

# KUTSESTANDARD

## Kosmeetik, tase 5

Kutsestandard on dokument, milles kirjeldatakse tööd ning töö edukaks tegemiseks vajalike oskuste, teadmiste ja hoiakute kogumit ehk kompetentsusnõudeid. Kutsestandardeid kasutatakse õppekavade koostamiseks ja kutse andmiseks.

Kutsenimetus	Eesti kvalifikatsiooniraamistiku (EKR) tase
Kosmeetik, tase 5	5

### A-osa KUTSEKIRJELDUS

<p><b>A.1 Töö kirjeldus</b></p> <p>Kosmeetiku töö on kliendi esteetilise välimuse parendamine, arvestades tema soove, vajadusi ja võimalusi. Kosmeetik vastutab isiklikult tehtud töö tulemuse eest, vajaduse korral juhendab kaastöötajaid. Kosmeetiku tööülesanneteks on näohooldus, (d)epilatsioon ning käte, jalgade ja kehahooldus. Kosmeetik nõustab klienti temale sobivate hoolduste ja kosmeetikavahendite valikul ning kasutamisel, ta soovib kliendile hooldusvahendeid kodus kasutamiseks vastavalt salongis tehtud hooldusele. Kosmeetiku töö eeldab eri protseduuride tegemiseks vajaliku aparatuuri tundmist ning selle kasutusoskust, sihipärast ja loomingulist töösse suhtumist ning head suhtlemisoskust. Kosmeetiku töös on oluline pidev enesetäiendamine. Kosmeetik on kursis trendidega ning oskab soovitada kosmeetilisi protseduure lähtuvalt kliendi individuaalsusest ja naha vajadustest. Valdavalt töötab kosmeetik istudes ja sundasendis. Tööaeg on paindlik, töötatakse sageli ka puhkepäevadel ja erinevates töökeskkondades. Kosmeetik puutub oma töös kokku mitmesuguste allergeenide ja haigustekitajatega. Töö eeldab suhtlemist väga erineva psühhosotsiaalse taustaga klientidega. Kosmeetik kasutab oma töös professionaalseid kosmeetikasjarju, näo-, keha- ja jalgade hooldusaparaate, tange, viile, poorilusikat, pintsette, spaatleid, pintsleid, kausse, jalavanni, ühekordseid abi- ja isikukaitsevahendeid ning desinfitseerimis- ja sterilisatsiooniparaate või -vahendeid.</p>
<p><b>A.2 Tööosad</b></p> <p>A.2.1 Töökoha ja enda ettevalmistamine            A.2.2 Klienditeenindus            A.2.3 Näohooldus            A.2.4 Näo- ja kehakarvade eemaldamine vaha või suhkrupasta meetodil            A.2.5 Ettevõtlikus</p>
<p><b>Valitavad tööosad</b></p> <p>A.2.6. Käte ja jalgade hooldus            A.2.7. Kehahooldus</p>
<p><b>A.3 Kutsealane ettevalmistus</b></p> <p>Kosmeetikul on keskharidus ja tal on läbitud erialane kutseõpe.</p>
<p><b>A.4 Enamlevinud ametinimetused</b></p> <p>Kosmeetik</p>
<p><b>A.6 Tulevikuoskused</b></p> <p>Teave oskuste ja trendide kohta, mille tähtsus valdkonnas kasvab.            Oskus omandada uute seadmetega kaasnevad töövõtted. Innovaatilised turundusoskused.</p>

## B-osa KOMPETENTUSNÕUDED

<b>B.1 Kutse struktuur</b>
<p>Kutse taotlemisel on nõutav üldoskuste (B.2) ning kohustuslike kompetentside (B.3.1–B.3.5) ja kutset läbivate kompetentside (B.3.8) tõendamine. Valitavatest kompetentsidest (B.3.6–B.3.7) tuleb tõendada vähemalt üks kompetents.</p>
<b>Kvalifikatsiooninõuded haridusele ja töökogemusele</b>
<p>Kutse taotlemisel</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Keskharidus</li> <li>2. Erialase kutseõppe läbimine või erialaste täiendkoolituste läbimine ja töökogemus</li> </ol> <p>Kutse taastõendamisel</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kutse kehtivusaja lõpust ei ole möödunud rohkem kui 1 aasta</li> <li>2. Töökogemus kosmeetikuna vähemalt 5 aastat</li> <li>3. Erialaste täiendkoolituste läbimine</li> </ol>

<b>B.2 Kosmeetik, tase 5 üldoskused</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kasutab töös eesti keelt tasemel B1 ning vähemalt ühte Eestis enam kasutatavat võõrkeelt tasemel A2 (lisa 1 – keelte oskustasemete kirjeldused).</li> <li>2. Kasutab arvutiit algtasemel (lisa 2 – digipädevuste enesehindamisskaala).</li> <li>3. Järgib tööd tehes asjakohaseid juhiseid, nõudeid, eeskirju, õigusakte, standardeid jmt.</li> <li>4. Järgib töötervishoiu, -ohutuse ja hügieeninõudeid, kasutab ergonoomilisi töövahendeid ja töövõtteid.</li> <li>5. Juhindub oma töös ja kutsealases tegevuses üldtunnustatud eetikanõuetest.</li> <li>6. Maandab tööstressi ja pingeid.</li> <li>7. Käitub tööülesandeid täites viisakalt, ausalt, õiglaselt ja erapooletult.</li> <li>8. Lahendab probleeme, leides sobivaima lahendusviisi.</li> <li>9. Hoiab delikaatseid, tundlikke ja salastatud andmeid turvaliselt vastavalt isikuandmete kaitse seadusele.</li> <li>10. Eristab fakte hinnangutest, suhtub saadud tagasisidesse rahulikult ning võimaluse korral arvestab tagasisidega edasises tegevuses, et täiendada oma teadmisi ja lihvida oskusi.</li> <li>11. Loob ja hoiab kolleegide vahelisi meeldivaid ja koostööd soodustavaid suhteid.</li> <li>12. Hoolitseb meeskonnas heade suhete säilimise eest.</li> <li>13. Osaleb aktiivselt meeskonnatöös, käitub usaldusväärset ning jagab kolleegidega asjakohast teavet.</li> <li>14. Järgib jäätmekäitluse nõudeid, arvestades inimeste ja keskkonnaga enda ümber.</li> </ol>

<b>B.3 Kompetentsid</b>
-------------------------

### KOHUSTUSLIKUD KOMPETENTSID

<b>B.3.1 Töökoha ja enda ettevalmistamine</b>	<b>EKR tase 5</b>
<p>Tegevusnäitajad</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Valmistab ennast tööks ette, kasutades sobivaid tööriideid ja -jalatseid.</li> <li>2. Valmistab ette oma töökoha, varustades selle vajalike töövahendite, aparatuuri ja toodetega.</li> <li>3. Tagab tööks vajalike toodete ja vahendite olemasolu ja jälgib säilivustähtaegu.</li> <li>4. Tagab aseptika- ja antiseptikareeglite täitmise, desinfitseerimisvahendite ja steriliseerimisvahendite olemasolu ning jälgib säilivustähtaegu.</li> <li>5. Hoiab oma töökoha korras; peseb, kuivatab, desinfitseerib ja steriliseerib töövahendid ning säilitab neid, järgides tervisekaitsenõudeid.</li> </ol>	
<b>B.3.2 Klienditeenindus</b>	<b>EKR tase 5</b>
<p>Tegevusnäitajad</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Arvestab suhtlemisel kliendi soo, ea, intellektuaalsete, tervislike jm võimete, eelistuste, vajaduste, kultuurilise tausta, suhtlusvahendi iseärasuste jmt-ga.</li> </ol>	

2. Kaitseb kliendi privaateid andmeid ja nende konfidentsiaalsust.
3. Säilitab keerukates teenindusolukordades rahu ja kannatlikkuse ega kaota enesekontrolli. Kontrollib oma kehakeelt.
4. Tuleb toime ärritunud või hirmunud inimestega, arvestab nende tunnetega ning püüab neid rahustada, toetada ja juhendada.
5. Loob positiivse esmamulje, privaatse, turvalise, eelarvamustevaba ja mugava õhkkonna.
6. Austab kliendi isiklikku ruumi.
7. Kuulab tähelepanelikult kliendi soove ja ootusi teenuse osas.
8. Tutvustab pakutavaid teenuseid ja tooteid, vastab küsimustele arusaadavalt.
9. Täidab kliendikaardi.
10. Nõustab klienti hoolduste valikul toetavalt ja professionaalselt.
11. Annab kliendile ülevaate hoolduse käigust ning küsib kliendi rahulolu ja enesetunde kohta.
12. Soovib kliendile hooldustooteid koduseks nahahoolduseks arvestades kliendi eripäraga ning pakub võimaluse järgmiseks hoolduseks.

<b>B.3.3 Näohooldus</b>	<b>EKR tase 5</b>
-------------------------	-------------------

- Tegevusnäitajad
1. Konsulteerib klienti, selgitab välja tema ootused ja igapäevase koduhoolduse rutiini.
  2. Puhastab näonaha, kaela ja dekoltee, kasutades sobivaid tooteid.
  3. Analüüsib näo-, kaela- ja dekolteenahka, selgitab välja näonaha tüübi, näidustused ja vastunäidustused; vajaduse korral (nt akne, põletik, muutused sünnimärkides) suunab kliendi nahaarsti konsultatsioonile, kasutades teadmisi inimese anatoomiast ja füsioloogiast, dermatoloogiast ja mikrobioloogiast. Valib välja sobivad hooldustooted ja hoolduse.
  4. Koorib näonaha, kaela ja dekoltee vastavalt nahatüübile, kasutades sobivaid tooteid või näohooldusaparaate.
  5. Teostab näonaha mehaanilise puhastuse manuaalselt (sõrmedega) ja kasutab näohooldusaparaate (auruti, ultrahelispaatel, desinkrustatsioon). Vajadusel kasutab abivahendeid: poorilusikat, ühekordseid nõelu.
  6. Hooldab näonahka, kasutades sobivaid seerumeid, maske ja kreeme vastavalt näonaha tüübile ning hoolduse eesmärgile.
  7. Masseerib nägu, kaela, dekolteed ja õlavöödet vastavalt näidustustele, kasutades erinevaid massaažitehnikaid.
  8. Valib ja segab kliendile sobiva värvitooni ripsmete ja kulmude värvimiseks; värvib keemiliselt ripsmed ja kulmud, kasutades sobivaid töövõtteid, vahendeid ja tootekogust; puhastab nahalt värvijäägid, kasutades sobivat värviemaldajat. Korrigeerib ja kujundab kulmud vastavalt näokujule ja kliendi soovile, kasutades erinevaid tehnikaid.
  9. Teeb näo erihooldusi (nt toniseerib, niisutab, pinguldab), kasutades happeid, seerumeid, maske ja erinevaid professionaalseid näohooldusaparaate (nt mikrodermabrasioon, RF-lifting, mesoporatsioon, ultraheli, ionoforees).
  10. Teeb päevajumestuse, lähtudes kliendi soovidest ja näo kujust.

Teadmised:  
 Massaaži näidustused ja vastunäidustused; aparatuuri toimemehhanismid.

<b>B.3.4 Näo- ja kehakarvade eemaldamine vaha või suhkrupasta meetodil</b>	<b>EKR tase 5</b>
--	-------------------

- Tegevusnäitajad:
1. Hindab nahka visuaalselt, selgitab välja näidustused ja vastunäidustused.
  2. Valmistab naha ette karvade eemalduseks; eemaldab karvad, kasutades sobivaid vahendeid, tooteid ja töövõtteid; puhastab naha vaha- või suhkrupastajääkidest ja kasutab järelhooldustooteid.
  3. Annab juhiseid (d)epilatsiooni järgseks järelhoolduseks.
  4. Desinfitseerib töövahendid.

Teadmised:  
 Nahahaigused ja seisundid käsitletavas piirkonnas; karva ehitus, karva kasvutsükli; õiged töövõtted vastavalt kasutatavatele toodetele.

<b>B.3.5 Ettevõtlus</b>	<b>EKR tase 5</b>
-------------------------	-------------------

- Tegevusnäitajad
1. Hindab tegutsemise eesmärgist lähtuvalt ettevõtluse võimalusi; valib sobiva ettevõtlusvormi; korraldab oma tegevust, arvestades kutsealast teavet ja õigusakte ning lähtudes väikeettevõtluse põhitõdedest.
  2. Kujundab teenuste hinnad, lähtudes hinnakujunduse põhimõtetest, tegevuskuludest ja turusituatsioonist; koostab salongi eelarve, arvestades kulusid (nt maksud) ja tulusid; jälgib eelarve täitmist.
  3. Planeerib ja koordineerib meeskonna, töötajate või õpilaste rühma tegevusi.

4. Organiseerib vajalike töö- ja kulumaterjalide hankimise.
5. Haldab kliendibaasi, järgides seadusi.
6. Planeerib müügikampaaniad ja turundustegevused, lähtudes salongi kontseptsioonist; koostab püsikliendiprogramme.
7. Planeerib tööaja ja koostab töögraafikuid.
8. Jälgib klientidega suhtlemist, nende tagasisidet ja rahulolu.

## VALITAVAD KOMPETENTSID

Valitavatest kompetentsidest (B.3.6–B.3.7) tuleb tõendada vähemalt üks kompetents.

<b>B.3.6 Käte ja jalgade hooldus</b>	<b>EKR tase 5</b>
<p>Tegevusnäitajad</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Valmistab kliendi käte ja jalgade hoolduseks ette: hindab ja analüüsib käte ja jalgade naha ja küünte ning küünenahkade seisukorda, hindab visuaalselt jalgade ehituses esinevaid muutusi, selgitab välja näidustused ja vastunäidustused, vajaduse korral (nt muutused sünnimärkides, naha ja küünte seenhaigused, veenilaiendid, nahahaavandid, põletikud) suunab kliendi nahaarsti konsultatsioonile.</li> <li>2. Planeerib tööjärjekorra vastavalt valitud hooldusele.</li> <li>3. Viilib ja kujundab vastavalt kliendi soovile küüned, puhastab küünte alused, korrastab küünenahad ja eemaldab jalgade nahapaksendid, kasutades sobivaid töövahendeid (vii, küüne- ja küünenahatangid, sond, skalpell, raspel), tehnikaid ja tooteid ning tagades esteetilise lõpptulemuse.</li> <li>4. Kasutab pediküüripuuri.</li> <li>5. Masseerib käsi ja jalgu vastavalt näidustustele, kasutades klassikalise massaaži võtteid ja sobivaid tooteid.</li> <li>6. Koorib ja kreemib nahka, kasutades sobivaid tooteid; teeb parafiinihooldust sooja ja külma parafiiniga ning maske.</li> <li>7. Lakib küüned vastavalt kliendi soovile, kasutades tava- või geellakki.</li> </ol>	
<b>B.3.7 Kehahooldus</b>	<b>EKR tase 5</b>
<p>Tegevusnäitajad</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Valmistab kliendi kehahoolduseks ette; määrab kehatüübi; hindab nahka visuaalselt ja palpeerides; selgitab välja näidustused ja vastunäidustused, vajaduse korral (nt muutused sünnimärkides, naha ja küünte seenhaigus, veenilaiendid, nahahaavandid, põletik ning akne) suunab kliendi nahaarsti konsultatsioonile.</li> <li>2. Planeerib hoolduse, arvestades kliendi soove, vajadusi, näidustusi ja vastunäidustusi.</li> <li>3. Puhastab, koorib, pinguldab, niisutab nahka, teeb mähiseid ja maske ning lõigastab lihaseid vastavalt hooldusele, kasutades selleks sobivaid töövahendeid ja -võtteid ning tooteid.</li> <li>4. Teeb kliendile kehahoolduse probleemsesse piirkonda kasutades sobivaid massaažitehnikaid ning arvestades näidustusi ja vastunäidustusi.</li> <li>5. Teeb klassikalist üldmassaaži.</li> <li>6. Soovitab kliendile tooteid koduseks kehahoolduseks, võttes arvesse näidustusi ja vastunäidustusi.</li> </ol>	
<p>Teadmised:</p> <p>Tselluliidi tüübid. Kehatüübid. Näidustused ja vastunäidustused hooldustele, massaažidele ja aparaatidele.</p>	

## KUTSET LÄBIVAD KOMPETENTSID

<b>B.3.8 Kosmeetik, tase 5 kutset läbiv kompetents</b>	<b>EKR tase 5</b>
<p>Tegevusnäitajad</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Järgib sotsiaalministri määrusest „Tervisekaitseenõuded ilu- ja isikuteenuste osutamisele“ tulenevaid nõudeid.</li> <li>2. Nõustab ja toetab kolleege ülesannete täitmisel ning oskuste ja teadmiste omandamisel ja arendamisel.</li> <li>3. Juhendab ametit või tööd õppivat inimest, kuidas rakendada õpitut tööelus, nt annab edasi oma kutsealaseid teadmisi ja oskusi, jälgib juhendatava tööd ning vajaduse korra selgitab ja korrigeerib töövõtteid.</li> <li>4. Väljendab huvi ning kuulab tähelepanelikult kliendi soove ja ootusi teenusele, tutvustab pakutavaid tooteid ja teenuseid ning vastab küsimustele arusaadavalt.</li> <li>5. Annab kliendile ülevaate hoolduse käigust ning tutvustab kliendile pakutavaid tooteid ja teenuseid ning vastab küsimustele arusaadavalt.</li> </ol>	

6. Loeb tooteinfot ja järgib töövahendite kasutusjuhendeid.
7. Kasutab kosmeetikatoodete koostisainete nimekirja ja ühtset nomenklatuuri (INCI nimetusi), et valida teadlikult kliendile sobivaid ja ohutuid tooteid, vältimaks mh ülitundlikkuse ja allergiliste reaktsioonide tekkimist.
8. Soovitab kliendile tooteid koduseks nahahoolduseks, võttes arvesse kliendi naha olukorda, näidustusi ja vastunäidustusi.
9. Kasutab ressursse säästvalt.
10. Annab vajaduse korral esmaabi.

#### Teadmised

Anatoomia alane terminoloogia eesti ja ladina keeles:

- skeletisüsteemi luud (kereluud, ala- ja ülajäsemete, randme-, kämbla- ja labajalaluud), liikumisaparaat, lülisammas; kolju- ja näoluud (eesti ja ladina keeles);
- lihased (skeletilihased) (eesti ja ladina keeles), pea lihased (suuümbruse lihased, silmaümbruse lihased, miimilised lihased (eesti ja ladina keeles), nina lihased (eesti ja ladina keeles), koljulaelihased (eesti ja ladina keeles);
- naha ehitus, nahakihid (eesti ja ladina keeles), naha tekised (küüned, karvad) (eesti ja ladina keeles); naha näärmed (rasunäärmed, higinäärmed) (eesti ja ladina keeles), küüne ehitus (eesti ja ladina keeles);
- naha- ja küünte haigused (eesti ja ladina keeles): seenhaigused, allergiad, ekseemid, lööbed, dermatiidid, akne, psoriaas, follikuliit

Terminoloogia eesti keeles:

- kudede klassifikatsioon (epiteelkude, side- e tugikude, lihaskude ja närvikude);
- veri, vereloome, vere vormelemendid (erütrotsüüt, trombotsüüt, leukotsüüt), vereplasma;
- endokriinsed ehk sisesekreetsiooninäärmed (hüpopfüüs, käbikעה, kilpnääre, kõrvalkilpnäärmed, tüümus, pankreas, neerupealsed, sugunäärmed).

Füsioloogia alane terminoloogia eesti keeles:

- rakud ja koed (raku ehitus, ainevahetus, rakkude jagunemine (meioos, mitoos));
- südame ja veresoonte süsteem (süda, veresooned, lümfisooned), suur vereringe, väike e kopsuvereringe, kapillaarid, veenid, lümfisüsteem;
- närvisüsteem (jaotus, ülesanded, refleksid), peaju ja peaaunärvid, vegetatiivne närvisüsteem;
- naha talitus, naha näärmed (rasunäärmed, higinäärmed);
- karvad, karva kasvu tsükkel;
- mikrobioloogia: bakterid, viirused, seened, parasiidid, infektsiooniõpetus, inimese mikrofloora, mikrobiom.

Muud teadmised:

- antiseptika, isiklik hügieen, desinfitseerimine, steriliseerimine;
- aparaatide näidustused ja vastunäidustused.

## C-osa ÜLDTEAVE JA LISAD

<b>C.1 Teave kutsestandardi koostamise ja kinnitamise kohta ning viide ametite klassifikaatorile</b>	
1. Kutsestandardi tähis kutseregistris	04-21062024-1/10k
2. Kutsestandardi koostajad	Stella Einsild-Lembra, Benecom OÜ Anu Juurik, Jadee OÜ Piret Kesküla, Profitest OÜ Leelo Simisker, Eesti Kosmeetikute Liit Ave Tislar, Fleur OÜ
3. Kutsestandardi kinnitaja	Teeninduse Kutsenõukogu
4. Kutsenõukogu otsuse number	39
5. Kutsenõukogu otsuse kuupäev	21.06.2024
6. Kutsestandard kehtib kuni	10.10.2028
7. Kutsestandardi versiooni number	10

8. Viide Ametite Klassifikaatorile (ISCO 08)	5142 Iluteenindajad (v.a juuksurid)
9. Viide Euroopa kvalifikatsiooniraamistikule (EQF)	5
<b>C.2 Kutsenimetus võõrkeeles</b>	
Inglise keeles	Cosmetician, EstQF Level 5
Soome keeles	Kosmetologi
Vene keeles	Косметолог
<b>C.3 Lisad</b>	
Lisa 1 <a href="#">Keelte oskustasemete kirjeldused</a>	
Lisa 2 <a href="#">Digipädevuste enesehindamise skaala</a>	