheline koostöö kogukonnas ja organisatsioonis I	6
Põlvkondadevaheline koostöö kogukonnas ja organisatsioonis II	4

Tervis ja vananemine

Vananemise kognitiivsed ja füsioloogilised muutused	4
Vaimne tervis ja ennetustöö korraldamine	4
Liikumis- ja tegevusvõime säilitamine ning toitumine vanemas eas	9
Tervisekeskkonna kujundamine kogukonnas ja töökohal	4
Lahenduskesksed põhimõtted enesejuhtimises ja nõustamises	3

Üleülikoolilised, praktika, uurimistöö

ELU - erialasid lõimiv uuendus	6
Valdkondlik võõrkeel	6
Praktika	6
Vabaained	6
Lõputöö	24

Valikained

Tooted ja teenused tervise heaks I	4
Tooted ja teenused tervise heaks II	6
Digivahendite kasutamine õppimisel ja kaasamisel	4
Kogukonna digimentorid	4
Universaalne disain	4
Organisatsiooni juhtimise alused	4
Välispraktika	9
Teenused vananevale ühiskonnale	4
Sotsiaalne innovatsioon ja vastutustundlik valitsemine	6

Mooduli täitmiseks tuleb valida 16 EAP mahus aineid.

Õppejõud

Tiina Tambaum, PhD: õppekava kuraator, Põlvkondadevaheline koostöö kogukonnas ja organisatsioonis I ja II, Vanuselise diskrimineerimise vähendamine, Valikaine: Kogukonna digimentorid

Tiiu Männiste, PhD: Vananemise kultuur ja filosoofia, Uurimisseminar

Eha Paas, MA: Põlvkondadevaheline koostöö kogukonnas ja organisatsioonis, Praktika

Olga Lupanova, MA: Uurimisseminar

Mikk Lõhmus, PhD: Poliitikakujundus ja koosloome kohalikul tasandil

Saima Kuu, PhD: Vananemise kognitiivsed ja füsioloogilised muutused

Merike Sisask, PhD ja Stella Täht: Vaimne tervis ja ennetustöö korraldamine

Tagli Pitsi, PhD ja Annelii Jürgenson: Liikumis- ja tegevusvõime säilitamine ning toitumine vanemas eas

Piret Väljaots, MA: Tervisekeskkonna kujundamine kogukonnas ja töökohal

Eha Rüütel, PhD: Lahenduskesksed põhimõtted enesejuhtimises ja nõustamises

Tiina Alasoo, MA Digivahendite kasutamine õppimisel ja kaasamisel

Su-I Hou, PhD, University of Central Florida, Valikaine Ageing services

Thomas Bryer, PhD University of Central Florida, Valikaine Välispraktika

Tsükliõpe

Igal teisel nädalal kontaktõpe Haapsalus N, R, L
Sellel aasta algab õppetöö N 29. augustil
Päeva algus kell 10.15 (jõuab ka Hiiumaalt)

Koostöö: University of Central Florida
Kobe University

Toronto eestlaste kogukond / Toronto ülikool
Läänemaa koostööpartnerid
üliõpilase tööandja või kogukond

On oluline olla juba õpingute ajal Eesti ühiskonnas nähtav

Sisseastumine

Avalik konkurss üks kord aastas. Eeldus: bakalaureusekraad, rakenduskõrghariduse diplom või nendele vastav kvalifikatsioon. Kandideerimiseks tuleb esitada dokumendid ja läbida vestlus. Vastuvõtulävend on 70 punkti (max 100).

Dokumendid (40 p) dokumentide vastuvõtt algas 1.mail ja kestab 1. juulini 2024

CV (kuni kaks lehekülge). Ülevaade õpi- ja töökogemusest. Uurimistöö ja/või valdkonnaga seotud projekti kirjeldus, kui on.

Motivatsioonikiri (kuni kaks lehekülge)

Miks Te tahate õppima tulla?

Millist probleemi tahaksite praegu valdkonnas uurida ja lahendada? (sh millistele faktidele probleemi kirjeldamisel toetute)

Kuidas plaanite teadmisi ja oskusi pärast lõpetamist kasutada?

Kriteeriumid:

Seostab oma õppimise vajadust õppekava eesmärkidega 10p

Sõnastab ja kirjeldab probleemi 10p

Viitab tõenduspõhiste allikatele 10p

Omab selget huvi valdkonna vastu, isiklikku vastutust ja initsiatiivi oma erialase karjääri loomisel 10p

Vestlus (50 p) 4. juulil 2024 Haapsalus

Saame tuttavaks

Vestleme ühel etteantud valdkondliku juhtumi teemal.

Suuline kokkuvõtte erialasest inglisekeelsest lühikesest tekstist (A2)

Kriteeriumid:

huvi valdkonna vastu 15 p

analüüsi- ja arutlemisoskus 15 p

õppekava interdistsiplinaarsuse mõistmine 15 p

inglise keele tase piisav 15 p



Üliõpilaselu

 TALLINNA ÜLIKOO
Haapsalu kolledž

KOLLEDŽIST / SISSEASTUMINE / ÕPINGUD / TEADUS / PARTNERLUS / KOOLITUS / MEEDIAÄRAV / KONTAKTID

MAJUTUS → HAAPSALU KOLLEDŽ

- Õppeinfo
- Dokumendid ja juhendid
- Majutusvõimalused
- Tüüpplaan
- ELU (Eriaktsid lõimiv-
muutlus)

Majutusvõimalused

2022/2023 õa majutusvõimalused üliõpilastele Haapsalus.

Õpilaskodu, Kuuse 1 Haapsalu	✓
Haapsalu Spordikolde Hostel (asub kolledžist 200 m kaugusel)	✓
Pioneer Villa	✓



Üliõpilaste artiklid riiklikus meedias



Üliõpilaste artiklid riiklikus meedias

Meresmaa, Erle & Mullenok, Krista (2024). Õppimine kui jätkusuutlikkuse võti tulevikku. **Viimsi valla leht**.

<https://www.viimsivald.ee/sites/default/files/inline-files/Viimsi%20Teataja%2026.01.2024.pdf>

Meltsa, Merilin & Zinovjev, Anu (2024). Põlvkondade vaheline koostöö õppiva ühiskonna tugevdajana. **60+**

<https://60pluss.postimees.ee/7930629/vaade-polvkondadevaheline-koostoo-on-oppiva-uhiskonna-tugevus>

Merits, Kuido (2024). Võõras keskkonnas minapilt variseb. **Sirp**

<https://www.sirp.ee/s1-artiklid/c9-sotsiaalia/vooras-keskkonnas-minapilt-variseb/>

Mitt, Triin & Lüüs, Daire (2023). Õppimine on eriti vajalik eakamatele. See on vaimse tervise tugisammas.

Postimees <https://www.postimees.ee/7944721/daire-luus-ja-triin-mitt-oppimine-on-eriti-vajalik-eakamatele-see-on-vaimse-tervise-tugisammas>

Lillepärg, Triinu & Känd, Mariliis (2024). Põlvkondadevaheline õpe kui kogukonna kultuuriväärtuste edasikandja.

60+ <https://60pluss.postimees.ee/7951698/vaade-kogukondlikud-kultuuriuritused-liidavad-erinevaid-polvkondi>

Järv, Anne & Armipaik-Nukki Annika (2024). Vanemaealised ühiskonnas nähtavamaks. **Õpetajate Leht**

<https://opleht.ee/2024/02/vanemaealised-uhiskonnas-nahtavamaks>

Kalle-Vainola, Sigrid & Zavolner, Jekaterina Gerotehnoloogia kui abivahen kognitiivse häirega inimeste heaolu tõstmisel. Elu Dementsusega.

Lumi, Pille & Mägi, Maret (2024). Dementsus nõuab sallimist.



Triinu Lillepärg

15.03.2024

Täna toimus Kuressaare Päevakeskuses **kogukonda ühendav kunstiprojekt noortele osalejatele Kuressaare Kunstikoolist ja vanemaealistele kunstiharrastajatele**. Projekti eesmärgiks oli ühendada kunstihuvilisi noori ja vanemaealisi ning anda võimalus teineteiselt õppida ja inspiratsiooni saada.

Osalejate hinnangul õnnestus omavaheline koostöö oodatust paremini ja valmisid imelised maalid, mida saab Kuressaare Päevakeskuse näitusel uudistada alates 11.aprillist. Projekti idee sündis Tallinna ülikooli Haapsalu kolledži magistriõppe Kogukonnatöö vananevas ühiskonnas õppetöö raames.

Vanad ja noored said kokku ühisgümnaasiumis

Kuigi esmapilgul pole Haapsalu noorimal ja vanimal põlvkonnal midagi ühist, pole see siiski tõsi. Nii leiti põlvkondade kohtumisel Läänemaa ühisgümnaasiumis.

Anne Järv

15. veebruar 2024

Ühine raamatuklubi.

"Rehepapp".

Juhitud vestlus. Viktoriin.

Õpilane näitas kooliruumi

Üritus oli lastel tunniplaanis.

„Kooli jaoks oli see suur sündmus. Väga palju positiivseid emotsioone.“



Läänemaa ühisgümnaasiumi 10. klassi õpilased ja Haapsalu sotsiaalmajas koos käiv kirjandusklubi arutlesid koos Andrus Kivirähki „Rehepapi“ üle. Foto: Anne Järv

Lääne Elu 2.03.2024

Oru Arhiivis kõlas kogukonna luule

6. aprill 2024 08:02



Oru Arhiivi esimesest luuleõhtust osavõtjad. Foto erakogu

3. aprilli õhtul see Oru kultuurisaali verivärskes Arhiivis teoks saigi – luuleõhtu, kus oma loodud luuletusi ja teksti esitasid 12 inimest vanuses 11–81 eluaastat. Oma luulet olid lugema tulnud Tõru ja Kriim Kannimäe, Kaja Puusepp, Heili Lukas, Karl Peetris, Helja Heldema, Mirell Leier, Maariel Pahk, Elle Ljubomirov, Viivika Orula, Fredi Jõemaa ja Sigrid Kalle-Vainola. Nende esitatud loomingust vanimad luuletused olid mitmekümne aasta tagused, värskeimad aga sündisid kohapeal.

Kui ühes seltskonnas istuvad ringis koos ratastoolis rahvarõivastesse riietatud vanadaam, noored särasilmsed tüdrukutirtsud, esmapilgul süngeid mõtteid hauduvad teismelised noormehed ja eri elualadel tegutsevad keskealised, siis mis võiks need üksteisele võõrad ja esmapilgul nii erinevad inimesed kokku kõita?

Sel korral oli selleks luule, mis Pegasusel kombel ringi kappama asus ja eri esitused üheks tervikuks sidus. Igale luuletusele leidis paariline, mis teemaga kokku sobitus või edasi läks.

Kõlas väga mitmesugune eesti keel – nii aegadetagune kui ka praegune, pikituna uudissõnadega. Lahti sai harutatud luuletustesse põimitud ajaloo-sündmusi ja tundmatuid sõnu, mis kõrvu kõlama jäid.

Õhtul lõpus lahku minnes jäi kõlama mõte, et uued luuletused tahavad sündida ja palju on neidki, mis kõlada ei jõudnud. Eks tuleb seda kohtumist korrata.

Õpiampsud teemal vanuseline diskrimineerimine ja vanusestereotüübid

Ühine ülesanne ainetes

Vanuselise diskrimineerimise vähendamine

Digivahendite kasutamine õppimisel ja kaasamisel

Password: KVV1

Meltsa, M. & Zinovjev, A. (2024, January). A learning bite: **Reaction or action**. [Video]. Vimeo. <https://vimeo.com/902681782>

Mulenok, K. & Meresmaa, E. (2024, January). A learning bite: **Patronizing**. [Video]. Vimeo. <https://vimeo.com/903582146>

Lüüs, D. & Kalle-Vainola, S. (2024, January). A learning bite: **Just a joke?** [Video]. Vimeo. <https://vimeo.com/903758373>

Känd, M. & Zavolner, J. (2024, January). A learning bite: **Ageism in Healthcare**. [Video]. Vimeo. <https://vimeo.com/904985282>

Lumi, P. & Mägi, M. (2024, January). A learning bite: **Being a 70-year-old**. [Video]. Vimeo. <https://vimeo.com/904978848>

Lees, K. & Jõesoo, T. (2024, January). A learning bite: **Seniors – stereotypes and age discrimination**. [Video]. Vimeo. <https://vimeo.com/904979693>

Merits, K (2024, January). A learning bite: **Possible self-discrimination**. [Video]. Vimeo. <https://vimeo.com/906014946>

Armipaik-Nukki, A., Järv, A., & Lillepärg, T. (2024, January). A learning bite: **Ageism and how to reduce it**. [Video]. Vimeo. <https://vimeo.com/902482386>

Mitt, T. (2024, January). A learning bite: Education - Feasible approach to support ageing in communities. [Video]. Vimeo. <https://vimeo.com/904983469>

Esseed enesediskrimineerimisest

Mitt, Triin (2023). Enesediskrimineerimine. Essee. Tallinna Ülikool, Haapsalu kolledž.
<https://65b.weebly.com/seinaleht-nr-17.html>

Kalle-Vainola, Sigrid (2023). Vanemaealiste enesediskrimineerimine. Essee. Tallinna Ülikool, Haapsalu kolledž. <https://65b.weebly.com/seinaleht-nr-17.html>

Merits, Kuido (2023). Vanemaealiste enesediskrimineerimine. Essee. Tallinna Ülikool, Haapsalu kolledž. <https://65b.weebly.com/seinaleht-nr-17.html>

Lüüs, Daire (2023). Enesediskrimineerimine. Essee. Tallinna Ülikool, Haapsalu kolledž. <https://65b.weebly.com/seinaleht-nr-17.html>

ELU projektid



Autojuhtimisoskuste toetamise mudel kogukondadele

Üliõpilased loovad, testivad ja kirjeldavad kogukondadele töövahendi (mudeli), kuidas juhilubadega kogukonnaliikmete abil hoida kohalike (vanemate) inimeste autojuhtimisoskused muutuvates liiklusosludes või juhi vähenenud enesekindluse korral pidevalt ajakohased.



JUHENDAJA(D)

Tiina Tambaum



KEEL

Eesti



TOIMUMISE AEG

Kevad 2023/2024



TÄITUVUS

18 / 24



Tervisemuuseumi tegeluseksponaadid „Easõbralik ruum“

Projektis luuakse Eesti Tervisemuuseumile üksikasjalikud kirjeldused kahele interaktiivsele digitaalsele mängule – “Easõbralik avalik ruum” ja “Easõbralik kodune ruum” – mille alusel Tervisemuuseum laseb hiljem programmeerida interaktiivsed tegelusvahendid oma vananemisele pühendatud aastanäituse jaoks.



JUHENDAJA(D)

Tiina Tambaum ,



KEEL

Eesti



TOIMUMISE AEG

Kevad 2023/2024



TÄITUVUS

12 / 12



Kogukonnatöö vananevas ühiskonnas

Tulge, paneme Eestis aluse uuele valdkonnale!