

Juuni 2023

Suvenumber

Sinuga



Eesti Puuetega Inimeste Koda 30

**Eriliste lastega saavad töötada
vaid erilised inimesed**

**Kultuurikorraldaja Piret Aus: mind käivitab
see, kui öeldakse, et pole võimalik**

Eesti Puuetega Inimeste Koda

Loe ajakirja ka veebis: sinuga.epikoda.ee



KOLUMN

4 Ligipääsetavuse konsultandi argipäev ehk kahe jalaga toolidest ja päikesevarjutusest | Jakob Rosin

PERSOON

5 Kultuurikorraldaja Piret Aus: mind käivitab see, kui öeldakse, et pole võimalik! | Karoliina Kruusmaa

EPIKoja TEGEMISED

9 Eesti Puuetega Inimeste Koda 30 | Maarja Kraiss-Leosk

12 Vahtrakad EPIKojal külas | Vaimupuu

VÕRGUSTIK

13 Tallinna Puuetega Inimeste Kojal jagub nii rõõme kui ka väljakutseid | Helen Kask

15 Psüühikahäiretega inimeste huvikaitses proovikive jagub. Kuid raskused ongi selleks, et neid ületada. | Helen Kask

ÕIGUSED

17 Võrdõigusvoliniku roll puuetega inimeste ja mitmekesise ühiskonna kaitsel | Christian Veske ja Kristi Joamets

20 Mul on õigus saada seda abi, mida vajan | Katrin Tsuiman

ERIHOOLEKANNE

22 Kuhu liigud, erihoolekanne? | Elen Preimann

HARVIKHAIGUSED

27 Harvikaigustega laste perede nõustamine — pereprogramm Eesti Agrenska Tammistu keskuses | Meelis Joost

HARIDUS

30 Eriliste lastega saavad töötada vaid erilised inimesed | Monika Õun

NOORED

34 Eluga kohanemise meistrikläss luuletaja ja nõustaja rollis | Raul Vinni

UURING

37 Tegevuspiiranguga inimeste toimetulekut kodus tuleb toetada senisest rohkem | Vaike Vainu

LIGIPÄÄSETAVUS

40 Miks ma sinu e-poest kunagi enam midagi osta ei taha | Jakob Rosin

42 Millest moodustub puuetega inimestele hädavajalik ligipääsetavuse info | Mari Puuram



KOOLITUS

44 DUO tugigrupi juhendajate täiendkoolitused | Anneli Sal

TÖÖ

47 Parim tulemus saavutatakse mitmekesises tiimis! | Sirje Paberits

SPORT

50 Eesti eriolümpia sportlased teel Berliini maailmamängudele | Tiina Möll

52 Eesti ainus para-*powerlifting*'u naisatleet ootab ka teisi spordialaga liituma | Jelena Pipper

KULTUUR

55 „Veneetsia – merede kuninganna“ Tallinna Meremuuseumi Lennusadamas | Kerttu Rakke ja Janek Muru

ÜKS PÄEV

57 Eesti Puuetega Inimeste Koja toetuste ja teenuste nõuniku argipäev | Kristi Kähär

AJALUGU

59 Sotsiaalhoolekanne iseseisvusaja muutuste tuules | Eha Leppik



Avakaanel Meelis Luks koos perekonnaga Jaapanis.
Foto: erakogu

AJAKIRJAST

TOIMETUS

Toompuiestee 10 10137 Tallinn
epikoda@epikoda.ee
Tel 661 6629

Ajakiri Sinuga ilmub alates 1994. aastast kaks korda aastas.

Väljaande tiraaž: 1000 eksemplari

Peatoimetaja: Helen Kask
helen.kask@epikoda.ee

Keeletoimetaja: Kristi Kallaste

Trükk: Printall

Väljaandja: Eesti Puuetega Inimeste Koda MTÜ

Lihtne keel: MTÜ Vaimupuu. Tekste on testinud Rapla Hooldekeskuse Vahtra Tugikeskuse kliendid ja tegevusjuhendajad.

Eesti Puuetega Inimeste Koda (EPIKoda) on avalikes huvides tegutsev vabäühendus ja katusorganisatsioon Eestis tegutsevatele puuetega inimeste organisatsioonidele. EPIKoja missioon on puuetega inimeste ja krooniliste haigete elukvaliteedi, ühiskonda kaasatuse ning eneseteostuse võimaluste tõstmine läbi huvikaitse ja koostöö. EPIKoja võrgustikku kuulub 16 piirkondlikku puuetega inimeste koda ning 32 üle-eestilist puudespetsiifilist liitu ja ühendust, lisaks 5 toetajaliiget. Kokku esindab EPIKoda ligi 300 organisatsiooni üle Eesti.



Kahe jalaga toolidest ja päikesevarjutusest

Jakob Rosin | ligipääsetavuse konsultant, EPIKoja juhatus liige



► Käesolevas Sinuga ajakirja numbris on päris palju juttu ligipääsetavusest. Küll sellest, mida kodulehele kirjutada, ja sellestki, kuidas seesama koduleht kõigile mõnusaks ja kättesaadavaks muuta.

Minu igapäevatöök on lisaks Eesti Pimedate Liidu juhtimisele tegeleda ligipääsetavusega. Kirjeldan lähemalt, kuidas kasutab äppe inimene, kes ei näe, milline on veebilehel klaviatuuriga navigeerimise kogemus või selgitan, kui paljust infost jääb ilma inimene, kes ei kuule videos räägitavat või taskuhäälingus kõneldavat. Ligipääsetavuse teemad tulevad jutuks alailma ja väga erinevate inimeste ja ettevõtetega. Nii mõndagi ettevõtet tuleb päris tõsiselt veenda tegema reaalseid pingutusi oma ligipääsetavuse parandamiseks. Jah, kõik noogutavad, nõustuvad, et on tõesti vaja, aga sageli sinna see jutt jääda tahabki. Veel ja veel selgitamist toob tihtipeale aga õnneks soovitud läbimurde.

Unistustes soovin, et ma ei peaks veenma inimesi selles, et nad pakuksid oma lahendusi kõigile. Mõõblitisler ju ka ei käi majast majja ega jutusta vaimustavaid lugusid sellest, kui kasulik ikka on laud, tool või kummut. See on kõigile selge, et tegemist on vägagi väärtuslike tarbeesemetega. Täpselt sama väärtuslik on ka ligipääsetavus.

Mida ma teeksin siis, kui veenmisega tegelema ei peaks? Ikka ligipääsetavusega. Ligipääsetavus on imeliselt põnev ja loov valdkond, mis paneb kõiki asju teisiti kogema. Mahutame siia ahtasse mõttevoogu ühe näite. Aastaid tagasi valmis NASA haridusüksuse koostöös projekt nimega „Eclipse soundscapes“. Projekt valmis ajaks, mil 2017. aastal Põhja-Ameerika

täielikus päikesevarjutuses pimedusse mattus. Loojatel oli üks küsimus – Kuidas kogevad päikesevarjutust pimedad inimesed?

Unistustes soovin, et ma ei peaks veenma inimesi selles, et nad pakuksid oma lahendusi kõigile.

„Eclipse soundscapes“ lubab sõrme mööda telefoniekraani libistades helide abil kuulata, millised maakera osad on pimeduses, millised valguse käes. Saab teada, palju valgust väljas praegu on ja vaadata helisid kuulates, milline osa päikesest on praegu varjus, milline nähtaval. Avastada, et päikese kroon on teist värvi kui keskpunkt. Kas pole lahe? Äpp sai ühelt poolt populaarseks just tänu sellele, et pakkus teistmoodi päikesevarjutuse kogemust kõigile, mitte vaid pimedatele inimestele.

Ja see ongi ligipääsetavus. Loov, põnev, kõiki kaasav ja kõigi silmaringi laiendav.

Ehk teisisõnu: ma tahaks olla see mõõblitisler, kes saaks keskenduda sellele, millisest materjalist, mis värvi, kuju, pinnastruktuuri ja teiste omadustega laud mingisse ruumi sobiks, mitte vastata küsimustele stiilis: „Miks lauale jalga vaja on,“ ja: „äkki saame ikka kahega hakkama, siis jääme eelarve piiresse.“

Aga ma olen veendunud, et piisava veenmise korral jõuame ühel päeval olukorda, kus sõna ligipääsetavus ei tunta see-pärast, et on elementaarne, et kõik me saame kõiki lahendusi kasutada, mitte seepärast, et küsija maailmas eksisteerivadki vaid ühte moodi toimetavad inimesed. ●

Ligi-pääsetavus tähendab, et kõik inimesed saavad võrdselt ligi kohtadele, teenustele ja infole.

Ligi-pääsetavus teeb elu mugavamaks kõigile, mitte ainult puuetega inimestele.

Jakob Rosin räägib ette-võtetele, kuidas tõsta ligi-pääsetavust nägemis-puudega inimestele.

Jakob usub, et ükskord on ligi-pääsetavus nii loomulik asi, et sellest ei pea enam rääkimagi.



Kultuurikorraldaja Piret Aus: mind käivitab see, kui öeldakse, et pole võimalik!

Karoliina Kruusmaa | Ajakirja Sinuga kaasautor



► Piret Aus on kultuurikorraldaja, Tartu ülikooli väarikate ülikooli programmijuht Viljandi kultuuriakadeemias, muusik ja vanaema. Viimased kümme aastat on ta andnud suure panuse kultuuri ligipääsetavamaks muutmisesse: alates teatrietendustele kirjeldustõlgete loomisest ja korraldamisest kuni 2019. aasta laulu- ja tantsupeo erivajadustega inimestele lähemale toomiseni. 2020. aastal pälvis ta president Kersti Kaljulaidilt Punase Risti IV klassi teenetemärgi.

Kohtun Piretiga selle kevade ühel esimestest soojadest päevadest Tartu südalinna kohviku väliterrassil. Ta jätab äärmiselt positiivse ja avatud mulje. Meie omavaheline suhtlus oli alates esimesest telefonikõnest soe ja vaba ning ta tegi kohe ettepaneku sina peale üle minna.

Kui mõtled sõnale kultuur, siis mis sulle sellega esimesena seondub?

Kultuuri definitsioone on maailmas üle mitme tuhande, aga minu jaoks on kultuur kui juured, kust ma tulen, kus ma olen, kes ma olen... Kultuur kui keel, kultuur kui meie pärimus, meie lood. Elamise viis, mitte esmalt kui esituskunst või etenduskunst.

„Nüüd saan mina olla mittekuuljatele see vahendaja, kes toob erinevate tehnoloogiliste vahendite või tõlgete abil sisu nendeni. Ma arvan, et see on ilus.“

See on hämmastav, kui palju oled suutnud korda saata kultuuri ligipääsetavamaks muutmisel. Mis on selle töö puhul kõige rahuldustpakkuvam osa, miks see sind endiselt sütitab?

Naudin protsessi. Tulemust ennast ma väga nautida ei oska, sest olen ikkagi peast korraldaja. Vaatan seda lauljat seal ja peas ikka tiksub, „ei tea, kas subtiitrid jooksevad õigel ajal peale?“

Ma ei ole seda kunagi pidanud tööks, isegi kui olen selle eest saanud tasu. See on minu panus ühiskonda. Minu kurdid vanemad on vaatamata oma puudele – nüüd on nad juba pilve peal, viker-



TTÜ Akadeemilise Naiskoori ühtekuuluvuskontsert „Mis on inimene?“ Piret kirjeldustõlke kabiinis.

Foto: Kalev Lilleorg

kaare taga vaatavad oma laste ja lastelaste tegemisi – suutnud oma viiest lapsest kasvatada täiesti adekvaatselt ellu suhtuvad ja empaatiavõimelised teohtelised kodanikud. Nemad ei ole sellest kõrvade kaudu osa saanud, mida nende lapsed ja lapse-

lapsed on rääkinud, laulnud, jutustanud. Nad ei ole seda mitte kunagi kuulnud, aga nüüd saan mina olla mittekooljatele see vahendaja, kes toob erinevate tehnoloogiliste vahendite või tõlgete abil sisu nendeni. Ma arvan, et see on ilus.

Su vanemad olid kurdid. Kas vastab tõele, et teil oli oma salakeel?

Vastab tõele! Minu isa kurdistus kolmeaastaselt haiguse tagajärjel ja temal oli kooliharidus Porkuni kurtide koolist, kus õpetati viipekeelt. Aga minu ema oli oma koolitee põhikooli osa juba lõpetamas, tal oli ju kõne ja kirjakeel kõik juba olemas, kui ta sõjategevuse tagajärjel kurdistus ja tema ei olnud viipekeelt õppinud. Kui nad kohtusid Pärnus kurtide spordivõistlustel, tekkis neil suur armastus ja siis nad pidid kuidagi hakkama seda armastust väljendama. Väga paljud viiped, mida meie õppisime oma vanematelt, on olnud isetekkelised – meie saime sellest aru, mida see tähendab, aga n-ö õiges

viipekeeles tähendab see hoopis midagi muud. Ja tähti tegime kahe käe sõrmedega, mitte ühe käe sõrmedega, nagu eesti viipekeeles sõrmedid on. Seega oli jah selline salakeel. Selle keele omandasid ka meie lapsed, et saaks suhelda oma vanavanematega.

Oma töös pead väga palju suhtlema inimestega, kel on erivajadused, näiteks nendega, kes ei kuule või ei näe. Kuidas te koos töötate?

Kurtide maailm on minuga olnud kogu selle aja, kui olen ilmas elanud. Minu öde läks pärast keskkooli Porkuni kooli õpetajaks ja õppis alles seal ise viipekeeles selgeks ning tema käest olen üht-teist juurde õppinud. Lisaks läbisin umbes viis aastat tagasi eesti viipekeeles algõppe kursuse.

Kuigi see maailm oli mulle juba loomulikku teed pidi tuttav, ei tähenda see, et kui on töösituatsioonid, projektid või koostööd, siis oleks kõik alati väga lihtne. Kusjuures sel suvel saab mööda kümme



aastat esimesest kogupere peost „Puude taga on inimene“, mida tehes tulid minu ellu ka teist liiki puudega inimesed: ratastoolikad, pimedad ja intellektipuudega inimesed. Nendega meeskonnas töötades olen ma õppinud tohutult palju.

„Me pelgame seda, mida me ei tunne. Mina kartsin samamoodi.“

Mida täpsemalt õppinud oled?

Täiesti siiralt ütlen, et me pelgame seda, mida me ei tunne. Mina kartsin samamoodi. Ma tean, et kui me oma vanematega Pärnu linnas käisime, me olime maalt pärit, siis ma kartsin nendega suhelda tänava peal, sest muidu vaadatakse, et vehivad ja on mingid lollakad. Ja kui keegi oli natuke teistsugune – lonkas või liipas jalga – siis ikka kipud järele vaatama. Meilegi vaadati järele ja sosistati midagi.

Olen ääretult tänulik, et minu ellu tulid need inimesed, sest minu väärtushinnangud on loksunud paika. Ma olen õppinud tähtsamaks pidama hoopis teisi asju kui varem. Olen õppinud kannatlikkust – kõik asjad ei toimu nii kiiresti kui mina tahan, kõik tulemused ei tulegi kohe, me mõistame teksti erinevalt, me liigumegi erinevas tempos – ja just see tolerantsus, aktsepteerimine ja teinekord ka asjadega leppimine. Ma ei pea olema nii hull maksimalist, et peaks saavutama 100-st punktist 112, sest mina niimoodi tahan. Mul ei ole sellist saavutusvajadust; ma naudin seda teekonda, protsessi. Kui keegi ütleb, et „ei-ei, see pole võimalik,“ siis mind just see käivitabki.

Sinu elus on tähtsal kohal ka muusika: mängid akordionit ja karmoškät. Millal võtsid viimati pilli kätte?

Olen tegelenud muusikaga 7. eluaastast peale. Viimati mängisin eile õhtul Järvamaal. Meil on seal Oisus garaaž, kus me kord kuus oma karmoška sõpradega kokku saame – meil on garaaži-jämmid. Pillimäng on see üks koht, kuhu võid end ära unustada ja pääseda argimuredest. Mõtlen tihti, et mängin natukene ja siis avastan, „Oo, kolm tundi ongi möödunud!“ Muusika on minu elus väga tähtsal kohal.

Kas ka kuulad muusikat?

Kuulan pigem vähe, kui, siis autosõidul. Samas on mu plaadikogu küllalt aukartustäratav. Aga praeguses autos ei ole enam plaadimängijat, nii et häda on käes. Samas oskan nautida ka vaikust. Kõrv on inimese kõige tundlikum kuulmisorgan ja olen seda õppinud hindama ka tänu oma erilistele sõpradele. Olen õppinud panema ennast pimedade sõbra olukorda, kes peab kogu informatsiooni vastu võtma kõrvadega. Kui sul ei ole silmi, siis kuuled iga klõpsatust, iga purtsatust, iga uksepauku, iga vihmaraju laperdust. See väsitab tegelikult päris palju.



Piret ja lapselapsed Laura (8-a) ja Liisa (3-a) Avatud Talude päeval 2022 Raplamaal, sugulaste juures karmoškät mängimas. Foto: erakogu

Kuidas sa oma energiavarusid veel taastad?

Ma ei tunne enam piinlikkust, kui ma päeval magan. See tuleb lapsepõlvest. Meil oli selline Tammsaare-värk, et „tee tööd ja siis tuleb armastus“. Meil oli suur pere, aia- ja põllupidamine, loomad. Ei lastud meil midagi magada nii kaua, kui süda lustis – ikka vara üles, sest naabrid olid juba ammu põllul ja meie peame ka minema. Kuidagi väsitas ikkagi ära, hullult oleks tahtnud päeval magada, aga ei lubatud. Nüüd olen õppinud, et kui oled ikkagi väsinud, siis võid magada ka päeval.

Lisaks taastan end siis, kui lähen omadega rappa, st loodusesse. Imetore, et mul on nüüd lapselapsed, nunnupallid! Nad võtavad küll väga palju energiat, aga nad annavad ka vastu palju energiat.

Lisaks avastan nende pilgu läbi nii palju selliseidki asju, mida vahepeal ei märganud.

„Ühel tulevikupeol võiks olla nii, et me laulame kõik see mitukümmend tuhat inimest laulukaare all Eesti hümnit eesti viipekeeles koos viipekeelsete kurtidega, ja et tantsupeol saaksid tantsida ka nägemispuudega inimesed.“

Millest sa praegu unistad?

Tulles laulu- ja tantsupidude juurde, siis ühel tulevikupeol võiks olla nii, et me laulame kõik see mitukümmend tuhat inimest laulukaare all Eesti hümnit eesti viipekeeles. Ja et tantsupeol saaksid osaleda pimedad, näiteks on moodustatud paarid, kus üks on nägija, üks on pime ning siis tantsitakse tantsupeo lõputantsu „Oige ja vasemba“. Et me oleme üks, ajame ühist asja. Tõsi, ei saa päris kõiki tantse tantsida ega kõiki laule laulda, aga see on midagi, mida me saame ühiselt teha. Leiame siis selle ja kokku olemegi üks Eesti laulu- ja tantsupidu – see on meie rahvusliku identiteedi nii oluline osa. See peaks olema asjade loomulik käik.

Teiseks. Eesti viipekeel on keeleseaduses sees alates aastast 2007. Ikkagi areneme teosammul; ERR näitab viipekeelseid uudiseid kümme minutit päevas. Nojah... Unistan sellest, et meie riikliku tähtsusega sündmuste teleülekanne, näiteks aastapäeva aktusel, kultuuri-, spordi- ja muusikaürituste korraldamisel tagataks ligipääsetavus ka nägemis- ja kuulmispuudega inimestele. Et oleks standard: kirjeldustõlge, kirjutustõlge, viipekeeletõlge ja subtiitrid. Ja see ei oleks projekti- ega õhina põhine tegevus, vaid normaalsus.

Kolmandaks on Eestis puudu üks selline tugev korralik ligipääsetavusega tegelev organisatsioon. Soomes on see Kultuuria kaikille (eesti keeles Kultuur kõigile), kus on laual nii füüsilise kui mentaalse ligipääsetavuse temaatika. Eestis on seda kuidagi

tilgutatud – natuke teeb üks, natuke teine, ja suuresti kolmanda sektori algatusel. Alles praegu hakkab riik lohisedes järele tulema. Nüüd on projektidesse ja arengukavadesse moodne sõna „ligipääsetavus“ küll sisse kirjutatud, aga küsi sa mõne ametniku käest, mida see tähendab. Suure tõenäosusega ta vastab, et meil on kaldtee. Aga edasi? Kui ukсед automaatselt ei avane, siis see ei ole ligipääsetav. Sisu seal taga ikkagi väga ei teata. Hädasti oleks vaja konkreetset organisatsiooni, aga muidugi ka teadlikult toimetavaid inimesi. Ja rahastust – kuskilt peab see raha tulema, ilma rahata kaugele ei purjeta. Kindlasti ei ole raha aga primaarne, sest kõik algab märkamisest, suhtumisest ja teadlikkusest ja tahtmisest.

Kas sooviksid ka ise selle loomisesse panustada?

Ma pean kõik ise ära tegema! (Naerab.) Ma olen ilmselt liidritüüp, aga teisalt oleks ma väga vilets juht: unustaja, udu ja tuuseldis ja asjade üldse mitte korrektne meeespidaja. Aga ma võiksin olla visionäär, lokulööja, lobist. Ma ei tea, millal see valmis saab, aga ma näen, et see ei ole enam mägede taga, sest kui riigi ja ministriumite tasandil on lõpuks hakatud teemaga süvitsi tegelema, siis on aeg tegelema enam-vähem küps, et see organisatsioon ära luua. Me peame jõudma mõtteviisini – ligipääsetavus on normaalsus ja sellest saavad kasu, kas otse või kaudselt, kõik inimesed. Iga puue on erivajadus, aga iga erivajadus ei ole puue! ●

Piret Aus mängib löötspilli ja akordionit ning aitab teha kontserdid kõigile ligipääsetavaks.

Piret naudib oma tööd.

Piret mõistab eri-vajadusi hästi, sest tema vanemad olid kurdid.

Nende perel oli lausa oma viipe-keel.

Ka Pireti õde tegeleb eri-vajadustega, ta on kurtide koolis õpetaja.

Piret unistab ajast, kus ligipääsetavus on tavaline asi.

Kõik suuremad kontserdid ja etendused peaksid olema tõlgitud viipe-keelde ja varustatud subtiitritega.

Eestis peaks olema organisatsioon, mis tegeleks ainult ligipääsetavusega.



Eesti Puuetega Inimeste Koda 30



Maarja Kraiss-Leosk | EPIKoja tegevjuht

► Mul on EPIKoja igapäevast tööd vedades alati tänutunne eelkäijate suhtes – meie ei saaks täna seda tööd teha, kui varasemad tegijad ei oleks vankrit vedanud ja valdkonda õiges suunas tüürinud. Saan vaid ette kujutada, kui kitsastes oludes on läbi aetud ning kuidas puuetega inimeste hääle kõlama panemise nimel tegutsetud.

ÜRO puuetega inimeste õiguste konventsiooni täitmise variraportist (2018) saab EPIKoja loomise ja käivitamise kohta lugeda järgmist: *Eesti Puuetega Inimeste Koda moodustamiseks kulus ligi kümme aastat. 1985–1986 pöördusid tolle aja silmapaistvalt aktiivsed inimesed Mihkel Aitsam ja Leino Viiras Keskkomitee ja Ministrite Nõukogu poole kirjadega, mis valgustasid puuetega inimeste tegelikku elu. Autorid märkisid, et olukord on halb ning muudatusi on kiiremas korras vaja. Selleks aga tuleb luua organisatsioonid, kes puuetega inimeste õigusi kaitsma hakkaksid.*

1992. aastaks oli selge, et puuetega inimestel on piisavalt palju probleeme – elamistingimused on halvad, inimesed ei pääse oma kodudest liikuma, proteesid ja abivahendid on kvaliteedilt kehvad ning neidki on vähe saada; puuetega lapsed suletakse kodust kaugel asuvasse eriantarkoolidesse, kus side kodu ja perega jääb kas nõrgaks või katkeb üldse.

EPIKoja loomise aktiivseteks toetajateks ja eestvedajateks olid Mihkel Aitsam ja tollane sotsiaalminister Marju Lauristin. Põrkuti vastu erinevaid takistusi, erimeelsusi esines organisatsioonide vahelgi. Probleemidele vaatamata saadi hakkama – EPIKoja esimene põhikiri kirjutati sotsiaalministri Marju Lauristini poolt alla 5. veebruaril ja kinnitati 26. veebruaril 1993. aastal Sotsiaalministeeriumi käskkirjaga.

Tähtsaks maamärgiks puuetega inimeste valdkonnas on ÜRO Puuetega inimeste õiguste konventsioon, mis võeti vastu 2006. aastal ning mille Eesti allkirjastas 2007. aastal. Konventsiooni ratifitseerimisprotsessis, mis Eestis jõudis lõpule 2012. aastal, oli kõrgel kohal koostöö teiste riikide puuetega inimeste organisatsioonidega.

Ees on väljakutseid

Täna, 30 aastat hiljem, on puuete ja krooniliste haiguste teemadel kindlasti veel palju ära teha, teadlikkust tõsta, hoiakuid ja poliitikaid kujundada, inimeste toimetulekut toetada jne, aga kui võrrelda tänast aega 30 aasta taguse ajaga, siis tehtud on suuri samme. Nii riigi kui puuetega inimeste endi ja nende lähedaste poolt. Arvestades, et puuetega inimesi Eestis aastakümneid „ei olnud“, on tulnud palju arendada, rajada ja üles ehitada, vahel ka eksida ja teisiti teha, ning kõikide osapoolte panus on olnud tähtis ning vajalik.

Kui võrrelda tänast aega 30 aasta taguse ajaga, siis tehtud on suuri samme.

Ees on kindlasti ka hulganisti väljakutseid. Üheks neist on organisatsioonide elujõulisus ja püsimine. Tänapäeval võrgustatakse palju veebi teel või hoopis rahvusvahelises suhtluses. Tundub, et klassikaline organisatsiooniline tegevus, kindla liikmeskonna,



EPIKoja meeskond ligipäätava näituse avamise eel molberteid kokku kruvimas. Foto: erakogu



EPIKoja nõustaja Kristi Rekand ja Eesti Põletikulise Soolehaiguse Seltsi juhatuse liige Janek Kapper patsientide hariduspäeva juhtimas. Foto: erakogu

reeglite, tööjaotuse ja sageli ka vabatahtliku panusega ootab lisaks praegusele uusi ideid, värsket energiat ja lisanduvaid tegijaid. Seetõttu mul on alati hea meel, kui uusi organisatsioone luuakse või olemasolevatele hoogu juurde puhutakse.

Näeme seda oma igapäevases töös pidevalt – kõige paremini kõlab hääl siis, kui taga on tugev puude- või haigusspetsiifiline organisatsioon koos läbimõeldud agenda ja päriselu lugudega. Usun, et see on miski, mille nimel tegutseda – et organisatsioonid kestaksid, inimesed jaksaksid ja uued inimesed liituksid ja kaasa räägiks.

Selle aasta jooksul jõuame kindlasti veel EPIKoja 30 tegutsemisaastat tähistada. Kuid sellest tähtsam on see, et iga puudega inimene ja tema lähedane tunneks end Eestis turvaliselt ja toetatuna. Ja selle nimel EPIKoda ka 31 aastat astudes tegutseb. Tegevmeeskonna igapäevasel töölaual on huvikaitsetegevused laias valikute spektris: teadlikkuse tõstmise ja kommunikatsioonitegevustest koolituste ja info-päevadeni, ümarlaudadest ja komisjonidest koosolekute ja konverentsideni, projektitöödest ja rahvusvahelistest koostöösuhetest üksikisikute nõustamise ja esindamiseni. Teemasid jagub elukaareüleselt ja transpordist kultuurini, õigusküsimustest väärtusruumini, hoolekandest ja tervishoiust hariduse ja tööturuni jne.

Eestis võetakse puuetega inimeste arvamust ja kogemusi järjest enam kuulda. See seab vastutuse ka puuetega inimestele ja nende õiguste eest seisjatele – olla konstruktiiivsed ja avatud partnerid ning sisulise huvikaitsetegevuse elluviijad. ●

Meie tegevmeeskond, juhatuse liikmed ja võrgustiku liikmed võtavad igapäevaselt osa erinevatest töögruppide, ümarlaudadest ja aruteludest. Hetkeseisuga on EPIKoda lisaks muule tööle esindatud 17 inimese kaudu umbes 50 erinevas töögrupis.

Eesti Puuetega Inimeste Koda ehk EPIKoda on katusorganisatsioon, ühendades Eesti puuetega inimeste ühendusi ning liite. EPIKoda asutati 26. veebruaril 1993 ning meie koosseisu kuulub 15 maakonna puuetega inimeste koda ning 33 üleestilist puude- või kroonilise haiguse spetsiifilist liitu ja ühendust. Lisaks 6 toetajaliiget. Kokku esindame ligi 300 organisatsiooni. Meie liikmeteks on juriidilised isikud, mille liikmetest moodustavad puuetega inimesed ja pereliikmed või nende organisatsioonid vähemalt 51% liikmestonnast ning juhtorganitest. Me ei rakenda sisseastumismaksu, samuti ei ole liikmemaksu.

30 aasta vältel on EPIKoda juhtinud neli juhatuse esimeest/presidenti: Hagi Šein (1993–1998), Helve Luik (1998–2010), Monika Haukanõmm (2010–2022) ning alates 2022. aasta sügisest Meelis Joost. Lisaks on olnud seitse tegevjuhti: Valter Koppel, Reet Siimer, Lissi Kurg, Tiina Lille, Karin Hanga, Anneli Habicht ja alates 2022. aastast Maarja Kraiss-Leosk. Koja tegevmeeskonda on aastate jooksul kuulunud palju tublisid tegevtoetajaid: Hedi Gehrke, Ingrid Algvere, Aet Kuuskemaa, Tiina Mare Hiob, Heino Loo, Aive Sarjas, Merle Närp-Tomberg, Andres Jaigma, Meelis Joost, Tiina Tursman, Maris Migul, Getter Tiirik-Oper, Eha Leppik, Anne Tang, Helen Kask, Kirke-Anneli Kuld, Marja-Liisa Pihlak, Tauno Asuja, Kristi Rekand, Vladislav Veližanin, Mari Puuram, Kristi Kähär ja Katrin Tsuiman.

Eesti Puuetega Inimeste Koda (EPIKoda) sai 26. veebruaril 30-aastaseks.

30 aastat tagasi oli kõik teistmoodi: väga paljud puuetega inimesed olid kodus peidus, neil polnud abi-vahendeid, nad ei saanud käia koolis ega tööl.

Praegu on puuetega inimestel lihtsam hakkama saada.

Selle eest tuleb tänada inimesi, kes on nende aastate jooksul EPIKojas töötanud ja puuetega inimeste õigusi kaitsnud.

Aitäh!



Vahtrakad EPIKojal külas



► EPIKojas käisid külalised Rapla Hooldekeskuse Vahtra tugikeskusest. Kuidas kohtumine läks? Sellest räägivad külalised Kahro, Renee, Pille, Ele, Mari, Jaan, Marju juba ise lähemalt.

Ühel päeval külastasime EPIKoda. Kõigepealt me sõitsime bussiga Tallinnasse. Meid oli 12 inimest. Saabudes Eesti Puuetega Inimeste Kotta võisime parkida mugavalt lausa ukse ette. Kui vajutasime ukse kõrval olevale nupule, siis uks avanes ja hiljem sulgus täitsa ise. Meid ootas sõbralik vastuvõtt, võõrustajateks olid Maarja, Mari ja Janek. Võtsime joped ära ja seejärel saime vaadata majas ringi. Hoones oli seitse ruumi, need olid suured ja ilusad. Ka inimesed, kes seal töötasid, olid kenad ja sümpaatsed. Meid kutsuti koosolekuruumi, kus oli suur laud ja toolid. Istusime ühiselt kohvilauda. Olime toonud kaasa kringli, Janek pani lauale juustukoogi ja pererahva poolt olid maitsvad võileivad, kohv ning tee. Täitsa oma pere tunne oli! Peagi liitus meiega ka Kerttu.

Me ütlesime oma nimed ja tutvustasime ennast. Saime lehitseda ka uut ajakirja Sinuga. Tehti tore ettepanek, et selles ajakirjas võiks avaldada ka vahtrakate kirjutisi.

Täitsa oma pere tunne oli!

Edasi arutasime ligipääsetavuse teemat ja edasise koostöö võimalusi. Tutvustasime oma tööd lihtsustatud keeles tekstide koostamisel. Janek ja Kerttu kirjutavad keerulisi tekste ümber lihtsustatud keelde ja meie kontrollime üle, kas kogu tekst tuli ikka arusaadav.

Meie käest küsiti, mis raamat võiks olla lihtsustatud keeles, ja Kahro arvas, et „Sipsik“.

Toimus ka Vaimupuu fotokonkursi võitjate autasustamine.

Lõpuks tegime ühise pildi.

See kohtumine oli tore ja meeldis kõigile. Küsisime ka asjaosaliste arvamusi, mille avaldame allpool:

Renee: „Sümpaatsed, kenad inimesed.“

Kahro: „Südamlik vastuvõtt.“

Mari: „Minu süda jäi rahule.“

Ele: „Sõbrad said kokku. Ühine grupp pilt ja eriauhind tegid südame soojaks.“

Pille: „Sõbrad olid koos.“

Jaan: „Kook oli hea.“

Marju: „Bussijuht Armar oli väga vastutulelik.“

Ele: „See oli minu päev.“

Kahro: „Minu päev ka!“ ●



Vahtrakad EPIKoda külastamas. Foto: erakogu

EPIKojas käisid külalised Raplast, Vahtra tugi-keskusest: Kahro, Renee, Pille, Ele, Mari, Jaan ja Marju.

Nad teevad tähtsat tööd: nemad aitavad testida, kas lihtsas keeles tekst on piisavalt lihtne.

Ka ajakirja Sinuga tekstid, mis on lihtsas keeles, on nende poolt testitud.

Külalised vaatasid uut ajakirja Sinuga, sõid võileibu ja kooki, jõid kohvi ja teed.

Kahro ja Ele said auhinnad Vaimupuu fotokonkursi võidu-tööde eest.

Kõik jäid päevaga väga rahule.



Tallinna Puuetega Inimeste Kojal jagub nii rõõme kui ka väljakutseid

Helen Kask | Sinuga peatoimetaja



► Tallinna Puuetega Inimeste Koja (TPIK) tegevjuht Kadri Palk räägib lähemalt enda tööst, nii rõõmudest kui ka muredest.



Kadri Palk. Foto: Tiiu Hermat

Ligipääsetavuse puudumine või puuetega inimeste huvidega mitteametamine võivad meele mustaks teha, kuid siin tasub teadvustada, et kui puuetega inimesed, nende lähedased või meie, puuetega inimeste esindajad, vajakajäämistele tähelepanu ei pööra, ei pruugigi teemaga otseselt mitte kokku puutuvad inimesed ja otsustajad vigu märgata. Selleks me tegutseme, et häält teha ja märku anda.

Samuti motiveerivad väikesed asjad – pakkudes inimestele innustava põhjuse kodust välja tulemiseks ja saades hiljem selle eest kiidusõnu, on hea tunne ju vastastikune. Puuetega inimestele ja krooniliselt haigetele on sotsialiseerumine väga vajalik – sedagi püüame oma koja ja tegevuskeskuse tegemisi ning projekte kavandades ikka silmas pidada.

Räägi natuke lähemalt koja igapäevatööst. Mis teeb rõõmu? Mis valmistab ehk tuska?

TPIKoja igapäevane töö jaguneb sisuliselt kaheks – huvikaitse tegevused ja tegevuskeskuse pool. Huvikaitse poole eest vastutab peamiselt tegevjuht, loomulikult loovad kaasa ka tegevmeeskonna ja juhatuse liikmed. Suuresti juhib meie tegevuskeskuse tööd pikaajaline administraator Tiiu Kristjan – tema vastutusala on tegevusprojektide koordineerimine ning kõik see, mis puudutab ruumide rentimise korraldamist.

Tallinna Koja suuremad rõõmud on seotud sellega, kui meid on otsustajate tasandil märgatud ja kuulda võetud ning meie sõna või soovitusetega arvestatakse. Ka tublid organisatsioonid, kes regulaarselt tegutsevad

Oled ametis alates 2022. aasta maist. Mis ajendas kandideerima?

Kandideerima ajendas isiklik huvi puuetega inimeste valdkonna ja tervishoiu vastu laiemalt. Kuigi need teemad ei ole seotud otseselt, alati ja tingimata, ei saa siiski käsitleda üht nii, et teine on hoopis kõrvale jäetud. Kuivõrd isiklik lähedane kokkupuude mõlema valdkonnaga on mind tugevalt mõjutanud, siis tekkis usk ja lootus, et sel ametikohal töötades saan ehk protsesse mõjutada ja aidata inimeste eluolu päriselt paremaks muuta.

Selles töös ei saabu tulemused alati kiiresti, kuid motiveerivalt mõjub, kui antakse positiivset tagasisidet.

Mis sind töös motiveerib?

Selles töös ei saabu tulemused alati kiiresti, kuid motiveerivalt mõjub, kui antakse positiivset tagasisidet. Üks või teine asi oli olnud pikka aega lahendamata, aga tänu Koja initsiatiivile on toimunud muutused, mis puuetega inimesi kindlasti rõõmutavad.

ja enda liikmete eest seisavad, teevad meele rõõmsaks. Koda ei saa eksisteerida ilma liikmeteta ja aktiivsed liikmesorganisatsioonid tagavad Koja tuleviku.

Meie suuremad mured on sama teema jätk – kui liikmesorganisatsioonid hääbuivad ja uusi inimesi ühingutega ei liitu, muudab see tuleviku osas murelikuks. On üsna keeruline anda määrustele ja seadustele sisendit, kui me inimestelt, keda antud teema otseselt puudutab, piisavalt tagasisidet ei saa. Õnneks praegu siiski leidub aktiivseid ja kaasamõtlevaid inimesi, kes on huvitatud enda huvide eest seismisel kaasa rääkimisest. Mis aga saab 10 või 20 aasta pärast? See on kodade murekoht ja proovikivi.

Kuulun ka EPIKoja juhatusse, mille töös osalemine aitab kahtlemata koja ja meie inimeste häält kuuldamaks teha, samuti saada osa teiste kodade muredest ja rõõmudest. Olles otseselt EPIKoja inforuumis, on ka kohaliku koja eesotsas kindlam tegutseda. Ei saa unustada, et ka Tallinn on osa Eestist ja siinsete inimeste mured on kõigi eesti puuetega inimeste mured ning vastupidi.

Kas lisaks tavapärasele tööle on käsil ka mõni põnev projekt?

Tallinna Kojal lõppes 2022. aasta novembris 14 kuud väldanud AKF (Aktiivsete Kodanike Fondi) projekt „Tallinna puuetega inimeste organisatsioonide huvikaitsevõrgustiku tugevdamine“. Selle projekti käigus korraldasime mitmeid puuetega inimeste organisatsioonidele suunatud infoüritusi, seminare ja koosolekuid, eesmärgiga tugevdada võrgustikku. Et projekti algus langes kokku COVID-19 pandeemia lõpufaasiga, osutusid korraldatud ettevõtmised väga vajalikuks. Oli tunda, et suuresti tänu projekti tegevustele hakkasid inimesed taas kodudest välja tulema ning üha enam julgesid osaleda ka avalikel üritustel. Peame väga oluliseks projekti jooksul toimunud kohtumisi Tallinna Linnavalitsuse esindajatega: Tallinna Koja seminari

külastasid abilinnapea Betina Beškina ja linnavolikogu esimees Jevgeni Ossinovski ning toimus meie delegatsiooni külaskäik linnavolikogusse, kus tutvustasime linnavolinikele koja tegevusi ja eesmäärke. Oleme täheldanud, et projekti järel on kasvanud Koja kaasamine otsustamisse – selle üle on ainult hea meel.

Millised väljakutsed seisavad ees lähitulevikus?

Isiklikult pean väga oluliseks Tallinna Koja kavatsust käivitada juba lähiajal omastehooldajate tugigrupp. Teades, milline vastutus, koormus, ja ka teadmatus omastehooldajate õlul lasub, on tugigrupi loomine pikaajalise suure hoolduskoormusega inimestele väga oluline. See annab võimaluse kogemusi vahetada, oskusi ja nippe jagada ning loodetavasti ka jõudu ning jaksu edasi toimetada. Kahel esimesel korral oleme juba kohtunud ning kokku on plaanis kuus kohtumist.

Pea väga oluliseks Tallinna Koja kavatsust käivitada juba lähiajal omastehooldajate tugigrupp.

Käesoleva aasta üks suurem väljakutse on meie Koja hoovialale luua Meelte aed, eesmärgiga pakkuda võimalust erinevaid meeli stimuleerivateks elamusteks värskes õhus. Saime projektitaotlusele „Tallinn – Euroopa Roheline Pealinn“ raames positiivse otsuse, mille tulemusena avatakse aed juba juuni lõpus. Loodame, et selline tore „teistmoodi“ projekt toob meie majja nii vanu olijaid kui ka uusi tulijaid. ●

Kadri Palk on Tallinna Puuetega Inimeste Koja tegevjuht.

See Koda kaitseb Tallinna puuetega inimeste huvisid.

Siin on ka tegevus-keskus, kus toimuvad treeningud ja teraapiad.

Palju on korraldatud info-päevi ja koolitusi, et toetada puuetega inimesi.

Varsti luuakse siin omastehooldajate tugi-grupp, et toetada neid, kes peavad puudega lähedase eest hoolitsema.

Koja hoovi rajatakse Meelte aed, mida saab erinevatel viisidel tajuda.

Kadri usub, et head ideed toovad juurde uusi inimesi.



Psüühikahäiretega inimeste huvikaitstes proovikive jagub. Kuid raskused ongi selleks, et neid ületada.

Helen Kask | Sinuga peatoimetaja

► Möödunud aastal loodud Eesti Psüühikahäiretega Inimeste ja Lähedaste Huvikaitse Liit (EPILL) juhatus liikmed Mari Levo ja Lenne Lillepuu räägivad, kuidas värskel organisatsioonil läinud on ja millised ülesanded ootavad tulevikus.

Olete üle poole aasta toimetanud, kuidas esimene poolaasta on kulgenud?

Esimesed seitse kuud on olnud mitmekesised. Need on toonud kaasa põnevaid kohtumisi ja koostöövõimalusi (nt VATEK, Sotsiaalministeerium); oleme teinud taskuhäälingu Jakob Rosinaga, loonud Facebookis oma grupi ja arendame veebilehte. Meid on saatnud nii mõnedki oodatud ja ootamatud väljakutsed, aga eelkõige oleme saanud võimaluse luua vastupidav vundament, mille toel ühing jätkuvalt kasvada ja areneda saab. Juhatusesse kuuluks hetkel neli liiget. Oleme loomas töögrupe liikmetega, et ühingu ambitsioonikaid eesmärgi ka realistlikeks tegevusteks kujundada. Samas peame silmas pidama, et need üli vajalikud eesmärgid ja olulised tegevused motiveeriks meie kirglikke inimesi piisavalt. Me anname endale aru, et see töö on igas mõttes ressursimahukas.

Veebruaris peetud EPILLi arenduspäeval Pirita Kloostri saime veendumuse, et mõistlik on tegutseda võimalikult läbimõeldult ja ettevalmistatult, kasvõi väikeste n-õ beebisammudega, et jõuda seatud eesmärkideni, jäädes sealjuures ise terveks ja elurõõmsaks. Samuti peame olema oma tegevusega igati eetilised ja heaks eeskujuks.

Kui hästi on psüühikahäiretega inimeste õigused kaitstud? Mil määral on organisatsiooni loomine aidanud oma häält paremini kuuldavaks teha?

Eestis on väga vaja kaitsta psüühikahäiretega inimeste õigusi ning EPILLi loomine, arendamine ja tugevdamine üheskoos liikmetega aitavad seni realiseerimata plaane ellu viia. Arvestades psüühilise erivajadusega inimeste arvu pidevat

kasvu võib paraku nentida, et psüühikahäiretega inimesed ei saa vajalikku abi õigel ajal. Lisaks võiksid ka nende endi teadmised riskiteguritest, häirete olemusest ja abi saamise võimalustest olla oluliselt paremad.

Vaimsete häiretega inimesi elab kõikjal üle Eesti. Paraku aga on abi kättesaadavus parem Tallinnas ja Tartus. Vastavaid spetsialiste töötab ka Viljandis ja Pärnus. EPILLi roll on siin oluline eelkõige informatsiooni jagamisel nii häirete olemusest kui ka kõikvõimalikest abi võimalustest, mis võivad aidata kaasa patsientide taastumisele ja ravile Eesti erinevates piirkondades.

Tähelepanuta on jäänud eelkõige raske ja pikaajalise psüühikahäirega inimeste olukord

Suuremates linnades – haiglate või vaimse tervise keskuste juures – tegutsevad erinevate diagnoosidega inimeste tugigrupid. Kuid kahjuks ei tegutse need tugigrupid järjepidevalt ega hõlma kõiki abivajajaid. Tähelepanuta on jäänud eelkõige raske ja pikaajalise psüühikahäirega inimeste olukord (nt psühhoos, skisofreenia). Nad vajavad nii esindatust, huvikaitset kui ka seadusloome korrastamist. Raskete psüühikahäirete ja diagnoosidega inimesed ei suuda ega julge oma vajaduste ja õiguste eest ise seista.

Plaanime EPILLga tulevikus pakkuda vaimse tervise tuge erinevatele abivajajatele.

Millised proovikivid ootavad ees järgmistel aastatel?

Selle aasta põhieesmärk on arenguplaani ja sümboolika väljatöötamine. Järgmiseks sammuks



Taskuhäälingu salvestamine Jakob Rosinaga (keskel). Vasakul Mari Levo ja paremal Lenne Lillepuu. Foto: erakogu

on EPILLi teenuste arendamine, olemaks kasulik koostööpartner nii haigetele kui ka ettevõtetele, asutustele ja riigile. Ees ootavad erinevad ülesanded. Need seonduvad eeskätt organisatsiooni tugevdamisega, sh sise- ja väliskommunikatsiooniga, koolituste ja seminaride korraldamisega, kogemustlugude kogumise ning jagamisega erinevates kanalites. Tahame kaasa rääkida ka teenuste kvaliteedi tagamisel, luues näiteks auditi teenuse, samuti soovime osaleda kaitstud töö teenuse arendamisel, lisaks pakkuda EPILLi kaudu huvitegevusi nagu näiteks muusikaga tegelemine. Täiendame oma juhatuse koosseisu, saamaks juurde uute teadmiste ja oskustega inimesi, kelle kogemusi tulusalt rakendada. Ka liikumisaasta üritustel kavatseb EPILL kaasa lüüa, kuna soovime rõhutada liikumise osatähtsust vaimse tervise säilitamisel. ●

Mari ja Lenne toovad välja kolm olulist soovitus (uutele) huvikaitse organisatsioonidele.

- ▶ Kaasata väljastpoolt professionaalne arengunõustaja, kes aitab organisatsiooni eesmärgid objektiivselt kriitilise pilguga üle vaadata ja neid analüüsida. Arengunõustaja võiks esimese aasta jooksul teekonnal kaasas käia – see hoiab laialivalgumise eest, aitab püsida fookuses. EPILLi jaoks oli välise arengunõustaja kaasamine väga tark otsus, kuna osapooli on palju ja kõigil neil on erinevad arvamused ning ootused.
- ▶ Oluline on luua hästi planeeritud ja testitud tugev organisatsioonivundament selgete eesmärkide, prioriteetide, tegevuskava, protsesside, kommunikatsioonistrateegia ja kindlate rollidega.
- ▶ Peame oluliseks professionaalsete vabatahtlike kaasamist, tasustamist ja väärtustamist – väga oluline on toetada ja hoida EPILLi kirglikke tegutsejaid. Tähtis on ennast väärtustada ning mitte jääda tegevuste laviini alla ja hääbuda ning motivatsiooni kaotada.

Mis on Eesti Psüühikahäiretega Inimeste ja Lähedaste Huvikaitse Liit?

Eesti Psüühikahäiretega Inimeste ja Lähedaste Huvikaitse Liit (EPILL) loodi 10. oktoobril 2022. aastal – rahvusvahelisel vaimse tervise päeval – viie psüühilise erivajadustega inimeste toetamisega seotud organisatsiooni esindajate poolt. Ühingu eesmärk on kaitsta ja esindada psüühikahäiretega inimeste ja nende lähedaste õigusi ning huve ja ühendada valdkonna eestvedajaid ning selles vallas tegutsejaid.



Liidu tegemistel saab silma peal hoida Facebookis, otsi:

EPILL – Eesti Psüühikahäiretega Inimeste ja Lähedaste Liit

2022. aastal loodi Eesti Psüühika-häiretega Inimeste ja Lähedaste Huvikaitse Liit.

See liit kaitseb psüühika-häiretega inimeste ja nende lähedaste huvisid.

Psüühika-häiretega inimesi on iga aastaga järjest rohkem.

See näitab, et inimesed ei saa vaimset abi õigel ajal.

Psüühika-häiretega inimestel on raskem tööd leida, nad võivad tunda end üksildasena.

Uus liit soovib rääkida avalikult psüühika-häiretest, et kõik inimesed teaksid, mis need on.

Siis mõistavad teised inimesed paremini, kuidas psüühika-häiretega inimestega suhelda.

Ainult nii saab psüühika-häiretega inimesi aidata.



Võrdõigusvoliniku roll puuetega inimeste ja mitmekesise ühiskonna kaitsel

Christian Veske | Võrdõigusvolinik
Kristi Joamets | Võrdõigusvoliniku kantselei nõunik



► Milline on võrdõigusvoliniku roll puuetega inimeste kaitsel? Kuidas tagada mitmekesine ühiskond? Teemat avavad võrdõigusvolinik Christian Veske ja võrdõigusvoliniku kantselei nõunik Kristi Joamets.

Ma alustan ülestunnistusega – mulle ei meeldi inimesi kategooriatesse liigitada. Seetõttu ei meeldi mulle kasutada ka väljendit puudega inimene, sest selline väljend justkui nulliks ära inimese kõik teised identiteedid. Kui naisest, mehest või mõne muu identiteediga inimesest saab lihtsalt puudega inimene, siis näib meie ühiskondlik värvipalett ja avalik ruum palju tuhmim.

Kuigi õiguste sisustamisel ning kaitsel on kategooriate loomine vajalik, võib see olla ka probleemiline. Näiteks, kui on ebaselge, millise tunnuse alusel on inimest ebavõrdselt koheldud, või on ebavõrdse kohtlemise aluseks olnud mitu tunnust korraga.

Võrdõigusvoliniku ametisse astudes ütlesin, et puuetega inimeste – nii naiste kui meeste – temaatika kogu oma mitmekesisuses on minu jaoks väga oluline. Üks minu esimene kohtumine volinikuna oli nimelt Eesti Puuetega Inimeste Kojaga. Eesmärgiks oli tihendada suhtlust ning julgustada inimesi voliniku poole pöörduma. Alljärgnevalt oleme koos kolleegi Kristi Joametsaga kirja pannud, mida võrdõigusvoliniku institutsioon saaks puuetega inimeste heaks ära teha.

Võrdõigusvoliniku ametisse astudes ütlesin, et puuetega inimeste – nii naiste kui meeste – temaatika kogu oma mitmekesisuses on minu jaoks väga oluline.

Peatume sellelgi, missugune on tööandjate roll erivajadustega inimeste täisväärtusliku elu kujundamisel ja millist rolli hakkab meie elus mängima tehisintellekt. Viimati nimetatud valdkond vajab

põhjalikumad tutvustamist, et selle kaudu tõsta nii tehisintellekti arendajate, tellijate kui ka huvi-gruppide teadlikkust võrdõiguslikkusest.



Christian Veske. Foto: Kaisa-Maarja Pärtel

Millal saab abi võrdõigusvolinikult?

Soolise võrdõiguslikkuse ja võrdse kohtlemise voliniku ehk võrdõigusvoliniku institutsioon on loodud kaitsmaks inimesi diskrimineerimise eest. Meie tegevust reguleerivad kaks seadust – soolise võrdõiguslikkuse seadus ja võrdse kohtlemise seadus. Lisaks meile saavad inimesed, kes kahtlustavad, et neid on diskrimineeritud, pöörduda ka õiguskantsleri poole. Võrdse kohtlemise seaduses laieneb kaitse puude tunnuse alusel diskrimineerimisuhtumitele, mis on seotud tööle saamise (sh värbamise) või töötamisega, füüsilisest isikust ettevõtjaks saamise, kutseõppe ja karjäärinõustamise ning töötajate või tööandjate ühingusse kuulumisega. Muudel juhtudel, näiteks teenuste saamisel, saab inimene, kes kahtlustab, et teda on diskrimineeritud tema puude tõttu, pöörduda õiguskantsleri poole. Selline erinev kohaldamisala on probleemiks õigusselgusel, sest inimesel on sageli keeruline aru saada, millal ta peaks oma murega pöörduma voliniku poole ning millistel juhtumitel õiguskantsleri poole.

Voliniku kantselei on probleemile juba varasemalt tähelepanu juhtinud ja tegutseme ka praegu selle nimel, et erisus võrdse kohtlemise seaduses kaotataks.

Kõik eelnev aga ei tohiks takistuseks saada nõu küsimisel, kui kahtlustatakse ebavõrdset kohtlemist. Julgelt võib pöörduda voliniku poole, ja kui peaks ka selguma, et volinik ei saa juhtumit lahendada, saame anda nõu ja abi õiguskantsleri poole pöördumisel. Oluline on mitte leppida ebavõrdsusega, vaid küsida volinikult nõu.

Erivajadused tööelus

Töötajate võrdne kohtlemine on üks osa organisatsiooni sotsiaalse vastutuse printsibist. Tihti tööandjad unustavad oma organisatsiooni väärtustes kokkuleppimisel ning eetikakoodeksite loomisel võrdse kohtlemise küsimuse. Voliniku veebilehel on eraldi lehekülg toetav.ee, millelt leiab näidissisu tööandja käitumisjuhendite jaoks, kusjuures see hõlmab ka erivajadustega ja puuetega töötajaid.

Voliniku praktika näitab, et üheks probleemiks praktikas on mõiste *puue* tähendus võrdse kohtlemise mõttes. Nimelt ei märgata, et puue võrdse kohtlemise seaduses ja puuetega inimeste õiguste

konventsioonis on laiemalt võttes puude meditsiiniline tähendus. Näiteks on voliniku kantselei poole pöördutud küsimusega, et kui mulle ei ole puuet riigi poolt määratud, kas ma siis ei saa ebavõrdse kohtlemise puhul kaitset? Loomulikult saab, ja oma murega peakski kindlasti voliniku poole pöörduma.

Voliniku praktika näitab, et üheks probleemiks praktikas on mõiste puue tähendus võrdse kohtlemise mõttes.

Puue on võrdse kohtlemise mõistes erivajadus, mis töösuhtes tingib vajaduse muuta ja kohandada inimese jaoks töökeskkonda ja tegevusi. Vaieldamatult võib tööandjal olla sellises olukorras keeruline luua töötajatele tingimusi, mis nende erivajadusi arvestavad. Nagu eespool selgitasime, on see üks osa organisatsiooni kultuurist, millest tööandja ei tohiks mööda vaadata. Kahju on kuulda tööandjate seisukohti, et meil praegu ei ole töötamine puudega inimesele kohandatud, aga kui meile esimene puudega töötaja tööle tuleb, küll siis me vajalikud muudatused loome. Tegelikult peaks olema tööandja läbi arutanud võimalused puudega töötaja palkamiseks ning seda võiks ka oma kodulehel ühe sotsiaalse vastutuse meetmena näidata. Meie praktika kohaselt jääb tööandjatel sageli puudu teadlikkusest, mida puue võrdse kohtlemise kontekstis tähendab ning kuidas sellega töösuhtes arvestada.

Tehnoloogilised lahendused

Tehnoloogia areng on puuetega inimeste jaoks oluline, kuna loob suuremad võimalused, muu hulgas ka tööelus osalemiseks. Kindlasti toetab puuetega inimesi tööelus näiteks kaugtöö tegemise harjumuspäraseks muutumine, kuid siinkohal tuleks arvestada, et tööl käimine võib olla oluline osa inimese täisväärtuslikust elukogemusest ning kontor on ühtlasi ruum sotsiaalsete suhete loomiseks.

Seega võib puudega inimeste vaid kaugtööle suunamine (kuna see on lihtsam) töötada vastu täisväärtusliku elu elamise põhimõttele.

Paraku aga võib tehnoloogia areng kätkeada endas ka täiendavat peidetud riski (ka mittetead-

likult) otseselt või kaudselt diskrimineerida. Eestis esineb nimetatud probleemi veel vähesel määral, aga rahvusvahelises kontekstis räägitakse juba väga palju tehisintellekti poolt korda saadetavast diskrimineerimisest ning ühe grupina tuuakse välja just puudega inimesed.

Tehnoloogia areng on puuetega inimeste jaoks oluline, kuna loob suuremad võimalused, muu hulgas ka tööelus osalemiseks.

Kuna puuded võivad olla väga erinevad ja algoritmid on üles ehitatud n-ö keskmise järgi, siis on algoritmil puuet raske arvestada ning see võib viia diskrimineerimiseni, mis sageli jääb varjatuks. Ühe näitena võib välja tuua tööle värbamise automatiseeritud protsessid, mil võib tekkida olukord, kus puuetega inimeste võimalused läbida automatiseeritud elulookirjelduste esmast läbivaatust on oluliselt ahtamad kui teistel.

Tehisintellektipoolne diskrimineerimine või ebavõrdsuse suurenemine on valdkond, mis muudab meie ühiskonda fundamentaalselt. Kui meil on päriseluski raske kaasinimesi õpetada nägema puude taga inimest ja elu kogu oma mitmekesisuses, siis sellised mustrid võivad kergelt kanduda üle automatiseeritud otsuste maailma. Nii võib tehisintellekt hakata peegeldama ja võimendama pärismaailmas eksisteerivat ebavõrdsust. Seepärast on oluline, et arvestaksime tehisintellekti arendamisel ka niisuguse aspektiga. ●

Kõik inimesed on võrdsed.

Mitte kedagi ei tohi kiusata sellepärast, et ta on teistest erinev.

Kui nii juhtub, saab abi võrd-õigus-volinikult.

Võrd-õigus-volinik kaitseb ka puuetega inimesi.

Töö-andjad peavad teadma, kuidas suhelda puudega töötajaga, nii et kogemata teda ei solvaks.

Ka tehis-intellekti tuleb arendada nii, et ta oskaks arvestada inimeste puuetega.



Mul on õigus saada seda abi, mida vajan

Katrin Tsuiman | EPIKoja nõunik

► Selleks, et igaüks meist saaks elada väarikat ja tähendusrikast elu, on oluline julgus ja oskus olla kodanik. See tähendab oma õiguste teadmist ja nende eest seismist. Kuidas seista on oma õiguste eest, selgitab EPIKoja nõunik Katrin Tsuiman.

Eesti Vabariigis oleme ühiskonnana omavahel kokku leppinud olulised riigi toimimise alustalad. Me oleme otsustanud, et tahame elada demokraatlikus, inimese õigusi austavas riigis. Ühist koostöömimist, inimeste huve ja õigusi kirjeldavad ja kaitsevad mitmed rahvusvahelised konventsioonid, millega oleme ühinenud, ning meie oma riiklikud seadused. Meie elukorralduse vundament on Eesti Vabariigi põhiseadus, mis rõhutab inimväarikuse, sotsiaalse ja demokraatliku õigusriigi põhimõtteid. Oleme riigina ühinenud ÜRO Inimõiguste ülddeklaratsiooniga ja ratifitseerinud ka Puuetega Inimeste Õiguste konventsiooni. Sellega oleme võtnud endale suuna luua riik, kus iga puudega inimene on teistega võrdne kodanik, keda ei disk-

rimineerita ning kellele on loodud võimalused saada abi ja toetust vastavalt oma vajadustele. Puuetega inimestel on õigus võrdsele kohtlemisele kõikides eluvaldkondades, sh hariduses, tööhõives, tervishoius, transpordi võimalustes.

Oleme riigina nimetanud Eesti Vabariigi põhiseaduses olukorrad, millal on meil õigus riigi poolt korraldatud abile. Meist igaühel on õigus tervise kaitsele ja riigi abile vanaduse, töövõimetuse, toitjakaotuse ja puuduse korral. Samuti on puuetega inimesed riigi ja kohaliku omavalitsuse erilise hoole all. Riigina oleme otsustanud üldise põhimõtte, et esmane abi ja toetus korraldatakse inimesele kõige lähemal, omavalitsuse tasandil. Kohalikul omavalitsusel on kohustus korraldada kohalikku elu vastavalt oma inimeste vajadustele. Osa abimeetmetest on siiski ka riigi korraldada – Töötukassa ja Sotsiaalkindlustusameti poolt. Peamised teenused, mis aitavad osaleda ja igapäevaeluga toime tulla, peavad olema kättesaadavad inimese elukohajärgses omavalitsuses. Sotsiaalhoolekande seaduses on loetelu teenustest, mida peab omavalitsus osutama, kui tema inimesel on sellise abi vajadus. Samas tuleb omavalitsusel korraldada ka muud abi ja teenuseid, vastavalt oma inimeste vajadustele.

Paraku on meie inimestel kogemusi, et päriselus seaduse tasandil kirjeldatu alati ei toimi. Taotletud abi ja tugi ei ole osutunud kättesaadavaks. Endiselt tuleb ette olukordi, kus inimesed ei teagi, et nii- või naasugused võimalused ja abi üldse olemas on. Selle olukorra muutmisele saab meist kaasa aidata igaüks. Demokraatlik riigikord annab meile selleks võimalused ja õigused, ent samas ka kohustused ja vastutuse.

Miks tuleb kaitsta oma õigusi?

Puudega inimesena peame omama täpselt samu võimalusi nagu iga teinegi. See on meie inimõigus.



Katrin Tsuiman. Foto: REKFoto

Igaüks on erinev ja nii on ka iga inimese elus ette-tulevad olukorrad erinevad. See tähendab, et ainult me ise teame, mis võiks olla parim lahendus, mis meid päriselt aitaks. On väga oluline, et me räägiks oma vajadustest ja kaitseks oma õigusi. Ainult inimene ise teab, mida ta tunneb ja kogeb oma olukorras. Keegi teine seda konkreetset olukorda ei tunne ja selles olija vajadusi ei tea. Meil on õigus osaleda ka kõikides tegevustes ja meid puudutavate probleemide lahendamises.

See tähendab, et me peame vajadusel abi küsima, aktiivselt osalema ja kaasa aitama oma vajaduste ja olukorra välja selgitamisele ehk olukorra hindamisele. Kui me pärast seda ei saa oma vajadusele vastavat abi, siis tuleb olla valmis vaidlema ja oma õiguste eest seisma.

Käesoleva aasta märtsis-aprillis EPIKoja võrgustiku liikmete seas läbi viidud küsitluse põhjal oli pisut üle poole vastajatest (54%) kogunud takistusi omavalitsusest abi saamisel ja pooled neist ei ole ka peale abist keeldumise otsust midagi ette võtnud.

Kui me pärast seda ei saa oma vajadusele vastavat abi, siis tuleb olla valmis vaidlema ja oma õiguste eest seisma.

Omavalitsuse abimeetmetest on enam olnud raskusi tugiisiku teenuse (34%) ja sotsiaaltranspordi teenuse kättesaadavusega (23%) ning abivahendite, ravimite ostmise ja ka kodu kohandamisega seotud rahaliste toetuste saamisel.

SKA teenuste ja toetuste puhul ei olnud üle poole vastajatest (58%) rahul puude raskusastme määramise otsusega, 34% puudega inimese toetuse, 29% sotsiaalse rehabilitatsiooniteenuse ja 21% soodushinnaga abivahendi soetamise otsustega.

Samas küsitluses osalenud inimesed tõid välja, et juhul kui nad esitasid vaide või pöördusid halduskohtusse, siis muudeti varasemaid otsuseid ja saadi enamasti oma vajadustele vastavat abi. Seda nii omavalitsuse kui Sotsiaalkindlustusameti teenuste ja toetuste puhul. See näitab, et seadusandlik raam on küll puudega inimeste õigusi ja huve kaitsev, kuid nende rakendamisel ei ole alati õiguspäraselt tegutsenud. Selliste vaide- ja kohtumenetluste kaudu

on võimalus ühtlustada seaduse rakendamist ja selle tõlgendamise tavasid omavalitsustes. See on oluline samm ebaõiglase olukorra muutmiseks ja võrdse kohtlemise metoodika loomisel, kokkuvõttes enda õiguste ning huvide eest seismisel.

Seega on esimene võimalus oma vajaduste eest seismiseks esitada tehtud otsuse peale vaie asutusele, kes tegi otsuse, millega rahul ei olda. Kui see ei too vajalikku lahendust ja sobivat abi, siis on võimalus pöörduda halduskohtusse. Juhul kui oma teadmistest ja oskustest jääb väheseks, siis on võimalik pöörduda tasuta õigusnõustamiseks Õigus-teenuste Büroo poole. Töövõime või puude raskusastme hindamise taotlustega seoses saab pöörduda EPIKoja nõustaja poole.

Ka puudega inimene ise peab olema teadlik oma õigustest, võimalustest ja kohustustest kodanikuna. Igast diskrimineerimise ja õiguste rikkumise juhtumist tuleb teavitada, et aidata ise kaasa võrdse kohtlemise tagamisele.

Mida veel ära teha saaks?

Loomaks parimat kaasatust ja elukorraldust on väga oluline teha inimese hääl kuuldavaks eeskätt oma kodukohas. Eesti elu algab igast väiksemast kogukonnast. See tähendab ühtlasi julgemalt oma puudest või haigusest rääkimist. See hõlmab tutvustamist ja selgitamist, millised omapärad konkreetse erivajadusega kaasnevad, mida kogetakse ja tuntakse ühiskonnas elades. Niisugune huvikaitse eesmärk on puude- ja diagnoosipõhistel ühingutel ja nendega tasub liituda. Ühiselt saab jagada teistega kogemusi ning muuta oma hääl kuuldavamaks. Ühinged jagavad vajalikku infot ja nõustamist ning sealt saab inimlikku ja kogemuslikku tuge.

Mida rohkem me avalikult räägime erinevustest, seisame oma õiguste ja vajaduste eest, seda suurem on teadlikkus ja seda loomulikumaks muutub tööik, et me kõik oleme erinevad.

Iga inimene on väärtuslik osa selles muutusi loovas koostöös. Parimad oma elu eksperdid on erivajadusega inimesed ise. Nad peavad oma ellu puutumas saama julgemalt kaasa rääkida. See annab asjaosalistele parema kontrolli oma elu üle, võimaldab olla sõltumatum ja vastavalt võimekusele ka iseseisvam.

Tänu oma õiguste ja huvide eest seismisele muutuvad teenused inimese vajadustele sobivamaks. Nii toetavad teenused erivajadusega inimeste olemasolevaid oskusi ning aitavad välja arendada uusi. See omakorda loob uusi võimalusi, saamaks panustada rohkem kogukonda ja olla kaasatud. Nii saab ka abivajajana elada sellegipoolest täisväärtuslikku elu.

Iga väike samm lisab kilukese suuremasse pilti ning koostöös saame tagada ühiskonnas positiivseid muutuseid laiemalt. ●

EPIKoja nõunik Katrin Tsuiman kirjutab, et puudega inimesed peavad teadma oma õigusi.

Puuetega abi-vajajad pole alati saanud teenuseid, mis on neile ette nähtud.

Kui inimesele öeldakse „ei“, siis ei taha ta enam rohkem abi küsida.

Puudega inimesed peavad olema julged ja küsima teenuseid, mis aitavad neil paremini hakkama saada.

EPIKoda aitab puuetega inimestel nende õiguste eest seista.



Kuhu liigud, erihoolekanne?

Elen Preimann | Sotsiaalministeeriumi hoolekande ja sotsiaalse kaasatuse osakonna nõunik

► Erihoolekanne on teinud viimase kahekümne aastaga läbi märkimisväärse kvaliteedihüppe. Kus me oleme tänaseks ja kuhu edasi liigume, selgitab sotsiaalministeeriumi hoolekande ja sotsiaalse kaasatuse osakonna nõunik Elen Preimann.



Elen Preimann. Foto: erakogu

Tuleme ajast, kus erilised inimesed nii-öelda pandi silma alt ära. Inimesed, kellel oli psüühikahäire ja/või füüsiline puue, ei elanud asulates, kus ülejäänud rahvas. Erilised inimesed elasid mitmesajakesi koos suurtes institutsionaalsetes hoolekodudes ja jagasid ainsat „oma kohta“ – tuba, kus paiknes nende voodi – mitme inimesega. Söök tuli sööklast ja meelelahutuseks oli see, mida hoolekodu personal kohapeale organiseeris. Valida polnud midagi, riidedki tulid suuruse järgi laost. Arsti juurde, poodi saada oli keeruline. Täna ei taha seda aega enam meenutada.

Alates 2006. aastast on erihoolekande valdkonnas toimunud märkimisväärne kvaliteedihüpe eelkõige just teenuse füüsilise keskkonna osas. Oleme palju tegelenud deinstitutionaliseerimisega (DI). Inimkeeles tähendab see seda, et oleme Euroopa Regionaalarengu Fondi raha toel sulgenud Eestis 14 suurt

erihooldekodu ja nendeasukad, kes seal ööpäev läbi keevat erihooldekandeteenust kasutasid, on saanud uued elamised. Tõsi, Võisikus küll ootavad mõned inimesed veel oma uue kodu valmimist. Uued elupaigad on rajatud asulatesse ja nii, et koos ei elaks üle 10 inimese, ning – mis eriti tähtis – igaühel on oma tuba. Lisaks voodile on ruumis ka oma riidekapp ja sisustus on säitunud just nii nagu elanik tahab. Tegelikult on see ju elementaarne inimväärtus elukeskkond – ei midagi luksuslikku –, aga nii mõnegi erilise inimese jaoks oli seegi varem kättesaamatu. 2023. aasta lõpuks on tervelt 1725 inimest saanud uue kodu. On põhjust rõõmustada!

Isikukeskse teenusmudeli katsetamine

2012. aastal töötas Euroopa eksperdigrupp välja rahvusvahelised juhised, kuidas DI protsess kõige paindlikumalt võiks rakenduda. Juhised ütlevad, et DI ei hõlma üksnes suurte asutuste sulgemist, vaid ka toetavate teenuste osakaalu suurendamist ning paindlikumat ja kättesaadavamaid teenuste süsteemi kogukonnas. Ka Eestis leiti, et selline lahendus, kus erilised inimesed nii-öelda sobitatakse teenuste alla, ei ole kõige parem. Trinidad Wiseman selgitas 2016. aastal Sotsiaalministeeriumi tellimusel välja erihooldekandeesüsteemi kitsaskohad:

- abivajajaid ei märgata õigeaegselt, sekkumine toimub liiga hilja;
- erihooldekande-, rehabilitatsiooni- ja kohaliku omavalitsuse sotsiaalteenuste vajaduse hindamine on killustunud ja dubleeriv;
- lähedastele pakutav toetus ei ole piisav, peredel on suur hoolduskoormus;
- abivajajad on abi saamiseks sageli sunnitud oma elukohast ja kogukonnast lahkuma;
- teenuste korraldus ja rahastamise põhimõtted on jäigad nii teenuse sisu, mahu, osutamise koha, aja ja sageduse osas ning teenuse üksiktegevusi pole võimalik väiksemas mahus eraldi määrata.

Leiti, et oluline on luua rohkem teenuseid, mis oleksid paindlikumad ja kättesaadavamad ja kus eriline inimene saaks elada edasi oma kodus. Ees-

märk luua erihooldekandeteenustele uued teenusesüsteemi alused sõnastati Heaolu arengukava 2016–2023 rakendusplaanis.

Alates 2018. aastast on Euroopa Sotsiaalfondi (ESF) toel psüühikahäirega inimeste aitamiseks katsetatud uutmoodi lähenemist, mida kutsume ISTE-ks. ISTE tähendab isikukesket ja komponendipõhist teenuseosutamise mudelit. Väga lühidalt kokku võttes on tegu mudeliga, kus psüühikahäirega inimese esmaseks toetajaks on kohalik omavalitsus (nagu kõigi teistegi abivajavate inimeste puhul), kus omavalitsuse juhtumikorraldaja hindab inimese abivajadust ja vastavalt sellele, millistes eluvaldkondades inimene tuge vajab, leitakse talle koos baasteenuse pakkujaga sobivad teenuskomponendid, mis koostöös inimese toimetulekut parandavad. Eriliseks teeb asja see, et inimese toimetulekut hinnatakse üks kord, aga toetuseks vajalikud komponendid kogutakse kokku erinevatest süsteemidest – need võivad olla praegustes toetavates erihooldekandeteenustes sisalduvad komponendid, sotsiaalse rehabilitatsiooni üksikteenused, kohaliku omavalitsuse pakutava abi komponendid. Komponendid inimese jaoks ühte tegevusplaani kogub baasteenuse pakkuja – baastoetaja, kes jääbki inimese kõrvale nii kauaks, kui inimene toetust vajab. Ja lisaks psüühikahäirega inimese aitamisele saab selles mudelis aidata ka näiteks inimesega koos elavat lähedast, kes mängib psüühikahäirega inimese elus suurt rolli.

Kuna ISTE mudelis on ära parandatud just need kohad, mis erihooldekande ja sotsiaalse rehabilitatsiooni süsteemis mitte kõige paremini ei olnud, ja mudelit on katsetatud-täiustatud mitmeid aastaid, soovime ISTE mudelit paari aasta pärast rakendada üle Eesti. Kuna tegu on psüühikahäirega inimeste ja neile teenuste pakkujate ning kohalike omavalitsuste jaoks suure muudatusega, nimetame rakendamist erihooldekande reformiks.

Reformi on plaanis ellu viia järk-järguliselt. Esimene eesmärk on jätkata (peale ESF rahastuse lõppemist 2024. aasta lõpuga) nende inimeste (ca 850 inimest) toetamist, kes katsetamise perioodil projekti tuge saavad, nii et nad ei jääks 2025. aastal ilma toeta. Sealt edasi, aastast 2026, võiksid toe-

tavate teenuste kasutajad hakata liikuma kohaliku omavalitsuse toetusele sedamööda, kuidas inimestele SKA poolt väljastatud suunamiskirjad läbi saavad. Nii ei teki omavalitsustele korruga liiga suurt koormust inimeste toetamise ülevõtmisel. Eduka rakendamise eelduseks on digiarenduste valmimine (STAR arendus peaks valmima 2025. aasta lõpuks) ja muidugi lisarahastuse saamine. Mudeli üle Eesti rakendamiseks küsime kohalike omavalitsuse toetusfondi tarbeks riigieelarvest raha neile inimestele, kes praegu ISTE projektis osalevad või riigi korraldatavaid toetavaid teenuseid kasutavad (ca 3000 inimest), aga ka nende inimeste toetamiseks, kes toetavate teenuste järjekorras ootavad või kes seni ei olegi kohaliku omavalitsuse vaatevälja sattunud, kuigi toetust vajaksid. Seda, kas riigieelarvest raha õnnestub saada, ette ei tea, kuna kahtlemata on Eesti riigis teisigi valdkondi, kus raha napib. Vastvalitud valitsuse koalitsiooni kokkuleppes on isikukeskse teenuse pakkumisega jätkamine erihoolekandes kenasti sees.

Oluline on rõhutada, et planeeritavad muudatused ei puuduta ööpäev läbi kestvate teenuste korraldamist – need teenused jäävad ka edaspidi riigi vastutusele.

Kuhu liigud, erihoolekanne?

Käesoleva aasta plaan oli küsida riigieelarvest raha, et tõsta alates 2024. a kõigi erihoolekandeteenuste maksumust. Täiustasime SKA-ga teenuste kulumudelit (lisasime mudelisse lisapersonali, amortisatsioonikomponendi jne) ja teame nüüd selgelt, millised on vajakajäämised. Kahjuks vastse valitsuse sõnumid lisaraha saamise osas kindlust ei tekita, pigem vastupidi, aga lootust me ei kaota.

Nagu öeldud, jäävad ööpäev läbi kestvad teenused ka erihoolekande reformi järgselt riigi korraldada. Seni ei ole riik oma ülesandega piisavalt hästi hakkama saanud – teenuskoha ootamise aeg on liiga pikk. Teenuskohtade juurde loomine nõuab raha, aga mitte ainult seda.

Oleme võtnud riigis suuna, et toetame eelkõige selliste teenuste arengut, kus inimene saab edasi elada oma kodus. Selleks ongi oluline teha erihoole-

kandes reform, kuna kohalik omavalitsus on ju inimesele kõige lähemal ja ka psüühikahäirega inimesel on sinna abi küsima minna kõige lihtsam ja loogilisem. Kui inimest õigel ajal õigesti toetada, saab ta kauemaks jääda elama oma koju ja see aeg, mil ta muutub ööpäev läbi kestva toetuse vajajaks, ehk ei pruugigi saabuda.

Oleme võtnud riigis suuna, et toetame eelkõige selliste teenuste arengut, kus inimene saab edasi elada oma kodus.

Erihoolekandeteenuseid kasutab ca 6000 inimest. Toetavate ja ööpäev läbi kestvate teenuste vajajaid on umbes pooleks. Lisaks on ca 1000 inimest, kes vajaksid teenuseid, kuid kellele kahjuks kohti ei jätku. Miks me siis kohti juurde ei tee? Nagu öeldud, kummitab meid rahapuudus. Kohtade loomiseks on vaja teha investeeringuid ja seejärel tagada igakuine teenuse rahastamine. Praegushetkel ei ole uute kohtade loomine ettevõtjatele, potentsiaalsetele teenusepakkujatele atraktiivne, kuna selles valdkonnas on hinnad nii madalad, et ots otsaga kokkutulemine on väljakutse, kasumisse jäämisest rääkimata. Näiteks oli teenus äärmuslikult kahjustava käitumisega autistidele vastavas nimekirjas sees juba aastast 2019, rahastus ka SKA eelarves samuti olemas, aga teenuse osutaja õnnestus leida alles eelmisel aastal.

Madal teenuse hind tingib selle, et tegevusjuhendajatele ei saa maksta töö eest väärilist tasu ja personalivoolavus on kurvakstegevalt suur. Tähendab personalivoolavus ju seda, et vajalikud teadmised-oskused omandanud inimene lahkub teisele tööle ja tema asemele tuleb leida uus. Ka teenuse kasutajatele ei mõju tugipersonali pidev vahetumine kindlasti hästi.

Oleme saavutanud kokkuleppe, et erihoolekandeteenuste töötajate palk peaks igal aastal tõusma vähemalt sama palju kui tõuseb tervishoiutöötajate palk (vastavalt palgakokkuleppele), ja seni on õnnestunud teenuse hinnas sisalduvat palgakomponenti ka vastavalt tõsta. Kahjuks on aga



Enne ja pärast. Vasakul Sõmera söökla, kus elanikel ei olnud mingisugust valikuvabadust ei söögiaegade, menüü valiku, maitse ega millegi muu osas. Paremalt fotol teevad elanikud endale ise süüa oma köögis. Fotod: erakogu

baasiks olev palganumber oluliselt madalam kui nt meditsiiniõdedel (2021. aastal oli erihoolekande tegevusjuhendaja keskmine palk 1088 eurot, meditsiiniõel tervishoius aga 2101 eurot).

Koolitatud tegevusjuhendajate nappuse leevendamiseks valmis eelmise aasta kevadel sissejuhatav e-õpe, mille läbimine annab inimesele õiguse tegevusjuhendajana tööle asuda, kui on tagatud tema tööalane juhendamine. Teistpidi annab see võimaluse leida üles need inimesed, kellel varem ehk polnudki kindlat teadmist, kellena töötada, aga tegevusjuhendajana end teostama hakates avastatakse oma kutsumus.

Väärtusliku kogemuse, kuidas inimeste hoiakud positiivsemaks muutuvad, kui nad psüühikahäiretega inimeste kohta rohkem teada saavad, saime koostöös agentuuriga Milton New Nordics ja Hoolekandeteenuste AS-iga tehtud projekti „Eriline on tavaline“ kaudu. Kahe aasta jooksul (2021–2022) viisime läbi kümneid erinevaid tegevusi, et toetada psüühiliste erivajadustega inimeste integreerumist meie kogukondadesse, näidates psüühikahäirega inimeste erilist ja samas tavalist elu ning murda psüühikahäirega kaasas käivaid müüte. Toome mõned näited tehtust.

- Korraldasime „Tagasi kooli“ meeskonnaga e-tunnid eesti ja vene keeles, millest said osa kümned tuhanded koolinoored ja -lapsed. Populaarseimat tundi vaatas reaalselt 1800 ja järelvaatamistega kokku üle 15 000 inimese (kõiki tunde saab järele vaadata siit: etunnid.tagasikooli.ee/jarelvaatamiseks/).

- Tegime koostööd Tallinna Ülikooli tudengitega.
- Korraldasime Fotografiskas fotonäituse, mida külastasid tuhanded inimesed.
- Psüühilise erivajadusega inimesed olid kutsutud presidendi suvisele vastuvõtule.
- Toimus arutelu Arvamusfestivalil.
- Koostöös ERRiga toodeti dokumentaalsari „Kui vähe on õnneks vaja?“, kus peategelasteks olid huvitavad inimesed, kellel muuhulgas ka psüühikahäire.
- Naisteajakirjades ilmusid persoonilood psüühilise erivajadusega naistest.

Koostööprojekti alguses ja lõpus viidi läbi uuring suhtumisest psüühilise erivajadusega inimestesse. Uuringutulemused näitasid väikest, kuid läbivat muutust. Suhtumine on pisut paranenud, eriti piirkondades, kus on rajatud teenuse osutamise kodusid psüühikahäirega inimestele. Vähenenud on nende hulk, kes näevad psüühilise erivajadusega inimesi teistsugusena või kardavad nende ettearvamatus.

Meie ühiskond muutub erinevusi sallivamaks ja minevikku on jäamas nõukaaegsed eelarvamused psüühilise erivajadusega inimeste kohta.

Tagatipuks saime projektiga „Eriline on tavaline“ Eesti Kommunikatsioonijuhtide Liidu 2022. aasta kommunikatsioonitegude auhindade jagamisel avaliku sektori esimese auhinna psüühilise erivajadusega seotud teadlikkuse tõstmise eest!

Lõpetuseks

Meie ühiskond muutub erinevusi sallivamaks ja minevikku on jäämas nõukaaegsed eelarvamused psüühilise erivajadusega inimeste kohta. 17 aastat kestnud erihooldekodude reorganiseerimine, eesmärgiga tuua erilised inimesed institutsionaalsetest hooldekodudest kogukondadesse elama, on lõpusirgel. Nüüd keskendume sellele, et juba lähiaastatel ei peaks paljud psüühikahäirega inimesed igapäevaeluga toime tulemiseks oma kodust ära kolima, vaid saaksid minna sarnaselt teistegi kogukonnaliikmetega kohalikku omavalitsusse ja saada sealt abi. Ühtlasi teeme jõupingutusi, et riik suudaks mõistliku aja jooksul pakkuda ööpäev läbi kestva teenuse ka neile inimestele, kes kodus elamisega ka abistatuna toime ei tule. ●

Mis on erihooldekandeteenused?

Erihooldekandeteenused on mõeldud nendele inimestele, kellel on raske, sügava või püsiva kuluga psüühikahäire tõttu keeruline igapäevaeluga toime tulla. Psüühikahäirete all mõistame nii kaasasündinud intellektipuudeid kui ka elu jooksul avaldunud või tekkinud psüühikahäireid.

Mõiste „erihooldekandeteenused“ on Eestis kasutusel aastast 2009, kui sotsiaalhoolekande seadusesse sai kirja viis vastavat teenust: igapäevaelu ja töötamise toetamise, toetatud elamise, kogukonnas elamise teenus ja ööpäev läbi kestev erihooldusteenus. Tuge pakuti küll varemgi, kuid enne aastatuhandevahetust oli see kõigile abivajajatele ühetaoline, kujutades endast lihtsalt ööpäev läbi kestvat hooldamist hooldekodus. 2002. aastast lisandusid toetavad teenused ja ööpäev läbi kestva teenuse sees eristati inimesed toetusvajaduse järgi. Psüühikahäiretega inimeste teenuseid korraldab alates 2008. aastast Sotsiaalkindlustusamet (SKA). SKA korraldab teenuste rahastamist ja SKA teenuste konsultant otsustab (peale põhjalikku abi- ja toetusvajaduse hindamist ning arvestades Eesti Töötukassa andmeid inimese töövõime hindamise ning talle osutatud tööturuteenuste kohta), kas ja millist erihooldekandeteenust konkreetne psüühikahäirega inimene vajab.

Erihooldekandeteenustel on põhiliseks toetajaks inimesele tegevusjuhendaja, kellel peavad olema selleks piisavad teadmised ja oskused.

Kõige vähemal määral toetust pakuv teenus eelnimetatutest on igapäevaelu toetamise teenus (sobib inimestele, kes elavad oma kodus ja kellele piisab, kui tagatud on 4 tundi tuge kuus) ja kõige suurema toetusega on ööpäev läbi kestvad teenused, mida pakutakse neile, kellel on tuge vaja iga päev või ööpäev läbi (teenuseosutaja pakub majutust ja toitlustust, tegevusjuhendaja on kogu aeg vajadusel aitamas).

Eri-hoole-kande-teenused toetavad inimesi, kes oma puude tõttu üksinda hakkama ei saa.

Vanasti olid nende jaoks hoolde-kodud, kus mitu inimest elas ühes toas.

Nüüd ehitatakse neile kodusid, kus igal inimesel on oma tuba.

Toetatakse ka neid, kes soovivad elada oma kodus.



Harvikhaigustega laste perede nõustamine – pereprogramm Eesti Agrenska Tammistu keskuses

Meelis Joost | EPIKoja juhatuse esimees, SA Eesti Agrenska Fond juhatuse liige

► **Eesti Agrenska keskuses valmis 2022. a täiesti uus puuetega laste ja perede majutuskompleks, kus on ka tegevusruumid pereprogrammides osalejatele. Tallinna linn toetab tänava kolme diagnoosipõhise perelaagri läbiviimist uutes oludes.**

Pereprogramm on üles ehitatud nii, et viieks päevaks, kolmapäevast pühapäevani tulevad kokku umbes kuus peret, kelle lapsel on üks ja sama harv esinev diagnoos. Programmi jooksul saavad lapsevanemad infot lapse haiguse kohta, saavad võimaluse arutada, kogemusi vahetada ning üks teiselt õppida. Samuti antakse ülevaade teenustest ja toetustest, mida lapsele ja perele on võimalik taotleda, mida pere võibolla pole ise leidnud või osanud otsida. Lapsed ja nende õed-vennad osalevad just nende vajadustele kujundatud arendavates vabaaja tegevustes.

2023.a toimub kolm sellist viiepäevast kohtumist. Mai lõpus kogunevad pered, kus kasvavad kaasasündinud närvisüsteemi häirega lapsed, kellele on tehtud SDR operatsioon e selektiivne dorsaalne seljaajunärvide valikuline läbilõikamine eesmärgil vähendada alajäsemete lihaste spastikat, või on laps sellise operatsiooni ootel. Septembris on kavas kutsuda kokku pered, kus kasvab Prader-Willi sündroomiga laps ning oktoobris fenüülketonuuria diagnoosiga lapsed ning pered. Pereprogrammi elluviimine toimub tihedas koostöös EPIKoja liikmesorganisatsioonidega, kes vastava diagnoosiga patsiente ühendavad.

Kontseptsiooni sobitamine Eesti oludesse

Rootsis on aastate jooksul õpitud ja välja arendatud lapsehoiu- ja perenõustamisteenused, mis sobivad sealsesse ühiskonda. Rahvaarv on suur, samuti on Rootsi geograafiliselt suur riik ning ka harvikhaigustega lapsi on rohkem. Eesti puhul peame arvestama, et mõnda harvikhaigust on diagnoositud kogu Eestis vaid paaril-kolmel lapsel, mis tähendab,

et selle diagnoosi osas võibolla ei õnnestugi samasuguse kontseptsiooniga pereprogrammi läbi viia.

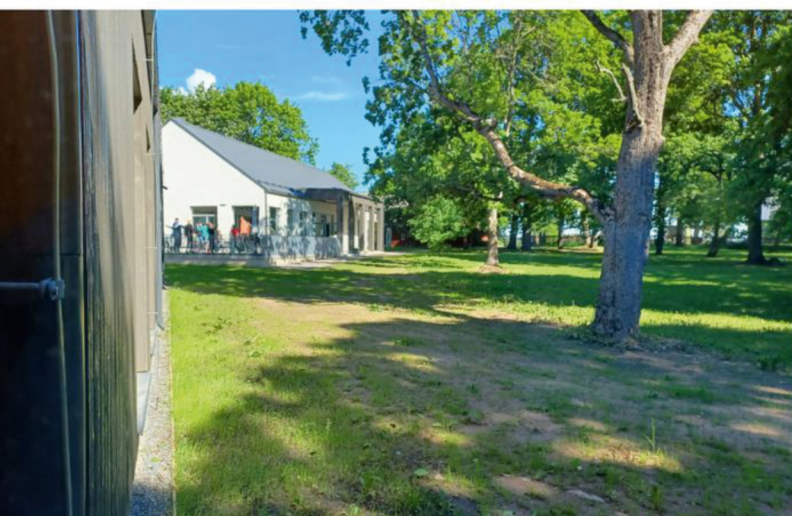
Eesti Agrenska on alates oma asutamisest 2003. a diagnoosipõhiseid programme pakkunud. Juba 2003. a suvel toimus pereprogramm aktiivsus- ja tähelepanuhäirega lastele, seejärel on mitmel korral läbi viidud programme diabeedihäirete lastele, fenüülketonuuria ja teistegi diagnoosidega lastele. Regulaarset läbiviimist on takistanud ka personali nappus ning heade majutus- ja toitlustusvõimaluste puudumine.

Viiepäevast pereprogrammi ei tohi segi ajada puhkusega. Tegemist on päevadega, mis on tihedalt täis loenguid ja arutelusid ning öhtusel ajal ning kõikidel söögikordadel on vanemad koos oma lastega, mis tähendab, et vaba aega omaette olemiseks pereprogrammi raames praktiliselt ei jää. Pereprogramm on õppimise, kogemuste vahetuse ja sõprusuhete sõlmimise koht.

Kontseptsiooni kohaselt peaksid pereprogrammis osalema puudega lapse mõlemad vanemad – nii ema kui isa. Olemegi, erinevalt Rootsist, paigutanud programmi alguse kolmapäevale, et sisse jääks ka nädalavahetus, kuivõrd vanematel võib tekkida probleeme terve tööädala töölt eemal olemisega. Rootsis algab programm esmaspäeval ja kojusõit on reedel, Eestis on kavas alustada kolmapäeval ja koju saab pühapäeva lõuna paiku.

Nõustamine on ülioluline

Perede diagnoosipõhine nõustamine on ülioluline, kuid praegu sellist teenust ei rahastata. Harvikhaigusega lapse pere on diagnoosi saades sageli šokis ega oskagi kohe asuda otsima tuge ja abi.



Eesti riigi toetusel ning Alexela AS ja Utilitas AS täiendaval toel valmis Eesti Agrenska Tammistu keskuses peremaja, kus on loodud väga head tingimused harvikaigusega laste ja nende perede jaoks. Fotode autor: Alexandra Kiidjärv

Seetõttu ongi väga vajalik, et sama diagnoosiga lastel ning nende vanematel oleks võimalik kokku saada ja üheskoos õppida. Lapsehoiuteenust rahastavad KOV-id, kuid võimalusele kohtuda ja loengute ning arutelude raames oma toimetulekut parandada ei leita praegu vahendeid kuskil eelarverees.

Ometi on teadlik patsient ja tema lähedane võimaline vähendada ka meditsiinilise abi vajadust, kuna oskab diagnoosi riskidega paremini toime tulla. Samuti on tähtis säilitada pere vaimset tervist. Siin ollaksegi Eestis asutumas samme, et sellist diagnoosipõhist nõustamist oleks võimalik ka rahaliselt regulaarselt läbi viia.

Tallinna linn on pannud õla alla, et rahastada kolme pereprogrammi 2023. aastal. Kuid Tallinn ei saa rahastada teistes omavalitsustes elavate perede osalemist, seega tuleb leida lahendus, mis võimaldaks osaleda ka väiksema KOV elanikel selle nii vajalikus tegevuses.

Käesoleval aastal ongi juba kokku tulnud, et arutada, kuidas rahastamine võiks muutuda süsteemseks. Selleks on vaja veel läbi viia mitmeid aru-

telusid ning leida praegushetke eelarvedefitsiidi tingimustes lahendus, mis osapooli rahuldab.

Eesti Agrenska tegevusi ja piiriüleses koostöös rajatud võimalusi märgatakse

Sihtasutus Eesti Agrenska Fond loodi 2003. a Eesti Puuetega Inimeste Koja, Tartu Ülikooli, SA Tartu Ülikooli Kliinikum ja kahe Rootsi asutaja, Ågrenska keskuse ja Stenströms AB poolt. Ågrenska keskus Rootsis on alates 1989. a pakkunud diagnoosipõhist nõustamist harvikaigustega laste peredele, korraldades mitu viiepäevast pereprogrammi kuus.

Piiriülese koostöö võlu peitub erinevate vaatenurkade koosmõjus. Eesti ja Rootsi on küll geograafiliselt ja ka kultuuriliselt sarnased ühiskonnad, siiski on meie ajalugu ja kogemus väga erinev, millest ka väga erinevad suhtumised. Selle juba üle 20 aasta toimunud konstruktiivse koostöö tulemusena on ideest kasvanud välja toimiv teenusepakkuja, mille tegemisi panevad tähele ka koostöös osalevad ühiskonnad.



Kuninganna Silvia ja proua Sirje Karis istumas professor Tiina Talviku mälestuspingil. Foto: Birgit Püve

Rootsi Kuninganna Silvia on Rootsi Ågrenska keskuse patroon alates 1989.aastast. 2007.a. külastas Kuninganna Silvia Tammistut ning pani restaupeerimisootel mõisa peahoone treppi sümboolse nurgakivi rajatavale puuetega laste keskusele. Tänavu 4. mail, pea 16 aastat hiljem, Rootsi kuningapaari riigivisiidi raames Eestisse, külastasid kuninganna Silvia ja proua Sirje Karis Tammistu keskust, kus kohtuti puuetega laste, nende vanemate ning Eesti Agrenska Fondi asutajate esindajate ning oluliste koostööpartneritega.

Kuninganna Silvia mainis ära, et mäletab lagunenud vana maja, mis nüüd on saanud ilusaks ning teostunud on asutajate unistus uuest, mugavast ja valgusküllasest hoonest, kuhu lapsed ja pered saavad tulla nagu oma koju.

Proua Sirje Karis andis 2022. a detsembris Eesti Agrenska Fondile üle Muinsuskaitseameti auhinna uue peremaja puhul, mis 2022. a pälvis tiitli parim uus hoone ajaloolises keskkonnas. Proua Sirje Karis avaldas heameelt, et sai oma silmaga näha seda tegevuskeskkonda, mis on nii vajalik puuetega lastele ja peredele asjakohase toe ja abi pakkimisel. ●



Milline on meie perede vajadus diagnoosipõhise nõustamise järele? Paljude harvikhai-guste puhul on ju pere ise harvikhai-guse diag-noosi ja toimetuleku osas üks pädevamaid.

Maarja Kraiss-Leosk, EPIKoja tegevjuht

Inimesed on erinevad ja pered on erinevad. Nii ka harvikhai-gusega laste pered. Harvikhai-gusega last kasvatavaid peresid ühendavad aga mitmed sarnased mured – sageli tuntakse end üksi ja muredele ei ole ka pikas perspektiivis häid lahendusi. On oluline, et peredele pakutaks erinevaid toetusvõimalusi ning diagnoosipõhine nõustamine on üks võimalus pere jõustada, uusi tutvuseid luua, kogemusi vahetada, teadmisi saada ja julgust ning lootust leida. Kuna harvikhai-gused on väga harvad ning Eesti väiksust arvestades võib siin elada vaid paar või isegi üksainus haiguse põdeja, tasub ka sarnase väl-jendusviisiga harvikhai-guseid ühte toetusgruppi koondada.

Näen nii enda kui ka teiste perede igapäevaelu pealt, et lisaks nõustamisele ja tugigruppidele on kriitilise tähtsusega toetavate teenuste piisavas mahus kättesaadavus. Peresuhete ja pereliikmete vaimse ning füüsilise tervise hoidmiseks, aga ka harvikhai-gusega laste ja nende perede suuremaks kaasamiseks ühiskonda tuleks parandada inimeste teadlikkust ning osutada lapsele ja perele teenuseid, mis võimaldaksid lapsevanematel lisaks tööle käimisele ennast teostada, hoida tervist ja veeta koos pereliik-metega ühiselt vaba aega.

Harvik-hai-gused on sellised haigused, mida esineb väga harva, aga mis on ka väga rasked.

Kui lapsel avastatakse harvik-hai-gus, on see suur mure tervele perele.

Nüüd hakatakse korraldama pere-laagreid, kus sama haigusega laste pered saavad omavahel kogemusi vahetada.

Eesti Agrenska Tammiku keskusesse ehitati uus maja, mis sobib peredele hästi.

Rootsis on selliseid pere-laagreid korraldatud juba ammu.



Eriliste lastega saavad töötada vaid erilised inimesed

Monika Õun | Karolini kooli üks loojatest, lapsevanem



► Karolini Kool on ehe näide sellest, et imelise meeskonna, suure tahtmise ja sihikindlusega on kõik võimalik. Seda kinnitab kooli loomise üks eestvedajatest, lapsevanem Monika Õun.

Õppetööga alustas see väikene Tartus tegutsev erivajadustega lastele mõeldud kogupäevakool möödunud sügisel. Esimese hooga võeti vastu kaheksa toimetuleku- ja hooldusõppe õpilast. 2023/24. õppeaastale minnakse vastu juba 20 õpilasega. Õppekohtade täitumine on selge märk sellest, et loodud lahendus on end igati õigustanud.

Mille poolest on siis Karolini Kool nõnda eriline?

Nagu nimigi vihjab, on see kool inspireeritud Karolini ja tema perekonna loost. Karolin on sügava liitpuudega tüdrukuke, kel tänaseks 10 aastat siin ilmas elatud. Ta vajab kõiges ja kõikjal pidevat tuge, õppetöös koostegemist ning lisaks hulganisti erinevaid teraapiaid, et praeguseks saavutatut hoida ning tervist säilitada. Ühtlasi on Karolin selline laps, kelle jaoks suurem seltskond ja kärarikkam ümbrus suurt ärevust ja koguni hirmu tekitavad – ta vajab rahulikku keskkonda. Karolini vanemad on tegusad inimesed – nad käivad tööl, et ennast teostada ning peret ja kodu ülal pidada – tüdrukul on ka nooremad vend ja õde. Millist lahendust siis Karolin ja tema pere vajasisid? Just sellist, nagu Karolini Kool ongi – hubast ja kodust keskkonda, arengut toetavat ja piisavalt rahulikku õhkkonda, kõiki olulisemaid tugi- ja rehabilitatsiooniteenuseid lõimituna individuaalse õppekavaga, ning paraja pikkusega päeva, millest ei puudu ka une- ja mänguaeg.

Hariduse- ja sotsiaalvaldkonna ühildamine

Õppimine ja areng on küll olulised, kuid samavõrd tähtis on ka lapse hoitus ja hoolitsetus, heaolu ning koolirõõm. Nii saavad vanemad rahuliku südamega tööl olla ega pea muretsema, kes lapsega pärast koolipäeva lõppu (hooldusõppekava maht nädalas on 20 tundi ehk 4 tundi päevas) koju läheb ja



Õpetaja Johanna. Foto: erakogu

temaga seal aega veedab ning erinevates asutustes, mis on ju samuti avatud 9–17, vajalikel teenustel või teraapiates käiks.

Nii saigi loodud kogupäevakool, mis toob ühe katuse alla nii hariduse kui ka sotsiaalvaldkonna teenused. Kavandamise etapis peeti nõu mitmete sõpruskoolidega üle Eesti, et võtta kasutusele juba toimivaid parimaid praktikaid ja vältida teiste komistuskivisid. Võib öelda, et Karolini Kool on kõige otsesemas mõttes sinna õppima asunud laste järgi loodud *custom made* lahendus – süsteem kujundati ja kohandati päris abivajajate järgi, mitte abivajajad ei pidanud süsteemiga kohanduma hakama.

„Excel kannatab ju kõike, kuid tegelik rütm peaks kujunema ikkagi laste eripärade, vajaduste ja valmisoleku järgi,“ on kooli direktor Ölme Saks veendunud. Lahendustele orienteeritust kinnitab ka klassiõpetaja Kadri: „Kui miski tundub esialgu



Tegevustoetajad vasakult Brita, Riina, Indra. Foto: erakogu

võimatu, siis vaadatakse asjale otsa teise, kolmanda, ja kui vaja, ka neljanda nurga alt ja tehakse nii, et see oleks võimalik.“

Personal on oluline

Kuid lisaks erilistele lastele ja erilisele saamisloole muudab Karolini Kooli eriliseks ka seal igapäevaselt toimetav personal. „Minu jaoks on Karolini Kooli juures kõik komponendid, nii sisu kui vorm, eriliselt olulised. Lisaks super ilusale füüsilisele keskkonnale ei saa kuidagi vähemoluliseks pidada sisu poolt. Meie erilisus seisneb selles, et pakume laste jaoks kõiki vajalikke teenuseid kohapeal. Eriliste lastega saavad töötada vaid erilised inimesed ja seda kõige paremas mõttes – suure südame ja mõistmisega inimesed. Ja just sellised kõik Karolini Koolis töötavad inimesed ongi,“ kirjeldab direktor.

Igapäevaselt toimetab selles õdusas koolimajas mitmekülgne ja entusiastlik tiim, kokku 14 täiskasvanut – õppejuht, klassiõpetajad, tegevustoetajad, eripedagoog, logopeed, füsioterapeut, tegevustera-

peut, sotsiaaltöötaja ja sotsiaalvaldkonna koordinaator. Seejuures tegutsevad tugispetsialistid kord hariduse, kord sotsiaalvaldkonna (sotsiaalse rehabilitatsiooni teenuse) sildi all – just nii saab tagada laste jaoks vajalikus mahus ja järjepidevalt piisava toe. Tiim on ka ise oma mitmekülgse üle õnnelik. „Kõik töötajad on nii eriilmelised, igaühel on mingi huvitav tahk või oskus, mis loob lisaväärtust. Minu kolleegid on abivalmid, naudivad head nalja ja teevad koostööd,“ kiidab logopeed Annika. „Karolini Kooli erilisus ilmneb selles, et tänu asutuse väiksusele on meie majas niivõrd erinevate tugevustega tiimiliikmed, kellel kõigil on alati midagi n-ö lauale tuua,“ lisab eripedagoog Gerda.

Kõik töötajad on nii eriilmelised, igaühel on mingi huvitav tahk või oskus, mis loob lisaväärtust.

Teistpidi vaadates esitab tiimi väiksus ka omajagu väljakutseid. Ajutiste asendustega on vist küll juba kõik harjunud. „Meil on kaheksa kuu jooksul olnud täpselt kolm normaalset päeva, sellist, mil kõik töötajad ja lapsed koolis olid,“ muigab klassiõpetaja Johanna. Selgub, et suur paindlikkus ja kiire ümberhäälestumine on Karolini Kooli personali seas väga hinnatud võimed ning rutiini selles majas ei tunta. „Loomulikult on ka meil tehtud omad plaanid ja kavad, aga kui lapsed ei ole valmis või näiteks unetu öö tõttu suutelised ühes või teises tegevuses osalema, siis tuleb plaanid ringi teha,“ lisab Johanna.

Üks Karolini Kooli lähenemisi on ka see, et kõik teaksid ja tunneksid kõiki ning toimuks tihe koostöö. Nii on laste jaoks kõik „omad“, mis tagab turvatunde, ja kõik täiskasvanud on tuttavad laste erija omapäradega juhuks, kui kedagi näiteks asendada tuleb. Ka tugispetsialistide töö on tõhusam, kui eesmärgid ühiselt seada. Lisaks oma-olemisele ja fookusesse seatud koostööle on selles koolis ülivajalik ka piisav aeg ühe lapsega tegelemiseks – ainult taolise pühendumisega ongi võimalik edu kogeda. „Kõige rohkem hindan seda, et meil on teiste koolidega võrreldes rohkem aega ja ehk ka võimalusi iga lapse omapäraga arvestamiseks,“ kinnitab eespool kirjeldatud logopeed Annika.

Kust selliseid erilisi ja suure südamega inimesi leiab?

Häid inimesi ongi väga keeruline leida ja samavõrd keeruline on neid ka hoida – seal taga on väga suur ja mõtestatud töö. On ju kõigile teada, et Eestis ei ole piisavalt tugispetsialiste ja kõik lapsed, kellel tarvis, ei pääsegi tihitipeale vajalikele teenustele. Sestap tuli Karolini Kooli personali värbamise etapis hoolikalt läbi mõelda seegi, mida erilist saaks erilistele töötajatele pakkuda. Oli tarvis leida vastus küsimusele – miks peaks üks suurepärase spetsialist tahtma töötada just nimelt Karolini Koolis? Mis oleks see miski, mis paneb oma ala tipptegija silma särama? Mõõdunud õppeaasta eel tiimiga liitunud pakuti võimalust üheskoos midagi imelist kavandada – nii oma tulevase töö sisu kui ka keskkonna mõttes. Õppetöö alates selgus üsna ruttu, et teenuse sisuline loomine ja arendamine ei lõppe iialgi ning tegemist ongi totaalselt rutiinivaba asutusega. Selles majas ei õpi ainult lapsed, vaid ka täiskasvanud ja seda igapäevaselt. „Eriliste lastega töötades on iga päev täis üllatusi ja ootamatusi, mis panevad ennastki parajal määral proovile. Selle niivõrd tähendusrikka töö tegemine vormib ka mind ennast rahulikumaks ja paindlikuma mõttelaadiga inimeseks,“ kirjeldab eripedagoog Gerda. „Kõige rohkem pannakse Karolini Koolis proovile täiskasvanute loominguulisust ja lahenduste leidmise oskust,“ hindab isiklikku arenguvõimalust tegevusterapeut Kätlin.

„Ja põnev on! Mida keerulisem on lapsel ennast väljendada, seda rohkem peab spetsialist oma ajurakke ragistama, uurima ja puurima, juurde lugema, nõu küsima, proovima ja mitte kergelt alla andma. Kõik see teeb

minu tööpäevad eriilmelisteks. Ja oh seda rõõmu, kui saame pisikest eduelamust nautida!“ rõõmustab logopeed Annika.

Mis aga kõiki Karolini Kooli täiskasvanuid ühendab, on tohutu tahe aidata ja oskus tunda rõõmu nende laste erilisusest. „Nende siirus, vahetud emotsioonid, nende väikesed ja suuremad edusammud – see on ainult üks osa, mis eriliste lastega töötamise nii ägedaks teeb. Need lapsed õpetavad ka mulle igapäevaselt nii palju uut – leidmaks erinevaid lahendusi ja võimalusi, kasvatavad minu erinevaid loomuomadusi ja panevad hindama ka kõige väiksemaid pisiasju. Vahel üllatab mind ennastki, et üks imepisike edusamm või kellegi siiras rõõm võib mind ikka ja jälle pisarateni õnnelikuks teha,“ jagab oma muljeid klassiõpetaja Kadri. Tõepoolest, laste pisemadki edasimineked on selles koolimajas väga kõrges hinnas. „Rõõm, mida tunnen, kui laps, kes pole aastaid ise lusikat käes hoidnud, seda nüüd teeb, on kirjeldamatu,“ lisab klassiõpetaja Johanna.

Kõiki Karolini Kooli õpilasi iseloomustab otsatu siirus ja tahtejõud, vaatamata vahel pea võimatutena näivatele väljakutsetele. Tegevustoetaja Sille räägib, kuidas need lapsed on õpetanud teda maailmale hoopis teise pilguga vaatama ja väikeseid asju hindama: „Erilised lapsed kiirgavad siirust ja lihtsust ning on ka minu ellu palju rohkem positiivsust toonud. Argipäeva mured ei näigi enam nii suured ja kõik on lahendatav.“ Ka sotsiaaltöötaja Liina arvab sama: „Eriliste lastega töötamine aitab märgata asju, mis on elus päriselt olulised, aitab märgata lihtsaid, ilusaid ja siiraid hetki ning vahvaid detaile. Nende lastega töötamine aitab olla hetkes ja seda hinnata.“

Karolini Koolis töötamise rõõmu võtab hästi kokku tegevustoe-taja Riina: „Nii palju kallid ja armastust laste poolt ei leia vist ühestki teisest koolist!“ ●

Karolini Kool on liit-puudega laste kool, kus õpib 20 last.

Siin töötavad õpetajad, kes lapsi õpetavad, ja spetsialistid, kes aitavad lapsi teenustega.

Õppimine ja teenused on samas majas, vanemad ei pea oma lapsi teenustele sõidutama.

Vanemad teavad, et nende lapsed on hoitud ja saavad rahulikult tööl käia.

Karolini Kool on loodud vajadus-põhiselt.

See tähendab, et iga laps saab sellist õpet ja selliseid teenuseid, nagu just temal vaja on.

Karolini Koolis töötavad ainult toredad inimesed, kes armastavad erilisi lapsi ja soovivad luua nende kasvamiseks häid tingimusi.





Logopeed Annika.
Foto: erakogu



Tegevustoetaja Indra, õpilane Patrik ja õpetaja Johanna. Foto: erakogu



Klassiõpetaja Kadri.
Foto: erakogu



Tegevustoetaja Riina.
Foto: erakogu

Eluga kohanemise meistrikläss luuletaja ja nõustaja rollis

Raul Vinni | Sinuga kaasautor

► **Maarja-Liis Mölder leiab, et puudega elamine on elukestev kohanemise meistrikläss. Kogemusnõustajana tahab ta teistelgi aidata seda klassi edukalt läbida.**

Ennast tutvustades teatab Maarja-Liis, et on 28-aastane ajakirjandusharidusega luuletaja, kellel lisaks on pädevus töötamaks kogemusnõustajana. Viimases teeb ta esimesi, aga paljulubavaid samme. Kahe luulekogu autor kuulub ta Eesti Kirjanike Liitu ning Kultuurkapital valis tema luulekogu sel aastal kuue parima sekka.

Enneaegsena sündinud ja Põltsamaalt pärit Maarja-Liisi diagnoosiks on tserebraalparalüüs, millega ta enda sõnul saab hakkama, kuid mis mängib tema elus ja tegemistes paratamatult suurt rolli.

Kogemusnõustamise peale oli Mölder mõelnud juba aastaid. „Mäletan, kuidas mu kunagine õppejõud Jüri Muttika julgustas mind kunagi: „Pööra oma nõrkused tugevusteks!““ Ta loodab, et nõustamine võib olla üks viis, kuidas seda teha.

„Ma tahan pakkuda inimestele küünarnukitunnet ja mõistmist,“ ütleb ta. „Aitan hea meelega orienteeruda ka praktilises infos nagu puudetaotluste täitmine, toetused, kodu kohandamine või muud taolised toimingud,“ lisab Mölder, kes bürokraatiamasina keerukusi lähedalt näinud. „Info on väga killustunud ja kui ise võimalusi välja ei otsi, ei tulda neid sulle ka hõbekandikul pakkuma.“

Samuti tahab Maarja-Liis nii erivajadustega inimesi kui nende lähedasi toetada eneseusu leidmise, jõustamise ja aktiivse ärakuulamisega. „Näiteks saame vahetada kogemusi koolitee, kasvamise ja kõiksugu murede ja rõõmude teemal. Koos unistada ja nuputada, kuidas olla nii, et erivajadus võimalikult vähe elamist segaks ja piiraks,“ selgitab naine, kes hiljuti lõi käed Tarbatu Tervisepargi Tallinna üksusega, kus hakkab pakkuma nõustamisteenust. Koostöö on plaanis ka Tallinna Lastehaiglagaga, kus ta ka ise oli pikki aastaid dr Valentin Sanderi patsient.

„Tullakse erinevate muredega,“ muljetab Maarja-Liis. Kuigi termin kogemusnõustamine viitaks esma-

joones justkui kliendiga oma läbielatu analüüsimisele, on ta õppinud, et sageli ei tulegi inimesed mitte niivõrd soovitusi ja nõu saama, vaid pigem jagama oma lugu, hirme ja edusamme turvalises ruumis ja hinnanguvabalt. Kogemusnõustajana on tema põhiteema liikumispuue, mis omandatud sündides või elu jooksul. Maarja-Liis toob välja, et tal pole küll võrdlusmomenti tervena elamisega, kuid leppida ja leida ressursse edasiminekuks tuleb mõlemal juhul.

„Püsiva tervisekahjustusega elamine on elukestev kohanemise meistrikläss,“ ütleb Maarja-Liis kuldsed sõnad.

Üks asi on füüsiline piiratus, kuid selle kõrvalmõjuna kipuvad Maarja-Liisi sõnutsi pahatihti tekkima teatavad mured ühtlasi vaimse tervisega.

„Paratamatult võivad esineda ka meeleoluhäired,“ nendib ta ja ütleb, et on ka ise depressiooniga kokku puutunud. „Vaimse tervise hoidmine on väga oluline, ehkki sellega käib kahjuks ikka veel kaasas erinevaid stigmasid ja sestap proovivad inimesed sageli ükski hakkama saada, kuni päris viimase piirini välja.“

Viimased kolm aastat on Maarja-Liis töötanud MTÜ-s Jututaja, mis tegeleb noorte ja eakate kokkuviiemisega, et vähendada vanakeste üksildust.

Me kõik – olgu puudega või ilma – oleme sotsiaalsed olendid ja vajame tuge. Ja see ei ole häbiasi!

Olles eakate suuna juht, saab ta jätkuvalt kinnitust, et me kõik – olgu puudega või ilma – oleme sotsiaalsed olendid ja vajame tuge. „Ja see ei ole häbiasi!“ rõhutab ta. „Võõra inimesega on teinekord lihtsamgi oma muresid jagada. Ta ei pruugi teada kogu su pagasit ja vaatab sind võib-olla värskema pilguga kui lähedased.“



Maarja-Liis oma teise luulekoguga „Meesinine“. Foto: erakogu

Kenale koolivennale

Luulekogust „Miks teisi ei lööda“

Üks koolivend
arvas
et paitab veits
oma ego
minu arvelt

Karjus mulle
üle kooli
koridori:
Mine perse
kuradi väärakas
invaliid

Ma pole
küll veel
kuhugi läinud
kallis koolivend
aga

hea uudis
on et
erivajadustega inimese
saatjale
kehtib
soodustus

Maarja-Liis ise ütleb, et on väga tänulik oma emale ja raviarstile, kes kunagi ühiselt otsustasid ta tavakooli panna. „Tervete lastega kõrvuti kasvamine sundis mind pingutama, tahtsin kõike kaasa teha ja isegi rõõmustasin selle valu üle, kui keegi mu rahvastepallis mängust välja viskas,“ meenutab ta. „Ma ei tahtnud mingit erilist allahindlust igapäevategevustes.“

Väikelinna kooli keskkond oli Maarja-Liisi jaoks pigem toetav. Ta meenutab lõbusalt, et kui ta kippus tundi hiljaks jääma, jooksid klassivennad talle treppidele vastu, et siis koos hiljaks jääda. „Poisid tassisid rõõmuga mu kotti, eriti kui see neile endile ka natuke kasuks tuli,“ muigab Maarja-Liis. „Eks tuli ette ka veidi kiusamist ja narrimist nagu laste seas ikka, aga mida varem laps näeb, et on olemas igasugu erinevate tugevuste ja nõrkustega inimesi, seda empaatilisemaks ja mõistvamaks ta loodetavasti kasvab.“ Ta usub, et hirmu ja eelarvamusi tekitab põhiliselt teadmatus. Seetõttu avaldab Maarja-Liis lootust, et kõikvõimalikud kohad muutuvad puudega inimeste jaoks üha ligipääsetavamaks ning see toob igapäevaste järjest rohkem kodust välja, aktiivselt ühiskonnast osa võtma. Põhikooli lõpetamise aegu uuriti koolis Maarja-Liisilt, kas ta on ikka kindel, et tahab edasi gümnaasiumisse minna, kas ta saab hakkama. Taoline küsimus tundus noorele neiuveider ja ülekohtunegi. „Olin ju seni, kõik need üheksa aastat, hakkama saanud, aga ikka leidus kahtlejaid!“ imestab naine. Pidev oma „piisavuse“ tõestamine ja lakkamatu kahtluste ümberlülka-

mine on Maarja-Liisi sõnutsi tihti erivajadustega inimeste enesekindluse üks lammujaid. „Samas, vaadates, kui palju esineb täna läbipõlemisi, siis pole see „nahast välja pugemine“ ilmselgelt ka puudeta inimestele kahjuks võõras teema,“ nendib ta.

Vastukaaluks on Maarja-Liis eriliselt tänulik õpetajatele, kel jätkus silma ja südant märgata ja arendada tema tugevusi.

Ta toob eraldi välja oma emakeeleõpetajad, eriti suure soojusega meenutab ta oma klassijuhatajat neljandast kuuenda klassini. Too pedagoog avastas tema etlemise ja luulelugemise oskused. Selle andega jõudis tüdruk suisa vabariiklikule tasemele.

„Õpetaja tegi minuga eraldi tööd. Harjutasime ja arutasime tekste ja need said nii elavaks!“ jutustab ta vaimustusega. Seal hakkas Maarja-Liisi aga huvitama, mis on tekstide taga ning see omakord viis ka ise luuletamiseni. Tasapisi hakkas neiu luuletamist katsetama juba põhikooli lõpus, Tallinnasse kolides tekkisid kirjanikest sõbrad, kellega koos sai hakata tekste looma. „Ütle mulle, kes on su sõbrad ja ma ütlen sulle, kes oled sina,“ naerab Maarja-Liis, kes on eriti tänulik kirjastaja Kaur Riismaale, aga ka näiteks Veronika Kivisillale ja Contrale. „Nad ikka nügivad mind arenema ja usuvad minusse,“ kiidab ta.

Kultuurkapitali nominatsioon oli tema jaoks väga suur tunnustus. „Iseenda suhtes oled sa ju alati ise kõige kriitilisem,“ tunnistab kahe luulekogu autor. Tunnustus annab tema sõnul indu ja jaksu ning uuest luulekogust on Maarja-Liisi sõnul umbes pool juba valmis.

„Ema ütleb mulle ikka, et elus on kõige olulisem huumor.“ Nii vihjab Maarja-Liis, et keerulistest hetkedest saab ta sageli võitu tänu naljale.

Maarja-Liis kipub ette muretsema, ent viimasel ajal püüab ta elu võtta põhimõttel – on nagu on. „Just selliseid leppimisi ja usaldamisi pean ma harjutama,“ tunnistab luuletaja.

„Pea teadvustama, et elu on nagu on. Muidu pole mul tulevikku ja muretsemine varastab oleviku ka, enne kui arugi saan.“ Tema sõnul ei ole mõtet kurnata ennast asjadega, mille lahendamine ei ole hetkel sinu võimuses. „See on lihtne, aga igavesti keeruline tõde.“

Meie vestluse lõpuks meenub Maarja-Liisile Püha Franciscuse meelerahu palve: „Jumal, anna mulle meelerahu leppida asjadega, mida ma muuta ei suuda, julgust muuta asju, mida ma muuta saan, ja tarkust, et nendel asjadel alati vahet teha.“ ●

Maarja-Liis Mölder on õppinud ajakirjanikuks. Ta kirjutab luuletusi, tal on ilmunud 2 luulekogu. Maarja-Liis sündis enne-aegsena, tal on liikumis-puue. Maarja-Liis on kogemus-nõustaja. Ta tahab aidata teisi puudega inimesi, et nad tunneksid end vajaliku ja õigena. Ta teab, et ka puudega inimene peab õppima ja pingutama, et elus paremini hakkama saada.



Maarja-Liis pakub kogemusnõustamist

Kui soovid liikumispuude või muu püsiva tervisekahjustusega tulla Maarja-Liisi juurde kogemusnõustamisele, kirjuta info@tervisepark.ee või helista 5556 4662. Silmast silma on võimalik kohtuda Tallinnas, veebi teel üle Eesti.



Tegevuspiiranguga inimeste toimetulekut kodus tuleb toetada senisest rohkem

Vaike Vainu | Turu-uuringute AS-i analüütik



► Turu-uuringute AS viis 2020. aastal läbi uuringu tegevuspiirangutega inimeste toimetuleku kohta. Mida teada saadi, sellest räägib lähemalt uuringu üks koostajatest, Vaike Vainu.

Tegevuspiirang on kõige üldisem mõiste tähistamaks olukorda, kus inimesel esinevad igapäeva-elu toimingutes kergemad või tõsisemad raskused, mille tõttu võib tal tekkida vajadus abivahendite või kõrvalabi järele. Seejuures ei pea inimesel olema ametlikult tuvastatud puue või vähenenud töövõime – tegevuspiirangu olemasolu määrab tema subjektiivne tunnetus, kuidas ta igapäeva-elu erinevate tegevustega hakkama saab. Siiski on nii vähenenud töövõime kui ka puue sageli tihedalt seotud kas haiguse või tegevuspiiranguga või mõlemaga korraga.

Tegevuspiirangute esinemist, samuti enesehinnangulist tervist ning pikaajaliste haiguste üldist määra Eesti elanikkonnas on statistikaamet seiranud juba palju aastaid. 2020. a tellis sotsiaalministeerium elanikkonna tegevuspiirangute ja hooldusvajaduse väljaselgitamiseks eriuuringu, et tegevuspiirangute üldandmetele lisaks täpsustada valdkondi ja vanuserühmi, kus tegevuspiirangud esinevad, ning selgitada tegevuspiirangutest tulenevat kõrvalabi vajadust.

Uuring viidi läbi 16-aastaste ja vanemate Eesti elanike hulgas augustist novembrini 2020 ning selles osales 2513 inimest. Uuringu viis läbi Turu-uuringute AS ning seda rahastati Euroopa Sotsiaalfondi meetmest „Tööturul osalemist toetavad hoolekandeteenused.“

Elanikkonna tervis ja tegevuspiirangud

Uuringu andmetel peab 58% elanikest oma tervist väga heaks või heaks, 29% hinnangul pole nende tervis ei hea ega halb, 10% peab oma tervist halvaks ning 2% väga halvaks. 51% elanikest on enda hinnangul mõni pikaajaline (krooniline) haigus või terviseprobleem. Vanusega kriitilisus oma tervise suhtes kasvab ning suureneb ka pikaajaliste haiguste või terviseprobleemide esinemine. Siiski on ka nooremates vanuserühmades pikaajaliste haiguste/terviseprobleemidega inimeste osatähtsus märkimisväärne – nt 16–19-aastastest moodustavad pikaajaliste haiguste/terviseprobleemidega inimesed 22%.



Valdkondlikud tegevuspiirangud

Tegevuspiirangutest mõnes kindlas valdkonnas, mille esinemist küsiti viimase 30 päeva kohta, on kõige levinumad nägemispiirangud (34% elanikest) ning liikumis- ja liigutamispäirangud (33%). Peale füüsiliste tegevuspiirangute esineb küllaltki sageli ka vaimsete võimete piiranguid – mälu- ja keskendumispäiranguid nimetas 29% elanikest. Harvem esineb iseseisva toimetuleku või enesehoolduspäiranguid (14%), kuulmispäiranguid (13%) ning suhtlemispäiranguid (9%).

Üldiselt suureneb kõigi valdkondlike tegevuspiirangute kogemine vanuse kasvades. Siiski esineb 16–29-aastastel enda hinnangul raskusi teiste inimestega suhtlemisel või asjade meelespidamise või keskendumisega veidi sagedamini kui näiteks 30–39-aastastel. Alates 50. eluaastast suureneb märgatavalt nende inimeste osatähtsus, kes on kogenud (tõsiseid) raskusi liikumisel või liigutamisel, ning see osatähtsus kasvab vanemates vanuserühmades veelgi. Hüppeliselt suureneb eri valdkondades piirangute kogemine vanuserühmas 80+.

Üldiselt suureneb kõigi valdkondlike tegevuspiirangute kogemine vanuse kasvades.

Sageli esinevad inimesel piirangud korraga mitmes eri valdkonnas: näiteks inimestest, kel on raskusi asjade meelespidamise või keskendumisega, esineb 27% raskusi ka teiste inimestega suhtlemisel ning inimestest, kel on liikumis- ja liigutamispäirangud, esineb 38% raskusi ka iseseisva toimetuleku ja enesehooldusega.

Väsimus, valu ja vaimne tervis

Väsimus, füüsilise valu kogemine ja halb emotsionaalne enesetunne on aspektid, mida iseseisva toimetuleku vähenemisega alati otseselt ei seostata. Ometi mõjutavad nad meie igapäevast toimetulekut oluliselt, mistõttu käsitleti neid uuringus võrdväärselt muude valdkondlike tegevuspiirangutega.

Viimase 30 päeva jooksul oli raskusi öösel magamise ja enda väljapuhkamisega kogenud 66% elanikest, sealjuures 11% oli esinenud tõsiseid raskusi. Probleeme päevase väsimustundega esineb

pea sama sageli kui uneprobleeme – 68% elanikest oli viimase 30 päeva jooksul kogenud probleeme päeval ajal tekkiva väsimustundega, sealjuures 9% tõsiseid probleeme. Ootuspäraselt on päevane väsimustunne ning uneprobleemid omavahel seotud – 87% inimestest, kes on kogenud uneprobleeme, on kogenud ka päeval ajal tekkivat väsimustunnet. Mõlemad on seotud ka füüsilise tervisega – pikaajaliste krooniliste haiguste või terviseprobleemidega inimestel esineb päevast väsimust ja uneprobleeme keskmisest sagedamini.

51% elanikest koges enda hinnangul viimase 30 päeva jooksul selliseid füüsilisi valuastanguid, mis segasid igapäevast elu ja toimetulekut, sealjuures 15% sageli. Oma emotsionaalset enesetunnet pidas viimase 30 päeva jooksul heaks 63% elanikest, 26% ei pidanud heaks ega halvaks ning 9% pidas halvaks.

Nii füüsilise kui vaimse tervisega on seotud ka eluga rahulolu. Eesti elanikud tervikuna on üldiselt eluga pigem rahul: kuuepalliskaalal, kus 6 tähistas suurimat eluga rahulolu, oli hinnangute keskmine elanikkonnas tervikuna 4,21 palli. Tegevuspiirangutega inimeste eluga rahulolu on keskmisest madalam (3,95), sealjuures on eluga rahulolu seda madalam, mida tõsisemad tegevuspiirangud inimesel esinevad. Teisest küljest, mida suurem on inimese mitteformaalne tugivõrgustik (lähedased inimesed, kellega ta saab raske isikliku probleemi korral arvestada, või toetav kogukond), seda kõrgem on ka tema rahulolu eluga.

Iseseisva toimetuleku riskirühmad

Uuringu andmetele tuginedes on võimalik tuua välja riskirühmad, kuhu kuuluvate inimeste võime tulla iseseisvalt toime on suuremal või väiksemal määral ohustatud.

Kõrge riskiga rühm (ca 2% elanikest) – kodus elavad inimesed, kes on viimase 30 päeva jooksul kogenud tõsiseid tegevuspiiranguid, ja kelle hinnangul võivad nad lähema 12 kuu jooksul vajada ööpäev läbi kehtvat alalist üldhooldusteenust väljaspool oma kodu või kodus elamist toetavaid teenuseid mahuga enam kui 20 tundi nädalas.

Mõõduka riskiga rühm (ca 6% elanikest) – kodus elavad inimesed, kes on viimase 30 päeva jooksul kogenud tõsiseid tegevuspiiranguid, ja kelle hinnangul

gul võivad nad lähema 12 kuu jooksul vajada ööpäev läbi kestvat ajutist üldhooldusteenust väljaspool oma kodu või kodus elamist toetavaid teenuseid mahuga enam kui 20 tundi nädalas või lähedaste või tuttavate kõrvalabi samas ulatuses.

Eri liiki tegevuspiirangutest esineb kummaski riskirühmas kõige enam tõsiseid piiranguid liikumisel või liigutamisel, mis on sageli kombineeritud teiste tegevuspiirangutega. Inimesi, kes ei tarvitse iseseisvalt toime tulla, on ka nooremates vanuserühmades, kuid nende osatähtsus suureneb märgatavalt alates vanuserühmast 50–59 ning kerkib hüppeliselt vanuserühmas 80+.

Järeldused

Ühiskonna laiem eesmärk peaks olema pakkuda tegevuspiiranguga inimestele senisest rohkem tuge ja teenuseid, mis aitaks neil võimalikult kaua iseseisvalt igapäevaeluga toime tulla. Nii säilib inimeste väärikus ja saab ka tegelikkuseks igapäevaelu iseseisvalt elada, vajamata pidevat lähedaste abi.

Ühiskonna laiem eesmärk peaks olema pakkuda tegevuspiiranguga inimestele senisest rohkem tuge ja teenuseid.

Uuringu andmetel ületab tunnetatud vajadus ametlike (hooldus)teenuste järele praegu teenuste pakkumist mitmekordselt. Selleks, et toetada hooldusvajadusega inimese iseseisvat toimetulekut tema kodus, tuleks seada sihiks kodus elamist toetavate teenuste arendamine ning mahude suurendamine, mis aitaks vähendada ka omaste hoolduskoormust. Lähtudes kõrvalabi kasutamisest ning inimeste enesehinnangulisest teenusvajadusest, vajatakse kõige rohkem abi igapäevaste koduste toimingute tegemisel (koristamine, söögitegemine jms), samuti ravimite ja toidu koju toomisel, lisaks transpordiabi,

et inimene saaks minna tema jaoks olulistesse kohtadesse, näiteks arsti juurde.

Kodus elamist toetavate teenuste pakkumisse on vaja kaasata kogukond ning kolmas sektor, et suurendada teenuste pakkumise paindlikkust ning vajaduspõhisust. Alternatiivina hooldekodudele tuleks luua kogukondliku hoolekande asutusi ning eakate teenusmajasid – sellised teenused on juba praegu Skandinaavias olemas, kuid Eestis veel üsna vähe levinud.

Puudub kodus osutatav ööpäev läbi vältav üldhooldusteenus, mis teatud juhtudel võiks olla sobivaim lahendus inimesele, kes vajab ööpäevast üldhooldusteenust ajutiselt. Võimalus sellist teenust aeg-ajalt kasutada kergendaks ka nende omaste hooldajate koormust, kelle lähedane vajab pidevat ööpäevast hooldust.

Kodus osutatavatele teenustele lisaks on vaja arendada ka teenuseid, mis toetavad tegevuspiiranguga inimeste osalust ühiskondlikus elus, sh liikumist väljaspool kodu ning töötamist ja õppimist. Vaid nii on ka tegevuspiiranguga inimestel võimalik olla aktiivne ning elada täisväärtuslikult.

Artikli pikem versioon ilmus ajakirjas Sotsiaaltöö nr 3/2021. ●

Uuringu terviktekstiga (lõpparuandega) on võimalik soovi korral tutvuda sotsiaalministeeriumi veebis.

Turu-uuringute AS uuris, kuidas saavad hakkama eri-vajadusega inimesed Eestis.

Uuringust selgus, et abi on vaja palju rohkem kui praegu pakutakse.

Kõige rohkem on vaja teenuseid inimestele, kes tahavad oma kodus elada, aga üksinda hakkama ei saa.

Inimene peab saama abi oma kodus, kui vaja, siis öösel ja päeval.

Abi vajatakse peamiselt nendes tegevustes:

- söögi tegemine,
- koristamine,
- poes käimine,
- arsti juures käimine.

Selliste teenuste pakkumine teeb ka omaste-hooldajate elu kergemaks.



Miks ma sinu e-poest kunagi enam midagi osta ei taha

Jakob Rosin | Eesti Puuetega Inimeste Koja juhatuse liige, ligipääsetavuse konsultant

► Täiesti tavalise erivajadusega inimesena olen minagi püüdnud püsida e-kaubanduse laineharjal ja tooteid, hambaharjadest telekani internetist tellida. Paraku ei ole kogemused just toredad. Miks? Probleemi saab võtta kokku ühe sõnaga: ligipääsetavus!

Mis asi see on? Paljudele arendajatele, kodulehe omanikele ja sisuloojatele kipuvad sõna ligipääsetavus kuuldes viirastuma kaldteed või inva-WC sildid mõnes kaubanduskeskuses; ja üldse, kas puudega inimesed käivad siis ka internetis ja ostavad sealt midagi? Küll nad juba käiks ja ostaks, kui see võimalus vaid oleks ligipääsetav! Ligipääsetavus tähendab tegelikult aga puudest palju enamat ja kokkuvõttes kätkeb see seda, et kõik inimesed saavad vajalikku teenust kasutada ja pääsevad sellele ligi – kas siis poele, mis asub keset kaubanduskeskust või keset internetti. Ligipääsetavuse eeldamiseks ei ole isegi puuet vaja.

E-kaubanduses on ligipääsetavuse mured erinevaid inimesi pidevalt kimbutamas. Sest kõik ei kasuta hiirt või puuteekraani, et süüa tellida, või ei mõista kaunite tootefotode sisu uutest sügiskummitest ega osta neid, sest kodulehel polnud kirjas, mis värvi kummikud on, või kas neil on karvased sääred või mitte.

Mis siis õigupoolest valesti on?

Võtame näiteks lihtsa olukorra. Eestimaal talved on libedate jäämaastike tõttu juba kurikuulsad, ja detsembrist märtsini võib alailma kohata kedagi, kel käsi kaelas või lausa kipsis. Mõelgem hetkeks, kuidas see inimene nüüd hiirega mööda veebipoodi seilata saaks? Ega üldiselt ei seilagi. Appi tuleb klaviatuur. Näiteks *tab*-klahv, mis paikneb *caps lock*'i kohal, võimaldab navigeerida kõigi nuppude ja linkideni lehel, nooltega saab teha valikuid filtrites ja otsingus ja *enter*'iga lõpuks ost ka ära vormistada. Lihtne? Paraku ei pruugi! Kui vaadata Eesti populaarsemaid e-poode, siis kas klaviatuuriga saab ikka igal pool hakkama?

Mõeldud-tehtud. Otsustab see käeluu murruga klient nüüd raskete poekottide tassimise asemel, sest

viimast ta ju teha ei saa, toidu koju tellida. Avades Eesti ühe populaarsema e-toidupoe, saab ta klaviatuuriga kenasti enda ostukorvi kokku – pirukad, paar torti, ekleerid ja salaja pakk komme ka. Kena. Vormistame ostu, kirjutame aadressi ja... No ja jääbki katki, sest selleks et aadressiotsingu soovitudest õige valik teha, on vaja hiirt. Ilma soovituseta vajutamata on pood aga pahane ja ei taha kotti mitte pakkimagi hakata. Käsi on aga kipsis ja nii jääbki see ostukorv täidetult keset e-poodi nukrutsema.

Järgmises e-poes ei jõua me isegi nii kaugemale, sest tavaliselt klaviatuuriga valitud linki või nuppu tähistav teist värvi kastike on siin puhtama disaini huvides sootuks ära peidetud ja on võimatu aru saada, kuhu inimene vajutada saab või kus ta keerulisel poe avalehel üldse omadega asub.

Kui käeluu murdnud maiasmokk saab ehk paari nädala pärast kipsis vabaks ja hiirega oma korvi poest ära päästa, siis kümned tuhanded kliendid ei saa puude või püsiva erivajaduse tõttu oma kätt kunagi nii hästi kasutada, et hiirega hakkama saada.

Võib-olla saad sa hiirega isegi hakkama, küll aga võib juhtuda, et päikseline kevadilm aknast sisse piiludes ekraani raskestiloetavaks peegeldab. Oled juba rõõmsalt ostukorvi triiki täis klikkinud, ostu vormistamise vormigi ära täitnud, ühes käes hiir, teises mobiil-ID ja...

Vihjeks võib öelda, et panga nimele või logole klikkides ei juhtu siin midagi. Klikkida tuleb logode ees olevatele kehvasti nähtavatele ringikestele. Kui kasutaja seda ei tea, kuna ta ei ole nii digipädev nagu mõned teised, võib ta üsna kiiresti frustratsioonist hakata kahtlema, kas tal neid tooteid üldse vaja on.

Ja jällegi, kardina saab ette tõmmata ja ekraani lähemalt vaadata. Kaasasündinud lühinägelikkust või muud vaegnägemise muret kardinatega aga ei paranda.

Vali makseviisi

- Järelmaks** Taotle järelmaksu (3-48 kuud)
- esto** Taotle järelmaksu - 0 € lepingutasul
- esto³** Maksa kolmes osas. 0 € lisakulu.
Maksa 3 võrdse osana
- TFBank** Taotle järelmaksu
- SEB** Maksa SEBs
- Swedbank** Maksa Swedbankis
- coop | Pank** Maksa Coop Pangas
- LHV** Maksa LHVs

Kuvatõmmis makseviiside valimisest. Foto: erakogu

Lõpetuseks vaatame veel ühte näidet. Mina olen näiteks ekraanilugeja kasutaja. See on programm, mis veebilehtede sisu mulle häälega ette loeb. Soovisin ühest väga popist Eesti e-poes osta uusi kõrvaklappe. Leidsin lehelt otsingukasti ja kirjutasin sinna „kõrvaklapid.“ Asusin rõõmsal meelel vaatama, mida pakutakse. Pakuti filtreid. Mõistlik, sest otsingutulemusi oli paari tuhande ringis. Valisin enda lemmiktootja ja lootsin, et nüüd saan teada, mis mudeleid ja mis hinnaga müüakse. Ei – pakuti jälle samu filtreid. Kuulasin läbi viis erinevat hinnakategooriat, 10 eurost 500 euroni. Siis esitleti mulle toote alamkategooriaid. Juhtmega või juhtmeta klapid, ülekõrva või kõrvasisesed, mänguri või muusika klapid, mikrofoniga? Ei/Jah. Aga laste kõrvaklapid? Ei/Jah? Spordi-, une-, teleriga töötavad klapid? Kõrvaklappide kotid? Aga muud ja ilma kategooriata klapid?

Pärast kahte minutit sai see joru otsa ja tulid värvid. Sinised, valged, kollased, mustad, punased, rohelised, läbipaistvad, roosad, vilkuvate tuledega, vali ise värv! Iga värvi juurde öeldi igaks juhuks ka null, sest olin juba Apple'i

tootjana välja valinud ja nemad pooli neist värvidest ei toodagi.

Siis pakuti valikut sisuturunduslugudest. Kas ma tean ikka, kuidas kõrvaklappe õigesti valida? Täna väga – isu oli juba ammu üle läinud.

Kui kogu see ooper läbi sai, teatati mulle, et Apple AirPods klapid on olemas küll, maksavad 280 eurot, aga hetkel on need laost otsas.

Võrrelge minu kogemust näiteks mobiiloperaatori iseteenindusega, kus alati loetakse ette hulk valikuid. Vajuta 1, kui oled eraklient, vajuta 2, kui oled äriklient. Vajuta 1, kui tahad kuulda rikkeinfot.

Nüüd 1 vajutades oleks loogiline, et teatatakse, et rikkeid hetkel pole, või et Võnnu kandis on tõesti mastid maas. Aga ei. „Vajuta 1, et kuulda piirkondlikke rikketeateid. Vajuta 2, et kuulda üleriigilisi rikketeateid. Vajuta 3, et kuulda sind puudutavaid teateid. Vajuta 4, et kuulda hiljutisi teateid. Vajuta 5...“ ja nii edasi, kuni näiteks „Vajuta 0, et menüüst mööda hüpata ja kuulda kohe teateid. Uusi teateid hetkel pole.“ Kas te tahaksite sellele operaatorile veel helistada või neile raha anda? Või kas ostaksite samasuguse süsteemiga poest midagi?

Ühes poes teatas mu ekraanilugeja suvalises kohas „2.“ E-poes saab olla päris mitu kahte. Hind, soodusprotsent, laoseis, leitud toodete arv, kliendipoolne hinnang... Aga kust mina seda teadma pean?

Ja vot, sõbrad, see ongi ligipääsetavus. Kuna minu tööks on iga päev ligipääsetavuse parandamisega tegeleda, on siin toodu vaid killuke muredest, millega erinevad inimesed iga päev kokku puutuvad. Ja ei, need ei ole ainult puudega inimesed. Sest millegipärast kipuvad kõigile inimestele rohkem meeldima lehed, mis on ka hästi ligipääsetavad. Ja kui sul on e-pood, siis paari aasta pärast on ligipääsetavus su poes lausa kohustuslik. ●

E-pood on selleks, et inimesed saaksid asju osta ilma poes käimata.

Kahjuks ei ole paljud e-pood ligipääsetavad.

Näiteks ei saa kaupa tellida, kui ei saa kasutada arvuti-hiirt.

Mõnel lehel on sellised värvid, mida kehva nägemisega inimene ei näe.

Ligipääsetavat e-poodi on kõigil mugavam kasutada.



Millest moodustub puuetega inimestele hädavajalik ligipääsetavuse info

Mari Puuram | Eesti Puuetega Inimeste Koda nõunik ligipääsetavuse küsimustes

► Terviklik ligipääsetavus moodustub kasutajatekonnast, mille kõik osad – füüsilise ruumi või hoone disain, infodisain ja teenusedisain – on ligipääsetavad. Kuid olulisel kohal on ka info koduleheküljel, mis aitab tagada tervikpilti teenuse ligipääsetavusest. Mida see info sisaldama peaks ja kust seda leiab? Selgitab ligipääsetavuse küsimuste nõunik Mari Puuram.



Mari Puuram. Foto: erakogu

Esimene mõttekoht on see, kas ligipääsetavuse rubriik kodulehel üldse eksisteerib. Kui selline leht loodud on, siis peab ta olema üks esimesi elemente, mida *tab*-nupuga on võimalik fookusesse võtta ja mida pimedate ekraanilugeja kohtab. Tihti on ligipääsetavuse info kodulehele ära peidetud, puudub kas osaliselt või täielikult. Sageli esitatakse ligipääsetavuse info all teavet vaid kodulehe sisu ülesehituse kohta, võimaldatakse valida teksti värvi või muuta kontrastsust. Taoline info võiks aga avaneda hoopis rippmenüüst ning tulla nähtavale valikuliselt, sest kodulehe tehniline info moodustab ligipääsetavuse infost heal juhul vaid paar protsenti ning ei anna kasutajale üsna tihti mitte midagi.

Rohkem infot ettevalmistusteks

Paljud inimesed, kel on puue, vajavad ettevalmistuste tegemiseks rohkem teavet, kui suudab pakkuda mõne kaardirakenduse pildiinfo, ning lisaks aitavad ettevalmistused tagada sujuva viibimise kohapeal ning luua turvatunnet. Et päriselt toetada erinevate inimeste võimalikult iseseisvat hakkamasaamist, on vaja esitada asjakohast infot asjakohasel moel. Küllastajale, kes satub teie juurde esimest korda, on oluline oma organisatsiooni või asutuse kodulehel välja tuua, kuidas kohale jõuda. Võib ju mõelda, et inimene saab ise mõnda kaardirakenduse aadressi sisestada, kiigata Google Mapsi pilte ning sellega asi piirdub. Kuid erivajadustega küllastajate hulgas on nägemispuudega inimesi, kellele asutuse aadressist või pildiinfost jääb väheks ning nende ootus on, et teekond lähimast ühistranspordipeatusest või lähedal asuvast parklast hooneni jõudmiseks oleks hoopis sõnaliselt kirjeldatud. Ehk siis ühe olulise osa kodulehe ligipääsetavuse infost peab moodustama „kirjelduskaart“ või ka teisisõnu „sõnakaart“, nagu on öeldud Sotsiaalministeeriumi alla kuuluva kompetentsikeskuse ligipääsetavuse õppevideotes.

Kirjelduskaart on sõnaline kirjeldus teekonnast inimesele, kes ei näe üldse või näeb väga halvasti, ja selle eesmärk on aidata inimesel hooneni jõuda, siseruumides orienteeruda. Kirjeldustõlget hooneni jõudmisel toetavad avalikus ruumis asuvad juhtteed, ilma milleta on nägemispuudega inimese iseseisev liikumine raskendatud. Kirjelduskaardi või sõnakaardi puudumine ei lase nägemispuudega inimesel teistega samaväärselt avalikke või erateenuseid kasutada. Kui asutuse või organisatsiooni

kodulehel ei ole nägemispuudega inimesele mõeldud kirjelduskaarti, siis avaliku ruumi iseseisvaks kasutamiseks peab kirjelduse valmis tegema keegi teine – näiteks pereliige, tugiisik või vabatahtlik –, kuid see ei ole alati võimalik. Kirjelduskaarti loovad tõlkepaarid, kellest üks on väljaõppinud kirjeldustõlk ja teine nägemispuudega konsultant, kelle ülesandeks on peegeldada kirjeldustõlgi tööd ning aidata kirjeldus muuta arusaadavaks ja kasutatavaks võimalikult laiale ringile.

Paljud inimesed, kel on puue, vajavad ettevalmistamiseks rohkem infot kui mõni teine külastaja.

Paljud inimesed, kel on puue, vajavad ettevalmistamiseks rohkem infot kui mõni teine külastaja ja seetõttu tehakse enne tulekut ära ettevalmistustöö, et tagada enda jaoks võimalikult sujuv viibimine kohapeal. Sõnakaardid on kasulikud ka nägijatele, saamaks võimalikult täpset infot selle kohta, kui kaugel asub parkla, millises suunas tuleb info saamiseks liikuda või kui kaugel asub hoonesse sisenemine, on see takistusteta või sisaldab erinevaid takistusi. Info andmine külastajale aitab tal külastust paremini planeerida ja eesootavaks valmistuda.

Külastaja tahab end hästi tunda

Külastaja, kes tuleb kaugemalt, näiteks teisest linnast või riigist, soovib end kohapeal võimalikult hästi tunda. Oluline infokild on see, kas ja millised ruumid ning teenuse osad (ka näiteks tualettruumi kasutamine), on ligipääsetavad suuremõtmelise elektriratastooliga. Öeldakse, et kuhu saab elektriratastooliga, sinna saavad kõik. Ligipääsetavuse info all võib ära märkida ka näiteks selle, kas hoone vastab ehitusseadustiku määru number 28 väljatoodud miinimumnõuetele ehk vastab puuetega inimeste erivajadusest tulenevatele nõuetele juhul kui enda organisatsiooni või asutuse kohta selline teave olemas on. Kui aga puuduvad tingimused, mis on olulised puudest tulenevate erivajadustega arvestamiseks, siis tuleks see oma kodulehel ka välja tuua, vältimaks pettumust kohapeal.

Kui aga puuduvad tingimused, mis on olulised puudest tulenevate erivajadustega arvestamiseks, siis tuleks see oma kodulehel ka välja tuua, vältimaks pettumust kohapeal.

Kui me räägime suuremates ja väiksemates asutustes ringi liikumisest, siis on abiks maja, ruumide, alade plaanid ja kaardid. Nägemispuudega inimene vajab teavet selle kohta, kas on olemas taktiilne majaplaan või antakse külastusel kaasa näiteks nn paisupaberile printitud taktiilne kaart. Kaardi loomine ja külastajale kättesaadavaks tegemine on see koht, kus tasub mõelda ka intellektipuudega inimestele, kelle jaoks võiks olla võimalus kaart juba kodus välja printida, et toetada paremat orienteerumist kohapeal. Kui ei ole võimalik sellist kaarti väljaprintimiseks valmis töötada, siis võiks külastaja sellise kaasa saada näiteks infoletist või piletikassast.

Kui teie organisatsioonis on inimesi, kes oskavad suhelda erivajadusele vastavalt, siis oleks hea see ära märkida oma kodulehel. Kuna personal on oluline osa külastusest, siis juba enne tulekut töötajate nägude ja ülesannete tundmaõppimine ning hilisem äratundmine aitab kaasa sujuvale kohalviibimisele ja meeldivate emotsioonide tekkimisele. Külastajale mõeldes võiks koolitatud personaliliikme pildi ja telefoninumbri ning võimaluse küsida lisaküsimusi välja tuua asutuse või organisatsiooni kodulehel, nagu on soovitatud projekti „Mind Tour“ jooksul välja töötatud teenuste ligipääsetavuse parandamise käsiraamatus psüühilise erivajadusega inimestele.

Oluline info sisu ligipääsetavuse osas tuleb välja tuua ka kodulehel. Näiteks loetleda, millised ligipääsetavuse vahendid on kasutusel teie organisatsiooni või asutuse info edastamisel – näiteks, kas on olemas kirjeldustõlge, viipekeeletõlge ja/või lihtsa keele tõlge ning kas on kasutusel subtiitrid. Kui te soovite oma teenust paremaks muuta, siis kindlasti olge julged tagasiside küsimisel.

Tagasiside andmine peab olema lihtne ja jõukohane kõigile kasutajatele ehk siis küsimustiku puhul räägime loetavuse tagamisest nägemis-

puudega inimese abivahendiga (ekraanilugejaga), selle kasutatavusest *tab*-nupuga (nt mootorikahäire või funktsioonipiiranguga inimestele) ning tekst peaks olema kirja pandud selges kirjas ning piisavalt lihtsalt, et ta oleks arusaadav ka intellektipuudega inimesele. Vabas vormis tagasiside ankeet peab olema samuti kergesti leitav, kas kohe esilehel või asutuse kontaktide all. ●



Kõik asutused ja organisatsioonid peaksid olema ligi-pääsetavad, et ka puudega külaline end hästi tunneks.

Pimedate jaoks on vaja kirjeldus-tõlget ja kirjeldus-kaarti.

Liikumis-puudega inimestele on kald-teeed ja liftid.

Inva-tualeti puhul on tähtis teada, kas sinna mahub ka elektri-ratastooliga.

Kõik sildid peavad olema kõigile arusaadavad.

Kodulehel peab olema selle töötaja nimi, kes oskab puudega külastajaid aidata.



DUO tugigrupi juhendajate täiendkoolitused

Anneli Salk | Psühholoogiline nõustaja, DUO tugigrupi juhendajate koolitaja

► **Heaolu ja Taastumise Koolis toimuvad DUO tugigrupi juhendajate täiendkoolitused, kus saab omandada grupijuhtimise oskuseid. Mis see täpsemalt on? Teemat avab koolitajatest Anneli Salk.**

DUO tähendab, et tugigruppi viivad korraga läbi kaks inimest – grupijuht, kes on oma valdkonna spetsialist (psühholoog, terapeut vm) ja kogemusnõustaja või taastaja. Kaks grupijuhti täiendavad teineteist, kuna kogemusnõustajal on isiklikud kogemused antud valdkonnas ning spetsialistil jällegi erialased teadmised. Grupijuhtide omavahe-line koostöö on eeskujuks koolitusel osalejatele ning annab võimaluse seda jälgida ja sellest õppida.

Eesti Puuetega Inimeste Fondi (EPIF) toel viidi aastatel 2021–2023 läbi kaks koolitusgruppi, üks Tallinnas ja teine Tartus. Koolitusel osalesid üle Eesti vaimse tervise spetsialistid (kogemusnõustajad, tegevusjuhendajad, sotsiaaltöötajad, tegevusterapeudid jne) ja puuetega inimeste organisatsioonide eestvedajad ehk siis inimesed, kes tahavad hakata

tugigruppe juhtima või juba juhtisid grupe ning soovisid oma teadmisi selles valdkonnas täiendada.

Praktilised teadmised grupijuhtimisest

Sellise koolituse eesmärk on praktiliselt õppida, kuidas grupp juhtida. Koolituse läbinud inimestel peaks olema vajalikud oskused ja teadmised tugigrupi käivitamiseks, läbiviimiseks ning lõpuleviimiseks oma kogukonnas. Koolituse käigus saavad osalejad kaasa töötada grupitöodes ning üheskoos analüüsida koolitusgrupis toimuvaid protsesse.

Tugigrupi juhendajate täienduskoolitust viisid läbi koolitajad Külli Mäe, kes on psühhosotsiaalse rehabilitatsiooni valdkonna eestkõneleja, praktik, koolitaja ja superviisor; pikaajalise kogemusega grupiterapeut Heli Künnapuu, kogemustega täiskas-



DUO tugigrupi koolitus. Foto: erakogu

vanute koolitaja ja NLP arengunõustaja Anneli Salk ning kogemusnõustaja Inge Vallandi.

Tugigrupi koolitustel osalejad kiitsid tagasisidet andes, et nad said koolituse läbimisest palju kasu. Koolitus oli põhjalik ning võimaldas senisest paremini mõista inimesi, kelle taastumisele tuleb tugigrupis osalemine kasuks. Samuti oli tarvilik mõista grupiprotsesside seaduspärasusi, sest sellega puutub iga grupijuht kokku. Oluliseks peeti oma tugigrupi visiooni ja selle tegevuskava läbitöötamist koolituse käigus.

Grupi toetus on tulus meetod nii õppeprotsessi läbimisel kui ka taastumisel ning oma elu korrastamisel.

Vahend väljakutsetega toimetulekul

Grupp on ühtlasi võimas abivahend paljude elu väljakutsetega toimetulekul, sest teistega koos suudame palju rohkem kui üksi. Grupi juhtimine nõuab aga grupijuhilt lisaks teadmistele grupi toimimise põhiprintsiipidest ka enesekindlust, mida saab toetada just enda praktilise kogemusega. Meie koolituse põhimõtte ongi ennekõike anda osalejatele enda grupis osalemise kogemus, mida õppeprotsessi jooksul pidevalt analüüsime ja mille kaudu õpime.

Jätkame Heaolu ja Taastumise Koolis grupijuhtide koolitamist juba 2023. aasta sügisest ja toetame gruppide tegijaid ka peale koolitust kovi- sioonide kaudu.

Need hakkajad, kes on valmis vastu võtma väljakutse olla grupijuhiks – teejuhiks ja toetava keskkonna hoidjaks oma kogukonna grupi liikmetele, on igati väärt toetust omakorda nii erialaorganisaatsioonide poolt kui ka kogukonnas tervikuna. ●

Külli Mäe (koolitaja): Miks me ütleme, et see on DUO tugigrupi juhendajate koolitus?

Mina sain müksu Soome kolleegidelt, et kui on vaimselt katki läinud inimesed, et miks mitte siis kokku saada ja koos leida seda lootust, et taastumine on võimalik. Aasta siis oli 2009. Euroopa Liit rahastas seda projekti, see oli üks Euroopa parimaid ja tol hetkel oli 30 gruppi üle Eesti. Siis lõppes projekt, aga võrgustik tahab ju taas elustamist ja jätkuvat kastmist. Minul on hästi hea meel, et meil on uus koolitustiim ja et Eestis on see koolitus jälle kättesaadav. Minu meelest on töö gruppidega suurepärane võimalus, taastamiseks inimestes lootust ja andmaks küünarnukitunnet ning toetamiseks kuuluvustunde tekkimist.

Kas soovitaksid DUO tugigrupi juhendajate täienduskoolitust ka teistele?

Ursi Joost: Jaa! Meil on Ida-Virumaa PIK võrgustikus hästi palju diagnoosipõhiseid gruppe. Kõike koolitusel õpitud saab seal väga hästi kasutada, sest füüsilised puuded ei jäta ka vaimse tervise poolt puudutamata. Kui saad mingi raske diagnoosi, siis see alati lööb esialgu jalust ja me peame hakkama oma elu uuesti üles ehitama hoopis teistmoodi.

Külli Sädem: Jaa, soovitaksin küll, ja ma olen seda juba ka teinud, sest meil kogemusnõustajate koolitusel tuli välja mitu õppijat, kes tahavad tegeleda gruppidega. Kogemusnõustajate koolitusel räägitakse tööst gruppidega päris põhjalikult. Need koolitused täiendavad üksteist: kohati on need sarnased, aga ilmselgelt saab siin ikkagi põhjalikuma ülevaate.

Tea Pihlau: Ma täiendaksin Küllit, tõepoolest on kogemusnõustajale see koolitus lisaks väga hea. Kui me siin grupis õpime grupijuhtimist, siis ühtlasi oleme selles grupis ka ise osalised. Kogemusnõustaja koolitus on küll väga hea ja tugev koolitus, aga kui sa töötad rehabilitatsioonimeeskonnas pikaajaliste klientidega, siis on sul vaja veidi teist põhja sinna alla ja see koolitus täiendab eelnevat. Iga kogemus tuleb kogemusnõustajale kasuks.

Merily Mägi: Mina kindlasti soovitaksin, eriti selle praktilist poolt. Leian, et kõik, mis puudutab gruppe, töös inimestega, kes on oma kriisid üle elanud, siis on seda koolitust kindlasti vaja. Teiseks olid need koolitusgrupid head – see koosloomeõhkkond, uued ideed ja kõikide nende asjade läbiarutamine tuli kasuks, eks mitu pead ole ikka mitu pead.

Inge Vallandi (kaaskoolitaja, kogemusnõustaja): Mina pean oluliseks seda ühist energiat – sünergiat –, mis grupis tekib. Palju annab vahetult selles protsessis osalemine ja ise grupiliige olemine, grupi jõu ja toe tunnetamine. Minu arvates on ka koolituse formaat väga hea. Oma gruppide esitlemine koolitusel osalejate poolt täitis väga hästi eesmärgi. Tekkisid asjalikud arutelud ja tore oli näha, kuidas grupiliikmed üksteist toetasid.

Heli Künnapuu (projektijuht ja koolitaja): Mul on väga hea meel, et EPIF on võtnud fookusesse tugigruppide liikumise toetamise Eestis ja et huvi koolituse vastu oli väga suur.

Rohkem infot uute koolituste kohta leiab Eesti Psühhosotsiaalse Rehabilitatsiooni Ühing koduleheküljelt: www.epry.ee/algavad-koolitused/



Tugi-grupid on grupi-teraapia vorm, kus aidatakse inimesi, kellel on vaimsed ja hingelised mured.

DUO tähendab, et gruppi juhivad kaks inimest.

Kogemusnõustaja räägib oma kogemustest, kuidas ta oma muredest jagu sai.

Grupi-juht juhib vestlust.

Eesti Puuetega Inimeste Fond tegi kaks koolitust, Tallinnas ja Tartus, kus koolitati DUO grupi-juhte.

Kõik koolitusel osalejad jäid koolitusega väga rahule.

Nad ütlesid, et said koolituselt palju teada ja õppisid grupiga töötama.

Nüüd saavad nad paremini aidata inimesi, kes oma muredega tugigruppidesse tulevad.



Parim tulemus saavutatakse mitmekesisel tiimis!

Sirle Paberits | Swedbanki personalipartner

► Swedbanki personalipartner Sirle Paberits jagab panga kogemusi vähenenud töövõimega inimeste palkamisel ning innustab ka teisi ettevõtteid kaasama julgemini erivajadusega inimesi kui häid spetsialiste.

Statistika andmetel on Eesti tööealistest elanikest ligikaudu 100 000 vähenenud töövõimega ja see number on püsinud aastate vältel samal tasemel. Lisaks on inimesi, kellel ei ole küll puuet või vähenenud töövõimet diagnoositud, kuid nende tervislik seisund või eripärad muudavad sellegipoolest töö leidmise keeruliseks.

Nende inimeste võimalused tööturule sisenemiseks või naasmiseks on sageli piiratud, kuigi tegemist võib olla väga heade spetsialistidega. Piirangute põhjused on erinevad ja tulenevad sageli pigem hoiakutest ja ettevõtete vähesest kogemusest erivajadusega inimeste värbamisel kui soovimatusest erivajadusega inimesi palgata.

Samas on üha enam kerkimas esile tööandjad, kes on võtnud oma südameasjaks nende inimeste kaasamise tööellu ning on valmis sellesse ka mitmel moel panustama.

Sihipärane töö erivajadusega inimeste kaasamisel

Swedbankis ootame oma tiimidesse alati häid spetsialiste. Viimastel aastatel oleme teinud sihipäraselt tööd ka erivajadusega inimeste kaasamiseks. See töö algab juba enne värbamisprotsessi: püüame aktiivselt leida võimalusi, kuidas julgustada sihtgruppi meile kandideerima. Oleme selleks korraldanud erivajadusega inimestele suunatud töövarjupäevi, teeme koostööd erinevate organisatsioonidega ja jagame võimalusel



Sirle Paberits. Foto: Swedbank

oma kogemusi nii teiste tööandjatega kui ka tööotsijatega. Väga oluline on värbamistiimi, aga ka juhtide ja kõikide töötajate teadlikkuse tõstmine; viimast teeme ettevõtte sees koolituste ja info jagamise kaudu.

Uue töötaja valimisel lähtume alati eeskätt kandidaadi oskustest ja hoiakutest. Juhul kui sobiv kandidaat vajab tulenevalt erivajadusest tavapärasest teistsugust lähenemist, oleme valmis kohandama nii töökeskkonda kui ka muid töötingimusi.

Uue töötaja valimisel lähtume alati eeskätt kandidaadi oskustest ja hoiakutest.

Praegushetkel on Swedbanki töötajatest vähenenud töövõimega 1,5% (kokku töötab Swedbankis ca 2600 töötajat) ja paljud neist töötavad pangas juba üpris kaua. Väga paljud nendest kolleegidest ei vaja oma igapäevaste tööülesannete sooritamiseks erilahendusi ja saavad niisamagi hakkama.

Samas on meil juba olemas mõned kogemused nii füüsilise töökeskkonna kohandamise kui muudegi töötingimuste sobivaks muutmisega lähtuvalt töötaja erivajadusest.

Erivajadusega töötaja jaoks töökoha kujundamisel keskendutakse sageli muudatustele füüsilises keskkonnas ja võimalusele soetada abivahend. Võimalused erivajadusega töötajaid kaasata on tegelikult palju laiemad ja kaasamise protsessi peaks alati vaatama kui tervikut, mis sisaldab sobiva füüsilise keskkonna loomist, toetavaid sotsiaalseid suhteid ja eduelamust pakkuvat väljakutset.

Kõigist ülalpool loetletud aspektidest püüame Swedbankis erivajadusega töötaja jaoks kohandusi planeerides ka lähtuda. Parima tulemuse saavutamiseks on väga oluline, et planeerimise protsessis osaleks ka töötaja ise ning tema juht ja lähemad kolleegid. Vajadusel oleme küsinud nõu ka majavälistelt spetsialistidelt.

Et kõik Swedbanki erivajadusega töötajad töötingimuste kohandamist ei vaja, oleme mõelnud ka sellele, mida saaksime neile kolleegidele selle asemel pakkuda. Võimaldame kõigile meie vähenenud töövõimega töötajatele täiendavaid puhkepäevi ja kompenseerime tervist toetavaid teenuseid nagu massaaž ja vesivõimlemine; samuti toetame kõneterapeudi või mõne teise vajaliku spetsialisti teenuse kasutamist.

Selleks, et meie erivajadusega töötajad oleksid kursis riigi ja kohalike omavalitsuste poolt pakutavate võimalustega ning leiaksid hõlpsasti teemakohast infot, oleme loonud meie siseveebi erivajaduste-teemalise veebilehe. Leheküljelt leiavad kasulikku infot ka juhid ja töötajad, kelle tiimis töötab erivajadusega kolleeg, ning töötajad, kelle peres kasvab erivajadusega laps. ●

Oma kogemusest ja eduloost räägib Swedbanki kujundusmeeskonnas töötav Meelis Luks.

Meelis alustas Swedbankis täielikult kodukontoris töötamist juba 2019. aasta alguses, mil teiste töötajate jaoks oli kodukontoris töötamine veel tume maa. Meelisele sobiva rolli leidmine ja töötingimuste kujundamine võttis aega kaks aastat, kuid sellesse protsessi panustamine tasus ennast mõlema osapoole jaoks kuhjaga ära. Swedbank on saanud endale tubli kujunduse valdkonna spetsialisti ja Meelis saab rakendada oma kunstiannet pangale väärtust luues.

„Swedbankis olen töötanud veidi üle nelja aasta. Minu erialaks on graafiline disain ja ametinimetuseks on „spetsialist“. Seega, igapäevaselt aitan kujundada ning disainida erinevaid materjale sotsiaalmeedia ja veebi tarvis. Samuti kujundan pangasiseseid reklaame ja dokumente.

Esmane kontakt pangaga oli mul juba 2017. aastal. Näitasin ise initsiatiivi üles ning uurisin, kas neil on vaba töökohta IT-valdkonnas. Kuna sel ajal töötasid kõik veel kontorites, aga mulle sobis rohkem kodukontoris töötamine, siis turvalisuse põhjustel ei saanud pank mulle selles valdkonnas tööd võimaldada. Minu soove arvesse võttes pakuti mulle aga juba järgmisel aastal tööd disainerina, mis mulle väga sobis. Tööle saamine võttis küll üsna kaua aega, aga 2019. aasta alguses asusin oma ametikohale. Olen selle eest Swedbankile väga tänulik.

Kuna ma toimetan enamuse ajast kodukontoris, siis tööandja poolt on mul kodus arvuti koos vajalike programmide ja tarkvaraga, et saaksin oma tööülesandeid täita nii hästi kui võimalik. Minu eripäraks on see, et kasutan töö tegemiseks oma paremat jalga, sest puude tõttu ei saa ma oma käsi kasutada. Enamus teab mind kui maalikunstnikku, kes maalib oma teoseid, pintsel varvaste vahel.

Ootused tööandjale on üsna lihtsad – et tööd ikka jätkuks ning oleks väljakutseid oma oskuste ja teadmiste proovile panekuks. Lisaks võimaldab pank mul oma teadmisi igakülgselt täiendada.

See võimalus antud ametikohal leiba teenida on suureks toeks mu perele, kus on kasvamas nelja-aastane poisipõnn. Sel kevadel sai teoks meie pere unistus – teha reis kaugesse Jaapanisse.“

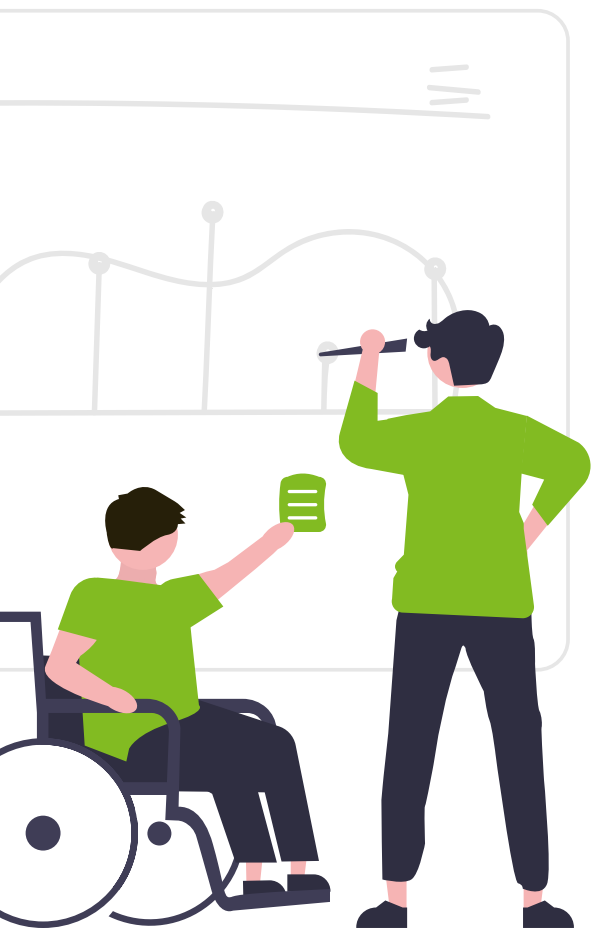


Fotol Meelis Luks perekonnaga Jaapanis. Foto: erakogu

Swedbanki soovitused tööandjatele, kes soovivad erivajadusega inimesi värvata:

- Selgita välja, milliseid kohandusi on tulenevalt erivajadusest või vähenenud töövõimest tarvis teha – tööaeg, töökeskkond, töövahendid.
- Koosta ülevaade kuludest, mis nende kohandustega kaasnevad, ja leia allikad, millest neid kompenseerida.
- Kaasa aegsasti koostööpartnerid ja seotud osapooled – töötukassa, juhid, kaastöötajad.
- Kui kandidaat ise töövestlusel oma erivajadust või töövõime vähenemist välja ei too, ei tohi tööandja seda teemat puudutada, isegi kui puue on silmaga nähtav. Inimesed on erinevad ja tööandjana austame kõikide inimeste õigust diskreetsusele.
- Kui kandidaat on oma erivajadusest või vähenenud töövõimest teavitanud, küsi julgelt küsimusi. Täiendav info aitab leida kõikide osapoolte jaoks parima lahenduse.

Kõige tähtsam on mõtteviis – me kõik oleme erinevad ja parim tulemus saavutatakse mitmekesisel tiimis üksteist austades ja toetades.



Väga paljud inimesed ei leia endale head tööd, kuna neil on mõni puue või haigus.

Swedbankis ei vaadata töötaja puuet.

Swedbankile on tähtis, et inimene oleks oma töös hea.

Kui vaja, tehakse töötaja jaoks töökoht ligi-pääsetavaks.

Swedbank korraldab info-päevi, kus puuetega inimesed saavad näha, kuidas pangas töö käib.

Meelis Luks on tuntud kunstnik, kes maalib oma parema jalaga.

Ta töötab juba mitu aastat Swedbankis.

Sel kevadel käis ta oma perega, naise ja 4-aastase pojaga, oma unistuste reisil Jaapanis.



Eesti eriolümpia sportlased teel Berliini maailmamängudele

Tiina Möll | Eriolümpia Eesti Ühenduse rahvuslik direktor

► Eriolümpia Eesti Ühendus osaleb Berliini maailmamängudel 32 sportlasega. Koos saate-meeskonna ja arstiga on delegatsioonis 49 inimest. Delegatsioonijuht Tiina Mölli sõnul ootavad asjaosalised mängu väga, sest kõik on korralikult treneninud ja valmistunud!

Natalia Cherneyko on olnud Eerika treener juba 7–8 aastat. „Mamma Mia!“ on tema selline kommentaar, mis on mällu sööbinud kõikidele sportlasele. „Eerika on eriline. Ta ei ole päris sportvõimlemise kehaga, kuid ta on väga järjekindel,“ kiidab Natalia oma õpilase isikuomadusi. Eriolümpia trennis käib Natalial hetkel kolm Downi sündroomiga õpilast: Eerika, Oliver ja Aleksandra Elisabeth. „Eerika on tõeline graatsia. Iga tema liigutus on hingestatud ja lõpuni välja lihvitud,“ kiidab Natalia oma õpilast. Teine õpilane Oliver pingutab samuti kõvasti ja jõudis juba aste kõrgemale tasemele sportvõimlemises. Aleksandra Elisabeth harjutab edasi ja varsti jõuab ka tema vajaliku 16. eluaastani, et kandideerida maailmamängudele. Sama trenniseltskond on käinud eriolümpia võistlustel ka Leedus. Tagasi tuldi loomulikult medalitega. Leedus on väga suur sportvõimlemise kogukond, kus ühes klubis võib trennida üle 70 erivajadusega lapse. Õhkkond Leedus oli sõbralik ja rahulik. Eriolümpia võistlustel peetakse oluliseks just osalemist.

Eerika on väga rõõmsameelne, iseloomult väike päike. Natalia täheldab, et neiu on hakanud oma välimusele rohkem tähelepanu pöörama. Treener lisab, et kui juhtida pidevalt tähelepanu viisakale käitumisele, õpib Eerika päris kiiresti. Treener peegeldab tihti õpilaste käitumist trennis ja see meetod nende laste puhul toimib. Nad saavad kohe aru, kui on ebasobivalt käitunud. Natalia julgustab vahel ka lapsevanemaid piire nihutama, et lapsed saaks uusi kogemusi. Eerika klassiõpetaja Helle Perle sõnab: „Eerika on rõõmsameelne, tugeva iseloomuga, ei lase end ümber veenda. Tunnis on ta püüdlik, kohusetundlik. Eerikale meeldib uusi trennis õpitud harjutusi ette näidata. Samas on ta Downi sündroomiga lapsele omaselt isepäine.“



Aleksandra Elisabeth Jenkins. Foto: FOTOLIFE

Trennilapsed ei oska öelda, mida nad soovivad

„Kas teeme veel trenni, kas jaksate?“ uurib Natalia. Alati on vastuseks: „Ei tea.“ Väga paljud treenerid ei julge erivajadusega lapsi oma trennidesse võtta. „Tavalisest veelgi suurem vastutus ja ootamatud olukorrad, mis võivad ette tulla,“ oletab Natalia



Eerika Kapp koos treeneri Natalia Cherneykoga.
Foto: FOTOLIFE

hirmude tagamaid. Nende laste käitumine võib olla etteaimamatu, nad kallistavad palju ja sisenevad tihti inimeste isiklikku tsooni. Teadmatus võib põhjustada hirmu, kuid see kõik on ületatav praktikaga. Erivajadusega laste tänu on see-eest piiritu ja ehe,“ kommenteerib treener oma õpilastega seonduvat. Nad näitavad oma tänulikkust rohkem välja kui tavainimesed ja see tunne on ehtne.

Oliver Rannamägi õppis tirelit ette kaks aastat. Oliveriga suhtlemine on keerulisem, kuna tema kõne on piiratud. Õppimine võtab kordades rohkem aega kui tavalastel, aga edasimineku ikkagi toimub. Oliver tuleb trenni hea meelega. Kui tal oli vahepeal väike operatsioon, ootas ta trenni naasmist väga. Trennis käimine õpetab lapsi üksteisest



Oliver Rannamägi koos treeneri Natalia Cherneykoga.
Foto: FOTOLIFE

lugu pidama ning järjekorras ootamine annab oskuse teistega arvestada. Trennis õpivad lapsed erinevaid oskusi, samuti mõjub keheline aktiivsus soodsalt ajutegevusele, annab noorte elule mõtte. Eriolümpialastele on kasulik olla vahepeal ka koos tavalastega, koosolemine arendab ja aitab rollimudeleid üle võtta.

Treener kui kullatükk

Natalia Cherneyko julgustab ka teisi treenereid: „Eriolümpia lastega tegelemine võtab küll palju energiat, aga nad on nii siirad ja nende emotsioonid on avatud, see annab pingutused kuhjaga tagasi! Sammud saavad olla väikesed, areng liigub omas tempos, kuid see kõik on seda väärt!“

Eerika Kapi ema Eha ütleb: „Natalia on kullatükk! Me oleme nii õnnelikud, et erilised lapsed saavad olla ühes laagris ja võistlustel tavalastega. Kui viisakad ja vaiksed ja kannatlikud meie lapsed olid tavavõistlustel! See ongi see, mida meie otsime ja soovime. Treener Natalia näeb võimalust ja meie lapsed arenevad.“ ●

Eriolümpia Eesti Ühendus osaleb Berliini maailmamängudel 32 sportlasega

Koos saatemeeskonna ja arstiga kuulub delegatsiooni 49 inimest. Mängud on kõikide sportlaste jaoks tipphetk, sest need on nagu olümpiamängud tavasportlastele. Kindlasti on pikk välismaal viibimine paljudele väljakutse. Külalisligna programmi raames külastame Gütteslochi. Seejärel tulevad treeningud ja võistlused Berliinis. Maailmamängude juurde kuuluvad alati suurejooneline avatseremoonia ja lõpetamine. Selge see, et võimalus võita medaleid on paljude sportlaste unistus. Eesti osaleb Berliinis 10 spordialal: korvpall, kergejõustik, *bocce*, *bowling*, iluvõimlemine, sportvõimlemine, judo, sulgpall, maanteeratas, ujumine. Delegatsioonijuht Tiina Möll lausub innustununa: „Ootame mängu väga, sest oleme korralikult treeninud ja valmistunud!“ Aprillis toimub delegatsiooni teine treeninglaager Käärikul. Mängud ise toimuvad 17.–25. juunil. Hoidke meile pöialt! www.berlin2023.org/en

17.–25. juunil toimuvad Berliinis eri-olümpia maailma-mängud.

Eestist lähevad eri-olümpiale 32 sportlast.

Nad kõik on selleks hästi valmistunud ja palju treeninud.

Treener Natalja loodab, et tema treenitud noortel läheb eri-olümpial hästi.

para-olümpia – spordi-võistlus kõikide erivajadustega inimestele,
eri-olümpia – spordi-võistlus intellektipuudega inimestele.



Eesti ainus para-powerlifting'u nais-atleet ootab ka teisi spordialaga liituma

Helen Kask | Sinuga peatoimetaja

► Eestis para-powerlifting'u naisatleet Jelena Pipper räägib, mis spordialaga on tegemist ning kust tema huvi alguse sai. Ühtlasi julgustab ta teisi sportlasi *powerlifting'u* põneva teekonnaga ühinema.

Powerlifting'u eestikeelne nimetus on jõutõstmine. Para-*powerlifting'u* trennis suruvad invasportlased kangi, lamades spetsiaalselt selleks ettenähtud pingil. Vajadusel saab sportlase treener aidata sportlase pingile, fikseerida rihmadega ja aidata tal kangi kätte tõsta. „Kui sportlane on haaranud kangi käekõrguselt lukustatud küünarnukkidega ja võtnud sellega kangi oma kontrolli alla, jääb sportlane ootama peakohtuniku märguannet "Start!" Siis tuleb kang langetada rinnale, hoida seda liikumatult ning seejärel suruda seda mõlema käega ühtlaselt ülespoole. Kui kohtunik annab signaali "Rack!", suunatakse kang tagasi raamile,“ selgitab Jelena Pipper võistluse reeglistikku. Sportlast hindavad võistluslaval kolm lavakohtunikku kindlate

kriteeriumide alusel. Kohtunikel on käes lipud või pult, mille abil näidatakse, kas katse on sooritatud või mitte. Üks katse kestab kaks minutit, katseid on kolm. Kokku tuleb saada vähemalt kaks valget tuld (või valget lippu), mis tähendab, et sooritus on tulemuse hulka arvestatud. „Võistlustel, kus on kohal žürii, on lubatud kõiki oma katseid vaidlustada ühe minuti jooksul, kasutades selleks ettesoetatud Technical Challenge Card kaarti, mille hind on 100 eurot. Žürii hindab igat katset ja saab lavakohtunike otsuse tühistada,“ toob sportlane välja võistluse nüansse.



St. Louis 2022 World Para Powerlifting Para Pan American Open Championships võistlus. Vasakult Sebastian Sepp, Jelena poeg ja meediatugi välisvõistlustel. Keskel Jelena, kahe kulla ja kahe pronksi omanik. Paremal: Nelli Rjumina, kes on Jelena ema, treener ja saatja välisvõistlustel. Foto: erakogu.

Teekond spordialani

„Jõusaali viisid mind esiteks mu puue ja teiseks mugavus. Nimelt on mul tserebraalparalüüsi (PCI) diagnoos ja ma otsisin endale sobivat trenni, mis lisaks oleks võimalikult lähedal kodule või töökohale. Töötasin Lasnamäel ja kui HC Gym seal oma klubi avas, oli neil hea pakkumine, et võib tulla tasuta proovitreenni. Aasta oli siis 2017,“ meenutab Jelena oma sportlasekarjääri pöördepunkti. Selleks ajaks oli Jelena juba aasta aega küllastanud erinevaid jõusaale ja lihaseid raskustega harjutanud, samuti otsis ta endale para-powerlifting’u treenerit. Nii sai ta kokku oma esimese treeneriga Maksim Ignatenkoga. Hiljem soetas HC Gym klubi omanik Timo

Majur jõusaali erivajadusega sportlasele surumiseks sobiva treeningpingi, tänu millele käib Jelena selles jõusaalis treenimas siiani. Koostööd on ta teinud mitme treeneriga nagu Siim Savisaar ja Siim Kelner. Hetkel on treeneriks ja saatjaks välisvõistlustel Jelena ema Nelli Rjumina.

Spordiala on eriti sobilik just PCI diagnoosiga inimesele. „Saan teha harjutusi nii tervele kehapoolele kui ka koormata halvatud kehapoolele ja tänu sellele nõrgad lihased tugevaks treenida,“ loetleb Jelena spordiala plusse.

Treeningud on intensiivsed ja kulukad

„Kui alguses treenisin kolm korda nädalas, siis nüüd on sagedus tõusnud nelja korrani, lisaks ujumine nädalavahetusel, samuti jalutan võimalusel värskes õhus. Minu treeningkava sisaldab ka massaaži professionaalse massööri poolt,“ kõneleb Jelena oma treeningkavast. Lisaks on naine olnud kaua aega spordiklubi Meduus liige. Koostöö nendega algas juba aastal 1988. 15 aastat oli Jelena aktiivne paraujuja, ta osales isegi Soomes ja Rootsis lahtistel paraujumisvõistlustel. „Lisaks püüan siiani jälgida sõudmise käekäiku: nimelt olen olnud akadeemilise sõudmise para-paatkonna liige, mitu aastat tegin trenni sõudeergomeetriga Harku sõudebaasis ja osalesin sisesõudmise võistlustel, sh rahvusvahelistel võistlustel,“ mainib Jelena ridamisi oma sportliku aktiivsusega seotud seiku.

Sportimine professionaalsel tasemel toob endaga kaasa palju kulusid, millest suur osa tuleb kanda endal. „Eesti Paraolümpiakomiteel on kindel eelarve, kust toetatakse minu ühte kohustuslikku võistlust aastas välismaal. Kõik muud väljaminekud pean kinni maksma enda rahadest. See hõlmab varustuse renti, treeneri kulusid, lisavõistlusi, eritootumist ja toidulisandeid, kohandatud transporti, taastusravi arveid...“ toob Jelena välja sportimisega seotud kulusid.

Põhjus tunda uhkust nii enda kui teiste üle

Uhkust on Jelenal põhjust tunda, sest eelmisel aastal õnnestus ära tuua teiselt kontinendilt päris mitu kulda. „Olen suutnud suruda juba 22 kg rohkem, kui jaksasin oma esimesel võistlustel EM Prantsusmaal 2018. aastal (Berck-Sur-Mer 2018 World Para



Jelena Pipper võistlusel. Foto: erakogu

Powerlifting European Open Championships).“ Kõige eredamalt on tal meeles St. Louis 2022 Parapan American Open Championships (St. Louis, Chesterfield, Missouri, USA), kus õnnestus saada lausa neli medalit: kaks kulda ja kaks pronksi. Juba selle aasta suvel ootavad eest Maailmameistrivõistlused Dubais, aktiivselt on käimas ka ettevalmistused Pariisi 2024 Paraolümpiamängudeks.

Jelena vaatab alati kõiki surumise võistlusi, võimlusel muidugi võistlusel kohal viibides või siis otse-ülekanandes. „Küprose ja Itaalia ratastoolinaised suruvad hästi! Küprose naine on samuti üksinda oma riiki esindamas. Ta osales ka Tokyo olümpiamängudel. Spordis laiemalt hoian pöidlaid meie rallisõitja meeskonnale (Ott Tänak ja tiim) ja sõudmise neljasele meeste paatkonnale ja meie naisiluisutajatele,“ toob Jelena välja oma isiklike eeskujud.

„Mulle meeldivad kirglikud ja oma ala professionaalid,“ muljetab Jelena. „Õnneks on mul nendega siiani vedanud. Siim Savisaar ja Eesti Jõutõsteliidu juhatuse liikmed on oma ala tipptegijad, kelle nõuandeid hindan väga kõrgelt. Olen endale võimal-

danud ka jõutõsteliidu koolitusi jõusaali treeneri kutse saamiseks, aga sinna on veel pikk tee minna.“ Lisaks püüab Jelena pidevalt olla kursis arengutega reeglite osas, mis on erivajadusega sportlaste surumises erinevad võrreldes tavalise rinnalt surumisega. Seetõttu on tal olemas paljude riikide parasporidi treenerite kontaktid, kustkaudu nõu ja soovitusi küsida.

Mulle meeldivad kirglikud ja oma ala professionaalid.

„Eesti eripära on see, et meil ei tegeleta järelkasvuga. Võistlustelt naastes soovitakse näha ainult arenguid ja medaleid, samas ei ole võtta treenereid, kes juhendaks erivajadusega või liitpuudega sportlast,“ toob ta välja kitsaskoha. Sellegipoolest püüab ta hoida tallel optimistlikku vaadet ning kutsub para-*powerlifting*’u surumise meeskonda erinevas vanuses mehi ja naisi. Kui veel praegu on ta Eestis selles valdkonnas üks, siis uute sportlaste liitumisel osutuks võimalikuks osaleda ka meeskondlikel võistlustel – mõelda vaid, kui mitmed suured ja olulised võitlused ootavad meie visasid ja andekaid parasportlasi ees!

Eestis toimuvad para-*powerlifting*’u treeningud Tallinnas HC GYM Tartu mnt 87d jõusaalis. Tartu mnt 87d jõusaal on ligipääsetav ratastooli kasutajale (vajadusel pääseb jõusaali ka autoga). Jõusaalis on olemas kõik vahendid rinnalt surumise ettevalmistuse jaoks. ●

Artikkel on koostatud Jelena Pipperi (2023) kirjalike materjalide alusel.

Kust leiab rohkem infot para-*powerlifting*’u kohta?
www.paralympic.org/powerlifting

Jelenaga saab kontakti:
elenapipper@gmail.com
+372 5568 9895

Jelena Pipper on Eestis ainus puudega naine, kes tegeleb jõu-tõstmisega.

Jõu-tõstmine sobib hästi liikumis-puudega inimestele.

Sportlane lamab treening-pingil ja surub raske kangi üles.

Üks katse kestab 2 minutit.

Jelena on võistelnud palju välismaal ja võitnud mitmeid medaleid.

Praegu valmistub Jelena uuteks võistlusteks: maailma-meistri-võistlused Dubais 2023. aasta suvel ja para-olümpia-mängud Pariisis 2024. aasta suvel.

Jelena kutsub kõiki puudega inimesi jõu-tõstmisega tegelema.



„Veneetsia – merede kuninganna“ Tallinna Meremuuseumi Lennusadamas

MTÜ Vaimupuu

Eesti Meremuuseumis, Tallinna Lennusadamas, on avatud uus ja uhke näitus: „Veneetsia – merede kuninganna“.

See räägib Veneetsia linna sünnist, selle kunagisest hiilgusest ja võimust.

Veneetsia asub otse merepiiril, siin on tänavate asemel kanalid.

Näitusel on palju haruldasi ja kalleid esemeid, mis on pärit erinevatest Veneetsia muuseumidest.

Seal on käsitsi kirjutatud pakse raamatuid, maale ja teisi kunstiteoseid, ning isegi vanaaegseid riideid!

Eriline vaatamis-väärsus on Tallinna linna oma gondel, mis just selle näituse jaoks restaureeriti.

Veneetsia ja Tallinn on sõpruslinnad.

Selleks, et näitust ka Eestis näha saaks, tegid kõvasti tööd kümned inimesed Itaalias ja Eestis.

Vaimupuul oli au sellele tööle kaasa aidata.

Osa näituse tekste on nüüd ka lihtsas keeles.

Külastaja saab näituse uksele vihiku, kus on lihtsas keeles juttu Veneetsias ja mõnedest tähtsamatest esemetest.



24. märtsil toimus Lennusadamas pidulik näituse avamine.

Pildil Vaimupuu toimetis – Janek Muru ja Kerttu Rakke.

Foto: Kalev Lilleorg



Lihtsas keeles tekstid sobivad kõikidele lugemis-raskustega inimestele:

- intellektipuudega inimesed
- lapsed
- teise emakeelega inimesed
- kärsitud tänapäeva inimesed

Lihtsa keele vihik on kasutamiseks ainult näitusel.

Juba 10 aastat on Lennusadam olnud huvitavate ja uhkete näituste paigaks.

Kõik näitused on siin erinevad, ent alati seob neid üks ühine joon — meri.

Meremuuseumi Lennusadam on esimene suur muuseum, kus on hoolega mõeldud ligi-pääsetavusele ja ka lihtsale keelele.

Veebruaris avati seal näitus Salme küla viikingitest: „Viikingid enne viikingeid“.

Ka viikingite näitusel on osa tekste lihtsas keeles. See oli Vaimupuu meeskonna esimene koostöö Meremuuseumiga.

Veneetsia näituse tekste aitasid testida meie sõbrad: Maarja Küla ja Rapla Vahtra Tugikeskus.

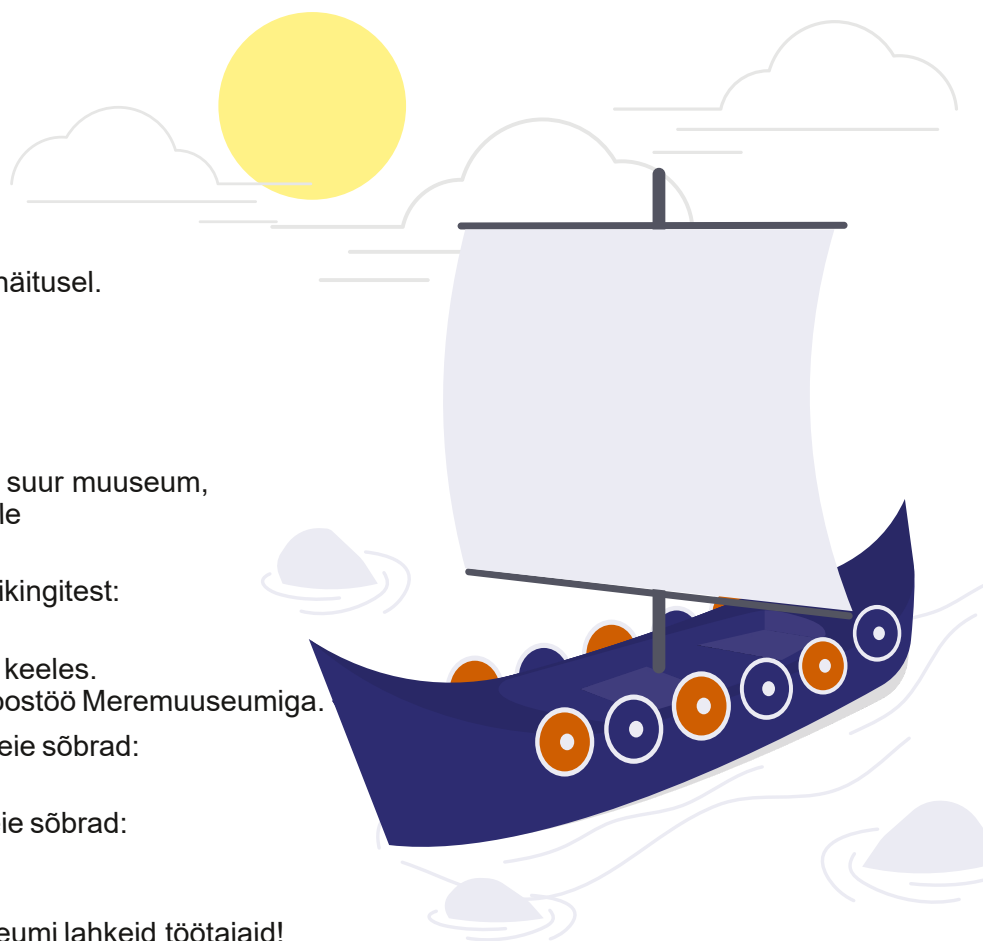
Viikingite näituse tekste aitasid testida meie sõbrad: Maarja Küla, Rapla Vahtra Tugikeskus ja EIT Tugiliisu.

Vaimupuu tänab oma sõpru ja Meremuuseumi lahkeid töötajaid!

Viva Venezia! — Elagu Veneetsia!

Minge kindlasti Lennusadamasse Veneetsia ja viikingite näitusi vaatama!

Mõlemad näitused on avatud kuni 7. jaanuarini 2024. aastal.



Lihtsa keele vihik toob näituse eksponaadid inimestele lähemale.

Pildil Mari Puuram EPIKojast ja Renee Kuum Rapla Vahtra Tugikeskusest.

Tagaplaanil Tallinna gondel.

Foto: Vaimupuu



Eesti Puuetega Inimeste Koja toetuste ja teenuste nõuniku argipäev

Kristi Kähär | Eesti Puuetega Inimeste Koja toetuste ja teenuste nõunik

Neljapäev, 6. aprill

Minu neljas tööna dal toetuste ja teenuste nõunikuna EPIKojas hakkab lõppema. Kuu aega on olnud täis katsumusi töö- ja pereelu ühildamisega, sest üks haigus ajab teist taga. Õnneks on mul tööandjaga vedanud ja kõik kolleegid saavad aru, mis tähendab väikese lapse kõrvalt tööl käimine. Aga alustame päevaga, tänane tööpäev möödub teiselt kontoris.

7.00 Äratuskell vibreerib aknalaual. Püsti, pessu ja riidesse. Kerge hommikukohv ja võileib keha üles äratamiseks. Kuna last hoiab täna vanaema, siis üks vahepeatus hoius jääb ära.

8.30 Väljun kodust. Kodust tööle on trolliga umbes 20 minutit, mille käigus saab ennast mõnusalt töölainele häälestada. Trollis vaatavad mind vastu unised näod.

9.00 Kontoris võtan esialgu ette postkasti ja kiikan, kas on vastamist vaja-vaid kirju. Täna on plaanis infoseminar võrgustikule Sotsiaalministeeriumi ja Sotsiaalkindlustusameti poolt, kes tutvustavad isikukeskse erihoolekandeteenuse mudelit. Saadan registreerinutele infoseminaril osalemise lingi.

Püüan e-posti teel kokku leppida mõned kohtumised partneritega väljaspool maja. Inimeste kalendrid on täis broneeritud, ühise aja leidmine paras proovikivi.

Saadan meeldetuletusi ja helistan üle inimesi meie võrgustikus, et nad kindlasti osaleks meie järgmise nädala kohtumisel, kus on võimalik kaasa rääkida isikukeskse erihoolekandeteenuse kujundamisel. Märkuseks: riigil on plaan toetavad erihoolekandeteenused disainida ümber selliselt, et inimene saaks vajaliku abi vastavalt oma vajadustele kohalikust omavalitsusest. Inimesele pakutakse neid teenuse komponente, mida tema ja ta pere vajavad, mitte ei painutata inimest teenuse raamidesse. Lisaks toetab ümberkorraldus seda, et inimene saaks teenust kodu lähedal.

10.00 Koosolek, kus arutame detailsemalt minu tööplaane. Põnev, sest erinevaid tegevusi on palju ja saan enda jaoks selgemaks mõelda, kuidas ja mida tegema hakkam. Siiani on tööpäevad suuresti olnud organisatsiooni sisseelamine, muu hulgas ka oma kolleegide varjutamine.

Minu peamine tegevusvaldkond on toetuste ja teenuste alane huvikaitse. Mu eesmärk on erinevate toetuste ja teenuste lõikes välja selgitada süsteemseid kitsaskohti ning esitada vastavaid ette-

panekuid muudatuste tegemiseks. Lisaks esindan EPIKoda töörühmades ja erinevatel üritustel. Muuhulgas nõustan inimesi, kui nad meie poole pöörduvad. Kuna olen peaaegu kuu aega tööl olnud, siis üllatusi tuleb ette iga päev ja kõik tööpäevad on täidetud avastamisrõõmu ja põnevusega.

11.00 Võtan ette väljatöötamisel oleva kavatsuse perepõhise asendushoolduse edendamiseks, teen kokkuvõtte võrgustikule tagasisidestamiseks. Kuna varasem kogemus lapsi puudutavate teenustega on pigem väike, siis kasutan head võimalust ennast teemaga kurssi viia. Saadan kokkuvõtte võrgustikule laiali.

12.00 Suhtlen koostööpartneriga Sotsiaalministeeriumist, et ühiselt mõnede teemadega edasi tegeleda – tugiisikuteenuse pakkumise kitsaskohad kohalikes omavalitsustes, hooldajatoetuse regulatsioonid, rehabilitatsiooniteenuste reformimine. Vahepeal heidan jälle pilgu postkasti.

13.00 Teamsis toimub Sotsiaalministeeriumi ja Sotsiaalkindlustusameti poolt isikukeskse erihoole-



Kristi Kähär. Foto: erakogu

kandeteenuse mudeli tutvustus meie võrgustiku liikmetele. Sellest kujunes sisukas ja ülevaatlik teenuste tutvustamine.

Ette rutates mainin, et nädal hiljem leiab aset jätkukohtumine, et sihtgrupp saaks teenuse kujundamisel sisulisemalt kaasa rääkida, samuti oleks võimalik kujundada ühtset seisukohta, mis on olulised seigad teenuste pakkumisel inimese vaatest.

13.30 Kiire amps ja kohv lõunasöögiks.

14.00 Kuna hetkel on mul vaja ennast erinevate teemadega kurssi viia, siis päeva jooksul loen palju seadusi, arengukavasid, analüüse ja muud taolist, mis aitavad mul seisukohtade kujundamisel olla professionaalne, teaduspõhine ja argumenteeritud.

15.00 Tööle asudes olin võtnud plaani, et kohtun aeg-ajalt muude tegemiste kõrvalt võimalusel ka meie võrgustikuliikmetega.

Täna toimus kohtumine Eesti Fenüülketonuuria Ühingu. Tutvustasin ennast ja kuulasin, mis küsimused ja probleemkohad nende töölaual on.

16.00 Kirjutan väikese nupukese meie sotsiaalmee-diasse. Viimasel ajal on ajakirjandus välja toonud mitmeid väärkohtlemise lugusid hoolekandeesutustes. EPIKoda peab tähtsaks nendele süsteemselt tähelepanu pöörata. Juhtumid ise on väga kahetsusväärased, aga see, et neid ajakirjanduses kajastatakse ja tähelepanu pööratakse, on positiivne, sest siis need teod ei jää märkamata. Huvikaitse seisukohalt on üheks oluliseks osaks pidevalt puuetega inimestega seotud teemasid pildil hoida, et inimeste ja ühiskonna teadlikkust kasvatada.

17.00 Vaatan veel viimast korda üle postkasti ja loen tööpäeva lõppenuks.

Sõidan trolliga koju, mõtlen läbi töö üles jäänud viimased mõtted ja lülitan end ümber kodulainele. Nii saan pühendada õhtu oma perele ja uuel tööpäeval sama hooga edasi minna. ●

Kristi Kähär on EPIKoja uus töötaja.

Ta jutustab oma tavalisest töö-päevast.

Päeva jooksul peab ta palju lugema ja uurima, suhtlema inimestega veebis ja kohtuma nendega päriselt.



Sotsiaalhoolekanne iseseisvusaja muutuste tuules

Eha Leppik | Sinuga kaasautor

► **Öeldakse, et kes minevikku ei mäleta, see elab tulevikuta. Sestap jätkab puuetega inimeste valdkonnas kaua toimetanud Eha Leppik järjelugu möödunud aegadest – oleme jõudnud uude ajajärku, üheksakümnendad. Ja sealt edasi tänapäeva.**

Aastatel 1990–1992 toimus ministeeriumi elus väga suur muutus – 16 aastat ministrina töötanud Gustav Sarri asemel sai uueks sotsiaalministriks Siiri Oviir. Gustav Sarri oli ministrina liiga kauaks ühele kohale pidama jäänud, mistõttu süsteemi areng pidurdus. Siiri Oviiriga algas uus ajajärk, tulid uued suunad, rõhuasetused, uued töötajad.

Hoolekande tegelik olukord oli uue ministri jaoks ootamatult hull.

Ajalehes Videvik küsiti ministrilt, mida selles valdkonnas tuleks teisiti korraldada. Siiri Oviir vastas: „Praktiliselt kõik, alates suhtumisest. Kõiges ja alati peab meie sotsiaalhoolduspoliitika oskama ja suutma näha inimest, tema seaduslikke vajadusi ja huve. Muidugi on pensionid ja toetused väga tähtsad, kuid inimese rahulolu ei sõltu siiski üksnes rahast.“

Minister rääkis ajakirjanikule vajadusest luua päevakeskusi, korraldada ümber hooldekodude töö, hoolitseda selle eest, et eakas inimene saaks võimalikult kaua oma kodus elada, parandada puuetega laste perede olukorda. Teisisõnu tähendas see alustamist koduhooldusega. Siiri Oviir mõistis, et süsteemi ei ole võimalik muuta, kui ei ole koolitatud oma tööd tundvaid ning motiveeritud töötajaid.

Abi välismaalt

Seoses Eesti Vabariigi taasiseseisvumisega nimetati ministeerium Eesti Vabariigi Sotsiaalministeeriumiks. 26. juulil 1990 kinnitati uus ministeeriumi põhikiri. Selle järgi oli ministeerium riigivalitsemise keskorgan, mis teostas hoolekandepoliitikat, korraldas ja arendas elanikkonna sotsiaalhooldust riigis.

Algaastatel oli palju neid, kes pakkusid ministeeriumile oma abi sotsiaalvaldkonna olukorra parandamiseks. Suureks abiks olid Soome, Taani ja

Rootsi sarnased asutused, kes korraldasid nii meie ministeeriumi töötajatele kui ka hoolekandeesutuste juhtidele õppesõite, täiendkoolitusi, tihti kutsuti ka konverentsidele ning messidele teadmisi täiendama.

Saksamaa aitas proteeside ja ortopeediliste vahenditega varustamise olukorda parandada, pakkudes meie meistritele ühtlasi täienduskoolitusi. Palju oli vabatahtlikke, kes tõid Eestisse humanitaarabi korras riideid ja abivahendeid organisatsioonidele, hoolekandeesutustele, suurtele perekondadele ja tegid palju muudki.

Sellel perioodil alustati ministeeriumi tellimusel sotsiaalpedagoogide ja sotsiaaltöötajate koolitamisega; samuti alustati süsteemi töötajate täienduskoolitusega.

Spetsialistide koolitamine

Ajal, mil toimus sotsiaalsüsteemi ümberkorraldamine ning moodustati pensioni- ja sotsiaalabi talitused maakondades, tunti eriti suurt puudust koolitatud sotsiaaltöötajatest. Esimesena alustati eeltööd sotsiaalpedagoogide koolitamiseks Tallinna Pedagoogikakoolis.

Puudusid programmid, õppeplaanid ja muu vajalik.

Ettevalmistus eriala taastamiseks ei olnud kerge, kuna eriharidust saanud õppejõude ju Eestis ei olnud. Puudusid programmid, õppeplaanid ja muu vajalik. Eesmärk oli leida sotsiaalvaldkonda tööle motiveeritud, ametioskustes pädev ja koostöövõimeline personal.

Üliõpilaste vastuvõtuks alustati eeltööd ka Tallinna Pedagoogilises Instituudis Taimi Tulva

eestvedamisel. 1991. a sügisel avati kasvatusteaduskonnas sotsiaalpedagoogika eriala ja võeti vastu esimesed üliõpilased.

1992. a alustas Tallinna Pedagoogikaülikooli (vahepeal sai instituudist ülikool) juures ka täiendõppe esimene kursus sotsiaaltöö erialal. Sinna otsustasin astuda minagi. Lõpetamise järel 1994. aastal sain sotsiaaltöötaja kutse.

Algusaastatel olin mõlemas õppeasutuses ministeeriumi esindajana vastuvõtukomisjoni liige.

Sotsiaalhoolekande seaduse muutmine

Sotsiaalhoolekande seaduse koostamise eeltööga alustati 1993. a, eestvedajateks Merle Malvet (Suni) ja Matti Mikkola Soomest. Algmaterjali panid kokku sotsiaalse turvalisuse osakonna töötajad, igaüks oma lõigu. Ega me seaduse kirjutamisest palju teadnud. Puuetega inimesi puudutava osa koostasid puuetega inimeste kaitse talituse töötajad oma parema äratundmise järgi. Kui sotsiaalhoolekande seadus 01.04.1995 kehtima hakkas, oli selle rakendamine seotud rea tõsiste probleemidega; keeruline oli näiteks üleminek vanalt suletud hoolekandeadutuste süsteemilt avahoolduse süsteemile, et pakkuda rohkem teenuseid nii eakatele kui ka puuetega inimestele. Selgitati välja kõigi tasandite töötajate koolitusvajadus ning alustati täienduskoolituste organiseerimist nii oma jõududega kui Soome, Rootsi ja Saksamaa koostööpartnerite abiga. Proovikiviks oli ka ühiskonna ja puuetega inimeste endi hoiakute ja eelarvamuste muutmine.

Hoolekandeseaduse tutvustamiseks ja ellurakendamiseks tuli läbi viia konverentse, koolitusi, seminare, ümarlaudu, abivahendite messe, kirjutada artikleid ja teha palju muud. Nende osas sain minagi anda oma panuse.

1992. a tehti innukalt eeltööd kolme ministeeriumi – sotsiaalhoolduse-, tervishoiu- ja töömisteeriumi liitmiseks. 22. oktoobril 1992. aastal sai uueks ministriks Marju Lauristin, kes viis lõpule ka kolme ministeeriumi ühendamise. Ministeeriumi töötajate arv mitmekordistus, tuli juurde uusi ametikohti. Marju Lauristini teeneks oli otsus hasartmängumaksust laekuva raha osaline eraldamine Eesti Puuetega Inimeste Fondile puuetega inimeste organisatsioonide ja EPIKoja tegevuse finantseerimiseks.

Aastad 1992–2005 olid ministeeriumis ülitavasid

Lisaks igapäevatööle korraldasime palju huvitavaid üritusi, koolitusi, koostööprojekte. Märkimistvääriv oli 1994. aastal toimunud esimene inva-mess, samuti aastatel 1996–1999 läbi viidud Sotsiaalministeeriumi, EPIKoja ja Oulu Diakooniainstituudi koostööprojekt, millega koolitasime vastavalt Euroopa Liidu nõuetele välja 20 füσιο- ja tegevusterapeuti. Mul oli au olla selle projekti nõukogu liige ja õppurite tugiisik. Vahemikus 1998–2002 viisime läbi Phare Consensus programmi „Puuetega inimeste tööhõivepoliitika Eestis“. Projekti autor ja juhtivkomitee esimees olin mina ning selle projekti raamides toimus hulgaliselt harivaid üritusi.

Augustis 1999 toimus Eesti Sotsiaaltöö Konverents „Abisaajast toimetulijaks“. Sain seal olla töötoa „Tegevusteraapia ja füsioteraapia vajalikkusest tänases Eestis“ juht.

Samuti toimus Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskuse ehitamine ja seal töö alustamine, kiirelt arenesid abivahendite keskused ja toimus palju muudki, mis on tänapäeval saanud normaalsuseks.

Lahkusin ministeeriumist 2005. aasta septembris ja siirdusin sama aasta oktoobris tööle EPIKotta.

Kiirelt arenesid abivahendite keskused ja toimus palju muudki, mis on tänapäeval saanud normaalsuseks.

Koda ja organisatsioonid

1980. a alguses, mil alustasin tööd ministeeriumis, oli Eestis ainult kahte sorti puudega inimesi – kurdid ja pimedad. Nende organisatsioonid tegutsesid ministeeriumi otsealluvuses ja said vajadusel ka riigipoolset tuge.

Aastatel 1985–1987 hakkasid füüsiliste puuetega inimesed nõudma ka endile niisugust ühendavat organisatsiooni, nagu oli aastakümneid olnud nägemis- ja kuulmispuudega inimestel. Loodava ühingu eesmärgiks oli anda invaliididele endile võimalus kaasa rääkida neid puudutavate küsimuste lahendamisel nagu töölerakendamine, kutsealane ettevalmistus, olme ja puhkus, abivahendite tootmine, rehabiliteerimise probleemid jne.

Kõigepealt moodustati ministeeriumi juurde Invaliidide Ühingu orgkomitee, mille koosseis kooskõlastati Ametiühingute Nõukogu, tervishoiuministeeriumi, Riikliku Plaanikomitee, EKP Keskkomitee ja rahandusministeeriumiga ning kinnitati sotsiaalhooldusministeeriumi kolleegiumi otsusega detsembris 1987. Invaliidide ühingu moodustamise initsiatiivgruppi kuulus 16 inimest, teiste hulgas ka mina. Organisatsiooni moodustamiseks tuli ministeeriumil paluda luba nii ENSV Ministrite Nõukogult ja EKP Keskkomiteelt kui ka NSV Liidu Töö ja Sotsiaalküsimuste Komiteelt.

Eesti Invaliidide Ühing moodustati 27. mail 1988 ja see ühendas üle 20 tuhande füüsiliste puuetega inimese. Ühingu esimeheks sai Mihkel Aitsam.

Õnnestunud algus lisas aktivistidele jõudu ja julgust ka vaimupuuetega inimeste tugiliidu ning teiste erinevate ühingute ja liitude loomiseks.

Tänu minister Marju Lauristinile kinnitati 1993. a ministeeriumi käskkirjaga Eesti Puuetega Inimeste Koja põhikiri. Nimetatud ühendus tegutses oma algusaastatel sotsiaalministeeriumi juures (Gonsiori tänava majas) puuetega inimesi esindavate organisatsioonide ning ministeeriumite esindajate ühiskondliku nõuandva organisatsioonina. Kojal oli 20 liiget, esimeseks presidendiks valiti Hagi Šein.

20. detsembril 1993. aastal võttis ÜRO Peaassamblee oma 48. istungjärgul vastu resolutsiooni 48/96 „Puuetega inimestele võrdsete võimaluste loomise standardreeglid“, mille põhjal loodi tollase ministeeriumi juurde puuetega inimeste kaitse büroo, Eesti Puuetega Inimeste Koja, kultuuri- ja haridusministeeriumi ning puuetega inimeste organisatsioonide esindajatest koosnev ühine kontseptsioonikomisjon. Viimane töötas välja Eesti invapoliitika üldkontseptsiooni eelnõu, mis esitati valitsusele kinnitamiseks. Valitsus kiitis Eesti invapoliitika üldkontseptsiooni 16. mail 1995 heaks ning kinnitas tegevussuunad nii ministeeriumitele kui ka kohalikele omavalitsustele. Eesti invapoliitika üldkontseptsioonil polnud küll seaduse jõudu, kuid see andis suuna ja eesmärgid puuetega inimeste olukorra parandamiseks ja elu edendamiseks tänini.

Tänu kontseptsiooni heakskiitmisele hakkas Kojast kujunema organisatsioon, kellel lasus standard-

reeglite ellurakendamisel järelevalve, nõustaja ja kooskõlastaja funktsioon. Üldkontseptsiooni eelnõu väljatöötamisel osalesid Vilja Kuzmin, mina, Kai Kukk, Aleksander Vassenin, Mihkel Aitsam, Genadi Vaher, Volli Pärnla ja mitmed teised. Standardreeglite lõpliku variandi viimistles Lauri Leppik.

Valitsuse määrusega 7.04.1994. nr 129 kinnitati EPIFondi põhikiri, mille eesmärk oli raha kogumine hasartmängumaksust laekunud eraldiste kaudu, toetamaks erinevaid programme ja projekte. Fondi juhataja oli Genadi Vaher.

Mul on olnud au viibida nii Eesti Puuetega Inimeste Koja kui ka Eesti Puuetega Inimeste Fondi sünni juures, esindades ministeeriumitöötajana riiki. Aitasin koostada esimesed põhikirjad, olin EPIFondis nõukogu sekretär. Ministeeriumi hoones asudes oli meie suureks unistuseks saada päris oma residents. Pikkade vaidluste tulemusena see lõpuks ka õnnestus – saime oma kasutusse Toompuiesteel asuva hubase puumaja.

Vaadates tagasi kolmekümnele sotsiaalvaldkonnas töötatud aastale, täidab mind aukartus nähes, kui palju on nende aastate jooksul meie elus üldse ja sotsiaalsüsteemis muutunud.

Eesti Puuetega Inimeste Koda koos oma liikmesorganisatsioonidega muutusid tugevaks ja arvestatavaks koostööpartneriks ametnikele ja arvestatavaks võitlejaks oma liikmesorganisatsiooni liikmete õiguste eest, kuid ei tohi unustada, et neid saavutusi tuleb osata ka hoida.

Kui vaatan tagasi oma töödele-tegemistele, on olnud palju seda, mis on läinud hästi. Kui keegi tunneks huvi, et mida võinuks teisiti teha, ega siis ei oskakski hoobilt vastata. Hea tulemuse võti on koostöö; meeskonnatöö on väga tähtis ja ideaaljuhul võiks tiimi kuuluda nii noori kui ka vanemaid liikmeid.

Et sotsiaalvaldkonnas edukalt toimida, peab olema ise tolerantne, sõbralik, õpimuline, loov ja algatusvõimeline.

Mul vedas, et sain töötada koos Vilja Kuzminiga ministeeriumis ja Helve Luigega EPIKojas.

Karin Hanga, Monika Haukanõmm, Getter Oper, Meelis Joost, Helen Kask – neist kõigist EPIKoja töötajatest on kasvanud väga tublid spetsialistid, kellest osa on tuule tiibadesse saanuna jätkanud tugevat karjääri mujal, osa jäänud või naasnud EPIKoja tegusasse kollektiivi.

Et sotsiaalvaldkonnas edukalt toimida, peab olema ise tolerantne, sõbralik, õpihimuline, loov ja algatusvõimeline.

Sotsiaaltöö valdkond on tänaseks juba üpris korralikult välja arenenud. Meie hoolekandeesutustel on praeguseks hoopis teine nägu ning samuti on Eestis võimalik saada maailmatasemel abivahendeid; meil töötavad hea koolituse saanud sotsiaaltöötajad, tegevus- ja füsioterapeudid, psühholoogid, logopeedid.

Mis võiks olla paremini?

Sooviksin, et ministriumis töötaksid spetsialistid veidi pikemat aega kui viimastel aastatel olnud on. Ühe-kahe aastaga ei suuda noor inimene veel üldse arugi saada, mida see töö tähendab – nad ei tunne inimesi ega tea probleeme. Kes ei korja väikesi igapäevaseid kogemuskülluseks, see ei saa mõista ega aidata ka puuetega inimesi ega nende organisatsioone.

Olles viimased kümme aastat olnud pensionil ja vaadanud kõike kõrvalt, näib mulle, et side organisatsioonide, riigiametnike ja puuetega inimeste vahel jääb üha nõrgemaks. Võibolla ma eksin, ent igitahes loodan, et puuetega inimeste olukord ei muutuks kunagi enam selliseks, kui veel üheksakümnen-date aastate alguses oli. ●

See lugu räägib 1990-ndatest aastatest, kui Eesti sotsiaal-süsteem hakkas muutuma.

Väga palju aitasid Eestit meie naabrid Euroopast: Soome, Rootsi, Taani, Saksamaa ja teised riigid.

Siiri Oviir, kes oli siis minister, ütles nii: „Toetused ja pensionid on tähtsad, aga suhtumine inimestesse on veel tähtsam.“

Seda mõtet ongi püütud meeles pidada, kui on tehtud otsuseid, mis puudutavad erivajadusega inimesi.



EPIKoja ligipääsetavuse päeva fotonäitus

Afganistanis elavatest puuetega inimestest



Fotograaf:
Giovanni Diffidenti/CCD

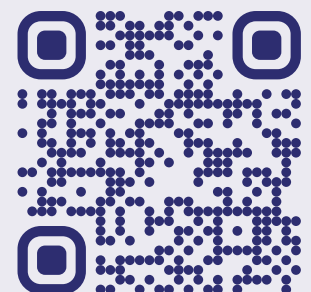
Kirjeldustõlke koostajad:
Kärt Mikli & Kai Kunder

Viipekeeletõlked:
Viipekeeletõlkide OÜ

Lihtne keel:
MTÜ Vaimupuu

Lihtsa keele testimine:
Rapla Hooldekeskuse Vahtra Tugikeskus

Tutvustavad tekstid:
Ali Afzali



Eesti Puuetega Inimeste Koja tasuta õigusnõustamine

Justiitsministeeriumi toetusel annab järgmisel kolmel aastal erivajadustega inimestele õigusnõu Eesti Puuetega Inimeste Koda (EPIKoda) koos SA Õigusteenuste Bürooga.



Õigusnõustamiseks on vajalik eelregistreerimine SA Õigusteenuste Büroo telefonil 53 850 005 esmaspäevast neljapäevani kell 10–16.

Täiendavat infot nõustamise kohta leiab EPIKoja kodulehelt: www.epikoda.ee/oigusnoustamine



Jälgi meid **Facebookis**
facebook.com/EPIKoda



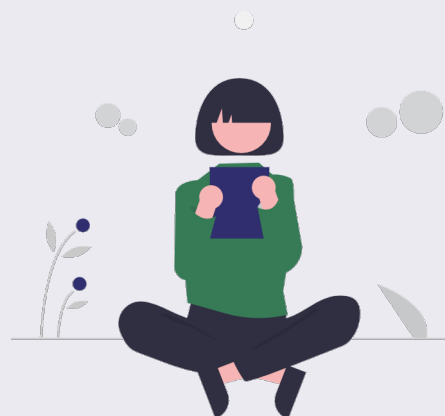
Vaata **YouTube'is**
youtube.com/EPIKoda



Telli meie **e-uudiskiri**
epikoda.ee/uudiskiri



Kuula lemmikplatvormil
EPIKoja **taskuhäälingut**



EESTI PUUETEGA INIMESTE KODA
THE ESTONIAN CHAMBER OF DISABLED PEOPLE

ISSN 1736-826X



9 771736 826004