

FOCUS ESTONIA KOOLITUSKESKUS

TÄIENDUSKOOLITUSE ÕPPEKAVA

OSTEOPAATIA BAASÕPE

Professionaalne kolmeaastane osteopaatia õppeprogramm

Õppe kestus	3 aastat
Õppe kogumaht	600 akadeemilist tundi
Õppetöö algus	17.08.2026
Õppevorm	Kontaktõpe / sessioonõpe
Õppekeel	Vene keel, professionaalne tõlge eesti keelde
Toimumiskoht	Focus Estonia Koolituskeskus, Kadaka tee 42B, Tallinn
Ühe õppeaasta hind	3500,00 €
Registreerimise ettemaks	200,00 €

3 AASTAT • 600 AK TUNDI • 3 TASET • EKSAM • LÕPUTÖÖ

Focus Estonia OÜ / Focus Estonia Koolituskeskus

1. Õppekava nimetus

Osteopaatia baasõpe - professionaalne kolmeaastane osteopaatia õppeprogramm

2. Õppekavarühm

Teraapia ja taastusravi täiendavad praktikad / massaaž ja kehateraapia.

3. Koolituse liik

Pikaajaline erialane täienduskoolitus.

4. Õppe kestus

3 aastat. Õppetöö algab 17.08.2026. Õpe toimub sessioonõppena. Iga õppeaasta sisaldab üldjuhul kuut kolmepäevast õppesessiooni. Õppepäevad toimuvad üldjuhul kell 10:00-17:00.

5. Õppe kogumaht

600 akadeemilist tundi, sealhulgas 450 akadeemilist tundi teoreetilist ja praktilist õpet ning 150 akadeemilist tundi lõputöö ettevalmistamist ja koostamist. Õppesessioonide vahel toimub iseseisev praktiline töö ja õppematerjalide kinnistamine.

6. Õppeprogrammi eesmärk

Kolmeaastase õppeprogrammi eesmärk on anda õppijale süsteemsed teadmised osteopaatilise lähenemise põhimõtetest, inimese funktsionaalsest anatoomiast, füsioloogiast ja biomehaanikast ning arendada oskusi organismi erinevate struktuuride ja funktsionaalsete süsteemide omavaheliste seoste hindamiseks.

Programmi käigus õpitakse kasutama erinevaid osteopaatilisi ja manuaalseid lähenemisi, sealhulgas strukturealseid, kraniosakraalseid, vistseraalseid, müofastsiaalseid ja teisi programmis käsitletavaid tehnikaid.

Õpe arendab palpatsioonioskust, käelist tundlikkust, funktsionaalset hindamist, kliendikeskset mõtlemist, ohutut manuaalset tööd ning oskust koostada kliendi individuaalsest seisundist lähtuv tööplaan oma professionaalse pädevuse piires.

7. Osteopaatilise lähenemise põhimõtted

Õppeprogrammis käsitletakse organismi tervikliku funktsionaalse süsteemina. Osteopaatilist hindamist õpetatakse funktsionaalse manuaalse hindamise süsteemina, mitte meditsiinilise diagnoosi püstitamisena.

- lihaste ja fastsiate funktsioon;
- liigete liikuvus ja lülisamba biomehaanika;
- kehahoiak ja hingamismehaanika;
- kraniosakraalse süsteemi kontseptsioonid;
- siseorganite ja ümbritsevate kudede liikuvus;
- perifeerse närvisüsteemi funktsionaalsed seosed;
- müofastsiaalsed ahelad;
- keha erinevate piirkondade omavahelised funktsionaalsed seosed.

8. Õpiväljundid

- tunneb osteopaatia ajalugu ja põhiprintsiipe ning inimese funktsionaalse anatoomia, füsioloogia ja biomehaanika põhialuseid;
- oskab koguda kliendilt tööks vajalikku anamnestilist informatsiooni oma pädevuse piires;
- oskab läbi viia struktureeritud funktsionaalset vaatlust, kehahoiaku ja keha üldise biomehaanika hindamist;
- valdab palpatsiooni põhialuseid ning oskab hinnata pehmete kudede pinget ja liigete funktsionaalset liikuvust;
- tunneb strukturealse osteopaatia põhimõtteid ja oskab rakendada koolitusel õpetatud pehmeid strukturealseid tehnikaid;
- tunneb kraniosakraalse käsitlemise põhimõtteid ja oskab rakendada koolitusel õpetatud kraniosakraalseid tehnikaid;
- tunneb vistseraalse osteopaatia põhimõtteid ning oskab hinnata rindkere ja kõhupiirkonna kudede liikuvust oma pädevuse piires;
- tunneb müofastsiaalsete ahelate ja posturoloogia aluseid;
- tunneb perifeerse närvisüsteemi funktsionaalset anatoomiat, biobalansi põhimõtteid ning BLT-tehnikaid;
- oskab kombineerida erinevaid osteopaatilisi töövõtteid ning valida kliendi seisundile ja oma pädevusele sobiva tööstrateegia;
- tunneb manuaalsete tehnikate näidustusi, vastunäidustusi ja ohumärke ning oskab vajadusel soovitada tervishoiuspetsialisti poole pöördumist;

- järgib professionaalse suhtlemise, hügieeni, ohutuse ja eetika põhimõtteid;
- oskab dokumenteerida tööprotsessi, analüüsida praktilist juhtumit ja koostada funktsionaalse tööplaani;
- oskab integreerida erinevatel õppeaastatel omandatud teadmisi ning koostada ja kaitsta lõputöö;
- tunneb oma professionaalse pädevuse ja tegevusõiguse piire.

9. Sihtgrupp

Programm on mõeldud täiskasvanutele, kes soovivad süsteemselt õppida osteopaatilist lähenemist ja manuaalseid tehnikaid. Eelkõige sobib see massööridele, füsioterapeutidele, taastusravispetsialistidele, tervishoiutöötajatele, kehateraapia praktiseerijatele ja teistele manuaalsete tehnikatega töötavatele spetsialistidele.

10. Õpingute alustamise tingimused

Varasem ettevalmistus massaaži, füsioterapia, rehabilitatsiooni, tervishoiu, kehateraapia või seotud valdkonna alal on soovitatav ja annab õppes eelise. Õppija peab olema valmis mahukaks teoreetiliseks õppeks, praktiliseks paaristööks, regulaarseks iseseisvaks harjutamiseks, õppesessioonide vaheliste ülesannete täitmiseks, eksamiteks ning lõputöö koostamiseks ja kaitsmiseks.

11. Õppevorm

Õpe toimub peamiselt kontaktõppena Focus Estonia Koolituskeskuse varustatud õpperuumides. Õppeprotsess ühendab teooria, funktsionaalse anatoomia, füsioloogia, biomehaanika, koolitaja demonstratsioonid, palpatsiooniharjutused, juhendatud praktilise töö, paaristöö, funktsionaalse hindamise, juhtumianalüüsi, iseseisva praktika, töövihikud, eksamid ja lõputöö.

12. Õppekeel

Õpe toimub vene keeles professionaalse tõlkega eesti keelde.

13. Õppekeskkond

Õpe toimub Focus Estonia Koolituskeskuses, Kadaka tee 42B, Tallinn. Õppekeskkond võimaldab teoreetilisi loenguid, anatoomiaõpet, demonstratsioone, paaristööd, praktilisi manuaalseid harjutusi, juhtumite analüüsi ja praktilist hindamist.

14. Õppematerjalid

- koolitaja konspektid;
- õppematerjalid vene ja/või eesti keeles;
- anatoomilised õppematerjalid;
- praktiliste tehnikate kirjeldused;
- töövihikud;
- iseseisva töö ülesanded;
- täiendavad õppematerjalid.

15. Iseseisev töö õppesessioonide vahel

Iseseisva töö eesmärk on korrata funktsionaalset anatoomiat, kinnistada õpitud tehnikaid, arendada palpatsioonioskust ja käelist tundlikkust, parandada tööergonoomikat, harjutada funktsionaalset hindamist, analüüsida praktilise töö tulemusi, täita töövihikuid ning valmistuda järgmiseks mooduliks ja eksamiteks.

KOLMEAASTASE ÕPPEPROGRAMMI ÜLESEHITUS

Õppeprogramm jaguneb kolmeks järjestikuseks tasemeks. Iga järgnev õppeaasta tugineb eelnevalt omandatud teadmistele ja praktilistele oskustele.

I ÕPPEAASTA	BAASTASE
II ÕPPEAASTA	PRAKTIKU TASE
III ÕPPEAASTA	SPETSIALISTI TASE

16. I õppeaasta - baastase

Esimese õppeaasta eesmärk on kujundada osteopaatia edasiseks õppimiseks vajalik teoreetiline ja praktiline baas. Õppija tutvub osteopaatia põhimõtete, funktsionaalse anatoomia, biomehaanika, palpatsiooni, strukturealse osteopaatia, kraniosakraalse käsitle, vistseraalse käsitle, posturoloogia ja funktsionaalse hindamise põhimõtetega.

17. Strukturealne osteopaatia

17.-19.08.2026

- osteopaatia põhiprintsiibid;
- strukturealse osteopaatia alused;
- palpatsioon ja liigeste funktsionaalne liikuvus;
- lülisamba biomehaanika;
- lihaste ja fastsiate funktsionaalsed seosed;
- pehmed manuaalsed tehnikad;
- kliendi funktsionaalne vaatlus;
- tööergonoomika, ohutus ja vastunäidustused.

18. Kraniosakraalteraapia - 1. tase

20.-22.10.2026

- kraniosakraalse käsitle põhimõtted;
- kolju üldine anatoomia;
- ristluu ja lülisamba seosed;
- palpatsioon ja kerge manuaalne kontakt;
- koolitaja metoodikas kasutatavad kraniosakraalsed kontseptsioonid;
- kudede liikuvuse jälgimine;
- baastehnikad;
- vastunäidustused ja ohutus.

19. Kraniosakraalteraapia - 2. tase

15.-17.12.2026

- kraniaalpiirkonna anatoomia süvendamine;
- palpatsioonioskuse arendamine;
- erinevate kraniaalsete piirkondade käsitle;
- tehnikate kombineerimine;
- funktsionaalsete seoste analüüs;
- individuaalse tööjärjestuse koostamine.

20. Vistseraalne osteopaatia - 1. tase: rindkereõõs

09.-11.02.2027

- rindkere funktsionaalne anatoomia;
- roided, rinnak ja hingamisbiomehaanika;
- diafragma piirkond;

- rindkere pehmed koed ja palpatsioon;
- pehmed manuaalsed tehnikad;
- vastunäidustused;
- olukorrad, kus klient vajab meditsiinilist hindamist.

21. Vistseraalne osteopaatia - 2. tase: kõhuõõs

13.-15.04.2027

- kõhuseina ja kõhupiirkonna funktsionaalne anatoomia;
- siseorganite topograafia üldpõhimõtted;
- pindmine palpatsioon;
- kõhupiirkonna kudede liikuvuse jälgimine;
- hingamisega koordineeritud töö;
- pehmed vistseraalse käsitlemise tehnikad;
- vastunäidustused ja ägedate sümptomite ohumärgid.
- Koolitusel tehtav palpatsioon ei ole siseorganite haiguste meditsiiniline diagnostika.

22. Strukturaalne osteopaatia ja posturoloogia

Juuni 2027

- kehahoiaku funktsionaalne vaatlus;
- keha teljed ja raskuskeskme põhimõtted;
- lülisamba ja vaagna funktsionaalsed seosed;
- alajäsemete mõju kehahoiakule;
- müofastsiaalsed seosed;
- struktuuriliste tehnikate kordamine;
- funktsionaalse tööplaani koostamine.

23. II õppeaasta - praktiku tase

Teisel õppeaastal süvendatakse teadmisi organismi erinevatest süsteemidest ning arendatakse oskust ühendada erinevaid osteopaatilisi töövõtteid terviklikuks funktsionaalseks tööplaaniks.

24. Teise õppeaasta põhiteemad

- kraniosakraalteraapia 3. tase;
- kraniaalnärvide funktsionaalne anatoomia;
- väikevaagna piirkonna vistseraalne osteopaatia;
- müofastsiaalsed ahelad;
- funktsionaalne töö luustikuga;
- biobalansi kontseptsioonid;
- veresoonkonna funktsionaalsed seosed;
- endokriinsüsteemi käsitus osteopaatilise koolitusmodeli raames;
- BLT ehk Balanced Ligamentous Tension tehnikad.

25. Kraniosakraalteraapia - 3. tase

Süvendatakse kraniosakraalse piirkonna funktsionaalset anatoomiat, palpatsiooni, varasemate tehnikate integreerimist, individuaalse tööstrateegia kujundamist ning keerukamate funktsionaalsete mustrite analüüsi.

26. Kraniaalnärvid

Käsitletakse kraniaalnärvide üldist anatoomiat, funktsioone, anatoomilisi seoseid, koolitusprogrammis kasutatavaid manuaalseid lähenemisi, ohutust ja pädevuse piire.

27. Väikevaagna piirkonna vistseraalne osteopaatia

Käsitletakse väikevaagna funktsionaalset anatoomiat, ümbritsevaid pehmeid kudesid, vaagna ja hingamise funktsionaalseid seoseid, pehmeid väliseid manuaalseid tehnikaid, vastunäidustusi ja ohumärke.

28. Müofastsiaalsed ahelad

Käsitletakse fastsia ehituse ja funktsiooni põhimõtteid, müofastsiaalsete ahelate kontseptsioone, kehahoiaku seoseid, kudede liikuvuse hindamist ning manuaalse töö strateegiat.

29. Funktsionaalne töö luustikuga

Käsitletakse luustiku biomehaanikat, liigete funktsionaalset liikuvust, lülisamba piirkondi, vaagnat, jäsemeid ning struktuursete tehnikate integreerimist.

30. Biobalanss

Tutvustatakse koolitaja kasutatava biobalansi mudeli põhimõtteid ning nende integreerimist osteopaatilise funktsionaalse hindamise ja manuaalse tööga. Biobalansi kontseptsioone ei esitata meditsiinilise diagnostika meetodina.

31. Veresoonkonna käsitus

Käsitletakse vereringesüsteemi anatoomia ja füsioloogia põhialuseid, veresoontega seotud anatoomilisi riskipiirkondi, pehmete kudede funktsionaalseid seoseid, manuaalse töö ohutuspiire ja vastunäidustusi.

32. Endokriinsüsteemi käsitus

Käsitletakse endokriinsüsteemi anatoomia ja füsioloogia üldpõhimõtteid, hormonaalse regulatsiooni üldist rolli, osteopaatilises koolitusmodelis kirjeldatavaid funktsionaalseid seoseid ning manuaalse töö pädevuse piire. Koolitusel ei õpetata endokriinhaiguste diagnoosimist ega ravi.

33. BLT - Balanced Ligamentous Tension

Õpitakse ligamentide funktsionaalset anatoomiat, liigese neutraalse piirkonna tunnetamist, tasakaalustatud pinge põhimõtet, õrnu manuaalseid töövõtteid, tehnika kohandamist, ohutust ja vastunäidustusi.

34. III õppeaasta - spetsialisti tase

Kolmanda õppeaasta eesmärk on arendada õppija võimet analüüsida keerukamaid funktsionaalseid juhtumeid, integreerida erinevaid programme käsitletud lähenemisi ning kujundada iseseisev, süsteemne ja professionaalne tööstrateegia.

35. Perifeersed närvid

Käsitletakse perifeerse närvisüsteemi anatoomiat, närvide kulgu, ümbritsevate kudede funktsionaalseid seoseid, neurodünaamika üldpõhimõtteid, koolitusel kasutatavaid pehmeid manuaalseid võtteid, ohutust ning neuroloogilisi ohumärke.

36. Kehalis-emotsionaalse vabanemise tehnikad

Käsitletakse kehatunnetust, hingamist, lõõgastumist, kehaliste reaktsioonide jälgimist, kliendi turvatunnet, funktsionaalseid piire ning koolitaja kasutatavaid kehalis-emotsionaalse töö kontseptsioone. Koolitus ei anna psühholoogi, psühhoterapeudi ega psühhiaatri kvalifikatsiooni.

37. Tserebraalsed tehnikad

Käsitletakse kolju ja närvisüsteemi anatoomia kordamist, koolitaja metoodikas kasutatavaid tserebraalse töö kontseptsioone, kerget manuaalset kontakti, ohutuspiire ja vastunäidustusi.

38. Skolioos

Käsitletakse lülisamba funktsionaalset anatoomiat, kehahoiaku vaatlust, lülisamba ja vaagna biomehaanikat, lihaste ja fastsiate funktsionaalseid seoseid ning manuaalse töö võimalusi ja piiranguid. Koolitusel ei õpetata skolioosi meditsiinilist diagnoosimist ega lubata manuaalsete tehnikatega struktuurse skolioosi kõrvaldamist.

39. Lampjalgsus ja labajala funktsioon

Käsitletakse labajala anatoomiat, jalavõlve, hüppeliigest, alajäseme biomehaanikat, labajala ja kehahoiaku funktsionaalseid seoseid ning pehmeid manuaalseid töövõtteid.

40. Lülivaheketaste funktsionaalne käsitus

Käsitletakse lülivaheketaste anatoomiat, lülisamba biomehaanikat, koormuse ja liikumise põhimõtteid, manuaalse töö ohutuspiire, neuroloogilisi ohumärke ning olukordi, kus klient vajab meditsiinilist hindamist.

41. Suured liigesed

Käsitletakse õla-, küünar-, puusa-, põlve- ja hüppeliigest, liigeste funktsionaalset liikuvust, pehmeid manuaalseid tehnikaid, ohutust ja vastunäidustusi.

42. Disko-duraalsed funktsionaalsed seosed

Käsitletakse koolitusmetoodikas kirjeldatavaid lülisamba, lülivaheketaste, duraalkestade ja ümbritsevate struktuuride funktsionaalseid seoseid. Erilist tähelepanu pööratakse anatoomiale, ohutusele ja neuroloogiliste ohumärkide äratundmisele.

43. Keerukate juhtumite analüüs

- anamnestilise info struktureerimine;
- funktsionaalse hindamise tulemuste analüüs;
- prioriteetide määramine;
- sobivate tehnikate valimine;
- erinevate osteopaatiliste suundade integreerimine;
- töö tulemuse hindamine ja tööplaani kohandamine;
- oma pädevuse piiride määratlemine.

44. Kliendi anamnees

Õppija õpib koguma oma tööks vajalikku informatsiooni kliendi pöördumise põhjuse, sümptomite üldise ajaloo, varasemate traumade, operatsioonide, krooniliste haiguste, ravimite, varasema ravi ja igapäevase koormuse kohta ulatuses, mis on vajalik manuaalse töö sobivuse ja ohutuse hindamiseks. Anamneesi kogumine ei ole meditsiinilise diagnoosi püstitamine.

45. Funktsionaalne hindamine

Õppija arendab oskust kasutada vaatlust, palpatsiooni, kehahoiaku hindamist, aktiivse liikumise vaatlust, passiivse liikuvuse hindamist oma pädevuse piires, kudede liikuvuse hindamist ning funktsionaalsete seoste analüüsi. Hindamise tulemusena koostatakse manuaalse töö funktsionaalne plaan.

46. Ohumärgid ja kliendi suunamine

Õppeprogrammis pööratakse olulist tähelepanu olukordadele, kus manuaalset tööd ei alustata või see katkestatakse.

- äge või seletamatu tugev valu;
- värske trauma;
- äge neuroloogiline sümptom;
- ootamatu lihaskramp või tundlikkuse järsk muutus;
- teadvusehäire;
- äge hingamisraskus või rindkerevalu;
- äge kõhuvalu;
- palavik ja süsteemse infektsiooni tunnused;
- seletamatu oluline turse;
- muud sümptomid, mis võivad vajada meditsiinilist hindamist.

47. Õppemeetodid

- loengud ja arutelud;
- funktsionaalse anatoomia õpetus;
- koolitaja demonstratsioonid;
- juhendatud praktiline õpetus ja paaristöö;
- palpatsiooni- ja funktsionaalse hindamise harjutused;
- juhtumianalüüs;
- iseseisev praktika;
- töövihikud ja kodused ülesanded;
- eksamid;
- lõputöö koostamine ja kaitsmine.

48. Õpiväljundite hindamine

Õppija arengut hinnatakse kogu kolmeaastase programmi vältel. Hindamise meetodid võivad sisaldada praktiliste tehnikate demonstreerimist, suulisi küsimusi, kirjalikke ülesandeid, töövihikute täitmist, funktsionaalse hindamise ülesandeid, juhtumianalüüsi, teoreetilist eksamit, praktilist eksamit ning lõputööd ja selle kaitsmist.

49. Praktiliste oskuste hindamiskriteeriumid

- kliendi ohutuse tagamine ja vastunäidustuste tundmine;
- tööergonoomika ja käte asetus;
- palpatsiooni kvaliteet ja surve tugevuse kontroll;
- tehnika korrektsus ja tööjärjestuse loogilisus;
- kliendi reaktsiooni jälgimine ja professionaalne suhtlemine;
- funktsionaalse hindamise järjepidevus;
- sobiva tehnika valik ja töö tulemuse analüüs;
- professionaalsete piiride mõistmine.

50. Eksam

Õppeprogrammi lõpetamiseks tuleb sooritada teoreetiline ja praktiline eksam. Teoreetilises osas hinnatakse teadmisi programmi põhiteemadest. Praktilises osas hinnatakse kliendi funktsionaalse seisundi analüüsi, töö ohutuse hindamist, funktsionaalse hindamise loogikat, tehnikate valikut ja korrektset sooritamist, kliendi reaktsiooni jälgimist ning põhjendatud tööplaani koostamist.

51. Lõputöö

Kolmeaastase programmi lõpetamiseks koostab õppija valitud teemal lõputöö. Lõputöö eesmärk on demonstreerida oskust töötada erialase kirjandusega, struktureerida informatsiooni, mõista osteopaatilisi ja funktsionaalseid kontseptsioone, seostada teoreetilisi teadmisi praktilise tööga ning kujundada professionaalset mõtlemist. Lõputöö maht programmi kogumahuks on 150 akadeemilist tundi.

52. Õppeprogrammi lõpetamise tingimused

- läbida nõutud õppemoodulid;
- osaleda praktilises õppes;
- täita iseseisvad ülesanded ja töövihikud;
- demonstreerida nõutud praktiliste tehnikate omandamist;
- saavutada õppekavas kirjeldatud õpiväljundid;
- sooritada teoreetiline eksam;
- sooritada praktiline eksam;
- koostada ja positiivsele tulemusele kaitsta lõputöö.

53. Lõpetamisel väljastatavad dokumendid

Õppeprogrammi nõuetekohasel läbimisel, õpiväljundite saavutamisel, eksamite sooritamisel ja lõputöö kaitsmisel väljastatakse lõpetajale õppeprogrammi läbimist tõendavad dokumendid vastavalt koolituse korraldajate tingimustele.

Programmi raames on kavandatud rahvusvaheline diplom nimetusega „Osteopaat“. Diplomi väljastavad Ida-Euroopa Osteopaatiakool ja Focus Estonia Koolituskeskus.

Diplomi nimetus kajastab konkreetse kolmeaastase õppeprogrammi läbimist. See ei tähenda automaatselt Eesti Vabariigis reguleeritud tervishoiukutse, tervishoiutöötaja staatuse ega tervishoiuteenuse osutamise õiguse omandamist.

54. Koolitaja

Roman Yerokhov - rahvusvaheline lektor, osteopaat, kraniosakraalterapeut, hüpnoterapeut, psühhosomaatika spetsialist ja neurofüsioloog.

Koolitaja esitatud kvalifikatsiooniandmete kohaselt on Roman Yerokhov lõpetanud A. A. Bogomoletsi nimelise Kiievi Riikliku Meditsiiniülikooli ning tal on bioloogiateaduste kandidaadi kraad.

- Ida-Euroopa Osteopaatiakooli juhtimine;
- organisatsiooni „Osteopaatia Ukrainas“ juhtimine;
- osteopaatia ja kehateraapia õppeprogrammide juhtimine;
- teadustöö autonoomse närvisüsteemi ja kohanemismehhanismide valdkonnas;
- rahvusvaheline koolitustegevus;
- osteopaatiakeskuse OSTEOLIFE juhtimine;
- osalemine rahvusvahelistes erialaorganisatsioonides.

55. Esimese õppeaasta ajakava

- Strukturaalne osteopaatia: 17.-19.08.2026
- Kraniosakraalteraapia - 1. tase: 20.-22.10.2026
- Kraniosakraalteraapia - 2. tase: 15.-17.12.2026
- Vistseraalne osteopaatia - 1. tase. Rindkereõõs: 09.-11.02.2027
- Vistseraalne osteopaatia - 2. tase. Kõhuõõs: 13.-15.04.2027
- Strukturaalne osteopaatia ja posturoloogia: juuni 2027

56. Õppemaks

Ühe õppeaasta maksumus on 3500 eurot. Registreerimisel tuleb tasuda 200 euro suurune ettemaks, mis broneerib koha õpperühmas, sisaldub õppeaasta kogumaksumuses ega ole lisatasu. Pärast ettemaksu tasumist sõlmitakse osalejaga koolitusleping ning koostatakse maksegraafik. Ülejäänud õppemaksu saab tasuda osade kaupa vastavalt lepingule ja maksegraafikule.

57. Registreerimine

Registreerimiseks tuleb täita koolituskeskuse registreerimisvorm, esitada nõutud andmed, tasuda 200 euro suurune ettemaks ning tutvuda koolituslepingu ja õppekorralduse tingimustega. Koht õpperühmas loetakse broneerituks pärast ettemaksu laekumist.

Registreerimine on avatud kuni 01.08.2026 või kuni õpperühma täitumiseni. Õppetöö algab 17.08.2026.

58. Koolituse korraldaja

Focus Estonia OÜ / Focus Estonia Koolituskeskus
Kadaka tee 42B, Tallinn

Õpe toimub koostöös Ida-Euroopa Osteopaatiakooliga.

59. Oluline pädevus- ja ohutusmärkus

Osteopaatia baasõpe on pikaajaline erialane täienduskoolitus. Programmi läbimine ei anna iseenesest Eesti Vabariigis tervishoiutöötaja kutset, arsti kutset ega automaatset õigust osutada tervishoiuteenuseid.

Programmis kasutatavad mõisted „osteopaatiline diagnostika“ ja „osteopaatiline hindamine“ tähendavad õppeprogrammi kontekstis eelkõige funktsionaalset vaatlust, palpatsiooni, liikuvuse hindamist ja manuaalse töö planeerimist ning neid ei käsitleta meditsiinilise diagnoosi püstitamisenä.

Õppija peab rakendama omandatud tehnikaid vastavalt oma haridusele, erialasele ettevalmistusele, professionaalsele pädevusele ja tegevusõigusele ning oskama ära tunda olukordi, kus manuaalne töö ei ole sobiv või

klient vajab meditsiinilist hindamist.

Koolitusel käsitletavaid osteopaatilisi, kraniosakraalseid, vistseraalseid, biobalansi ja kehalis-emotsionaalseid kontseptsioone tuleb mõista vastava õppe- ja praktikasuuna raamistikus. Kõigi nende kontseptsioonide diagnostiline või terapeutiline toime ei ole ühesuguse teadusliku tõendatuse tasemega.

Koolitus ei asenda meditsiinilist diagnostikat, ravi, psühholoogilist abi ega muud vajalikku tervishoiuteenust.