

Sinuga

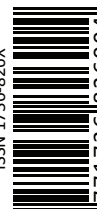
Eesti Puuetega Inimeste Koda

**Suvi
2012**

Ajakiri "Sinuga"
ilmub 1994. aastast



ISSN 1736-826X



9 7771736 826004

TOIMETUS

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

Peatoimetaja
Helen Voog
helen.voog@gmail.com
Toimetusel on õigus
kaastöid lühendada
ja toimetada.

“Sinuga” väljaandja on
MTÜ Eesti Puuetega
Inimeste Koda.

Kujundus
Kati Roosimaa
AS Ajakirjade Kirjastus

“Sinuga”
ilmub 4 korda aastas.



Kaanel
Rae järv Pärnumaal

Hea “Sinuga” lugeja!



Helen Voog
peatoimetaja

EPIKojal on hea meel, et uuenenud kujundusega ajakiri on saanud lugejatelt palju positiivset tagasisidet. See innustab parimate tulemuste nimel veelgi enam pingutama. Kindlasti märkasite, et lisaks värvide rohkusele on ajakirja tekkinud erinevad temarubriigid. Enamik neist hakkavad ilmuma regulaarselt, mõni jällegi aeg-ajalt. Kindlasti tahame hoida lugejat kursis muudatustega seadusloomes, anda ülevaadet meie tähtsamatest tegemistest ning algatustest nii Eestis kui ka piiri taga. Peame oluliseks kajastada liikmesorganisatsioonide igapäevaseid rõõme ja muresid ning mõtiskleme üheskoos tööhõive, hariduse ja koolituste teemadel. Erilist tähelepanu tahame pöörata teemadele *sport* ja *kultuur*. Milline on ajakirja nägu tulevikus, oleneb paljuski lugejate soovidest. Seega kutsun kõiki aktiivselt jagama mõtteid, millised teemad vajaksid kajastamist järgmistes numbrites. Kõik ideed on lahkesti oodatud!

ILUSAT JA TEGUSAT SUVE JÄTKU!



9



12



14



16



26

SISUKORD

MÕTE

4 Kedagi ei jäeta maha!

PÕNEVAID ALGATUSI

5 Uudised

LUUBI ALL

6 Puudega inimesi puudutavad olulisemad seadusemuudatused

EPIKOJA TEGEMISED

8 Projekt “Teiste sõnadega” - vähemuste kujutamine meedias
9 Puudeteemaline täiendkoolitus EPIKojast

PIIRI TAGA

12 Tutvumas sotsiaalse talupidamisega Soomes
14 Rahva tippkohtumine ehk Cupola dos povos Rio + 20

VÕRGUSTIK

16 Kuidas elad, Läänemaa Puuetega Inimeste Koda
20 Epilepsia: tundmatu ja hirmutav

TÖÖ

23 Mis on elus oluline?
24 Töövõimekuse hindamine ja töövõime arendamine

KOOLITUS

26 20 aastat juhtkoerte koolitamist Eestis
30 Külaskäik Eestisse

TERVIS JA SPORT

32 Liikumine on elu alus

KULTUUR

34 Noorte suvi algas rokiga Rabarockil
35 Kultuurifestival Viljandis

Kedagi ei jäeta maha!

Margus Tsahkna
Riigikogu sotsiaalkomisjoni esimees

Rahvaloenduse esialgsed tulemused on avalikuks saanud ja midagi head nendes ei ole. Meie rahva arv on kümne aasta jooksul 5,5% võrra vähenenud. Samuti on ühiskonnas vähenenud noorte ning suurenenud eakate inimeste osakaal, mis tähendab, et tulevikus peab meie pensioni- ja sotsiaalsüsteemi üleval pidama järjest vähem töökäsi. Nende numbrite järgi oleme me pikas perspektiivis väljasurev rahvas ning selle vältimiseks peame tegema tõsisid muudatusi oma poliitilistes valikutes.

Selleks, et suuta üleval pidada rahvaarvu poolest väikest rahvusriiki, peame olema võimalised kaasama kõiki ühiskonna liikmeid maksimaalselt. On avalik saladus, et täna on igale kümnendale inimesele määratud puue, mis aga ei tähenda, et nad ei saaks enam panustada ühiskonna arengusse. Seepärast on riigikogu sotsiaalkomisjon just kaasamise ning erivajadusega inimeste võimaluste avardamise teemad võtnud üheks tähtsaks küsimuseks, millega tegeleda.

Üheks põhimõtteliseks sammuks oli Eesti ühinemine Puuetega Inimeste Õiguste Konventsiooniga, millega Eesti riik tunnustas ja tunnistas 20 aastat pärast iseseisvuse taastamist kõikide puudega inimeste õigused võrdseks kõigi teistega. Sellele järgneb konkreetne tegevuskava, kuidas see ka igapäevaselt ellu viia. Samuti on üheks oluliseks teemaks rehabilitatsiooniteenuste süsteemi ümberkujundamine nii, et seda vajav inimene peaks



Foto: Teet Malsroos, Õhtuleht

võimalikult vähe tegelema bürokratliku poolega ning saama talle ettenähtud raha maksimaalselt oma tervise parandamiseks kasutada. Samuti muutsime puude määramise korda nii, et seda saab nüüd teha ka läbi e-tervise süsteemi. Alates 1. septembrist aga kehtestasime puudega inimese kaardi, mis antakse puude tõendamise dokumendina välja tasuta. Teemasid, millega sotsiaalkomisjon tegeleb, on väga palju ja seepärast on meie ukсед olnud alati avatud ka Puudega Inimeste Koja esindajatele. Ja komisjoni esimehena pean ma kiitma puuetega inimeste esindajate tõsist professionaalsust. Te võite nende peale kindlad olla.

Kuid kõige tähtsam on muuta ühiskonna suhtumist, et kõik inimesed on meie riigi püsimiseks eluliselt tähtsad. Kedagi ei jäeta maha! See peab saama meie elukorralduse motoks ning siis väärtustame iga ühiskonna liiget.

ID-kaardi uuendatud baastarkvaral on nüüd ka vaegnägijate tugi

Juunis 2012 teatas Riigiinfosüsteemide Amet, et ID-kaardi kasutamiseks vajaliku baastarkvara versioonis 3.6 on olemas ka vaegnägijate tugi. Selle testimiseks kasutati ekraanilugejat NonVisual Desktop Access (NVDA).

Tarkvarale lisandus automaatne vea raportite tugi. Kui tarkvaras tekib viga, saab kasutaja edastada vea raporti tarkvara arendajale. Soovitame seda kindlasti teha, sest saadetud raporteid võetakse arvesse vigade parandamisel. Lisaks parandati tarkvaras mitu varem esinenud probleemi. Kõikide lisandunud muudatuste nimekiri asub keskkonnas [id.ee:http://id.ee/index.php?id=33993](http://id.ee/index.php?id=33993).

Kõik baastarkvaraga seotud ettepanekud ja probleemid on oodatud meiliaadressile abi@id.ee. Uuenenud baastarkvara saab alla laadida veebilehelt <https://installer.id.ee/>.

Valmis "Kõiki kaasava elukeskkonna loomise ja kavandamise" juhendmaterjal

Juunis 2012 esitleti Kumu auditoriumis "Kõiki kaasava elukeskkonna loomise ja kavandamise" juhendmaterjali, mille eesmärgiks on tutvustada erinevate inimgruppide vajadustega arvestava elukeskkonna kavandamise ja rajamise parimaid praktikaid. Juhendmaterjali autorite meeskonda kuulusid nii Eesti arhitektid ja disainerid kui ka sise- ja maastikuarhitektid, insenerid ja füsioterapeudid. Kõiki kaasava elukeskkond on kõigile ühine. „Kõiki kaasava elukeskkonna loomise ja kavandamise“ ju-

hend valmis Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskuse tellimisel „Töölesaamist toetavad hoolekandemeetmed 2010–2013“ raames. Juhendmaterjali koostajad on Eesti Arhitektide Liit, Eesti Disainikeskus, Eesti Kunstiakadeemia. Projekti rahastaja on Euroopa Sotsiaalfond.

Materjal on kättesaadav veebis aadressil <http://www.abivahendikeskus.astangu.ee/kaasav-elukeskkond/juhendmaterjal.html>.



VII Euroopa kurtide kunsti- ja kultuurifestival "Salvia"

Hea uudis viipekeele- ja teatritegevusele: Tallinnas toimub 8.–11. augustini VII Euroopa kurtide kunsti- ja kultuurifestival "Salvia". Esinejaid on nii Eestist, Euroopast kui ka mujalt maailmast. Tule vaatama teatri- ja tantsumängu, pantomiimi ja kunstinäitust ning osale töötoas!

Lisainfo: <http://www.ead.ee/378282>

Puudega inimesi puudutavad olulisemad seadusemuutused

Monika Haukanõmm
EPIKoja juhatuse esimees



Puude raskusastme ja püsiva töövõimetuse määramisel hakatakse kasutama tervise infosüsteemi.

1. juunist jõustus muudatus, mille kohaselt käivitus perearstide töö lihtsustamiseks elektrooniline terviseandmete edastamise süsteem. Kui perearstid on inimese terviseandmed korrektselt elektroonilisse tervise infosüsteemi kandnud, pole vaja enam puude või püsiva töövõime- tuse vormistamiseks paberkandjal terviseseisundi kirjeldust koostada. Kui andmed ei ole piisavad otsuse tegemiseks, jääb Sotsiaalkindlustus- ametile õigus isiku tervise kohta käivaid andmeid juurde küsida. Ekspertarstidele ja ekspertiisiga tegelevatele ametnikele luuakse juurdepääs isiku terviseandmetele, kui isik annab selleks nõusoleku. Paralleelselt säilitatakse võimalus edastada isiku tervislikku seisundit kirjeldavad andmed terviseseisundi kirjelduse vormil. Inimese jaoks ei muutu puude raskus-

astme ega püsiva töövõimetuse taotlemise ja tuvastamise protsessis midagi, küll aga saavad arstid kasutada loodude-lahendust oma töö tõhustamiseks.

Liikumisabivahenditele, ortopeedilistele jalatsitele, sisetaldadele ja tallatugedele kehtestati maksimaalse hüvitamise piirhinnad.

1. juulist kehtestati maksimaalse hüvitamise piirhinnad standardsetele liikumisabivahenditele, ortopeedilistele jalatsitele, sisetaldadele ja tallatugedele. Kui varasemalt hüvitas riik soodusprotsendi ulatuses abivahendi ostmist või laenutamist ükskõik millise hinnaga abivahendi puhul ja inimene tasus omaosalustasu, siis nüüd hüvitab riik soodusprotsendi suuruse alusel piirhinna ulatuses. Ostes abivahendi, mille hind on alla piirhinna, arvutatakse riigi- poolne soodustusprotsent (50%, 70%, 90%) toote müügihinnast. Piirhinnast kõrgema hinna korral arvutatakse soodustusprotsent piirhinnast, st juhul, kui soovitakse osta abivahendit, mille hind on kehtestatud piirhinnast kõrgem, maksab abivahendile kehtiva piirhinna ja selle tegeliku hinna vahe abivajaja ise. Muudatusega loodetakse pidurdada pidevat hinnatõusu ning vähendada kompenseerimisvajadust ületavate toodete toetamist.

Puudega isiku kaart

1. septembrist hakkab Sotsiaalkindlustus- amet väljastama isiku soovi korral puudega isiku kaarti neile, kel ei ole pensionitunnistust. Puudega isiku kaart tõendab puude raskusastet ja kestust. Puudega lastel ja tööelistel inimestel, kellel ei ole vähemalt 40% töövõime kaotust, on ainsaks puude tõendamise võimaluseks ekspertiisiotsus, mis sisaldab rohkem delikaatseid isikuandmeid, kui see on vajalik puudega isikutele ettenähtud soodustuste saamise õiguse tõendamiseks. Seega saavad puudega isiku kaarti taotleda need isikud,

kes ei oma riiklikku pensionikindlustust (töövõimetus- ja vanaduspensionärid); sellest tulenevalt on kaart suunatud eeskätt puudega lastele. Kaardi kehtivusaeg kattub puude raskusastme tuvastamise kestuse tähtajaga ning kehtib koos isikut tõendava dokumendiga.

Ravimid odavnevad

1. oktoobrist hakkab kehtima muudatus, millega kaotatakse ära senine 12,79 euro suurune ravimihüvitise maksimaalmäär 50%-lise soodustusega ravimite puhul. Haigekassa poolt tasumisele kuuluv summa arvutatakse edaspidi kõigi soodusravimite puhul ühtviisi omaosaluse alusmäära ja piirhinna või hinnakokkuleppes sätestatud hinna vahest. Esmalt odavnevad ravimid patsientidel, kes ei saa kasutada odavamat analoogse toimega ravimit või ei mahu kitsendatud patsientide sihtrühma piiresse, kelle jaoks on ravimil kõrgem (75/90 või 100%) soodusmäär. Samuti odavnevad mõned ravimid, millel ei olegi suuremat soodusmäära kui 50%. Praeguste arvutuste kohaselt väheneb inimeste omaosalus 50-protsendilise soodustusega ravimite ostmisel umbes 22 protsenti keskmise retsepti maksumuse kohta.

Eriarsti juurde pääseb saatekirjaga

1. oktoobrist hakkab kehtima muudatus, mille tulemusel peab perearst andma kroonilistele haigetele saatekirja pääsuks eriarsti vastuvõtule. See tähendab, et patsient ei saa enam otse pöörduda eriarsti vastuvõtule. Muudatusega suureneb perearstide roll krooniliste haigete jälgimisel ja vähendatakse eriarstide poole pöördumisi tervisehädadega, mis sisult kuuluvad perearsti töövaldkonda. Kuid eriarstile jääb ka tulevikus alles õigus ise patsient korduvvisiidile kutsuda ilma perearsti saatekirjata. Saatekirja ei ole vaja, kui eriarstiabi on vaja seoses traumaga, tuberkuloosiga, silma-, naha- või suguhaigusega või juhul, kui vajatakse günekoloogilist või psühhiaatrilist abi.

Projekt „Teiste sõnadega“ - vähemuste kujutamine meedias



Getter Tiirik
peaspetsialist

Eesti Puuetega Inimeste Koda osaleb rahvusvahelises projektis „Teiste sõnadega“.

Hilistalvel tuli EPIKojale Tallinna Ülikooli poolt küsimus, kas peame tähtsaks ka puudega inimeste kui vähemuste kujutamist meedias ning sooviksime Eestis projekti tegevustega ühineda. Pidasime seda oluliseks, sest igapäevase meediatarbijana jääb mulje, et puudetemaatikast kirjutatakse valdavalt negatiivselt või haletsust tekitavalt. Lisaks võimaldab projekt panustada puudega inimeste meediasuhtlusoskuse parendamisse. Tänapäevaseks on Eestis projekti raames valminud meediaseire, milles leidis kinnitust, et vähemuste esindajatele antakse vähe sõna, teemasid kajastatakse neutraalselt/negatiivselt ning erinevate vähemuste kajastused on erinevad. 3. mail toimus meediakonverents, kus tutvustati uuringu raportit, arutleti vähemuste meediakajastuse võimaluste üle ning diskuteeriti vähemuste ja meedia esindajatega paneeldiskussioonis, mida peaksid mõlemad pooled tegema, et kajastus oleks sobiv ja objektiivne. Toimunud on ka koolitusi, kus on saanud osaleda kõik huvilised EPIKoja võrgustikust. Koolitustel käsitleti meediaga suhtlemise

Projekti „Teiste sõnadega“ eesmärk on reageerida praegusele olukorrale, kus meedia on stereotüüpide levitajaks, ning parandada meediadiskursi ja sõnumite korrektsust. Eestis keskendutakse ennekõike kolmele vähemusele – vene keelt kõnelev vähemus, seksuaalvähemused ja puudega inimesed. Vähemuse esindajatest (3–5 inimest) on moodustatud meediagrupp, kes saavad koolitusi ja õpetust ning asuvad projekti lõppedes teostama meediaseiret.

aluseid, pressiteadete koostamist, kommunikatsiooniplaani tegemist jne. Koolitused jätkuvad sügisel. Eesmärk on vähemuste tõusmine meedias – nad ei pea ootama, et meedia neist kirjutaks, vaid saavad ise teemasid tõstatada ning aktiivse meediasuhtluse kaudu omapoolseid seisukohti kajastada. Valminud on ka mitmed uudiskirjad, mis keskenduvad erinevatele vähemustele, ning nende laiemalt kuvamine seisab veel ees. Siiani on projekt kulgenud edukalt, tähtis on paika panna ka edasised strateegiad ja leida rahastus, sest vähemuste kajastamine on oluline. Meedia kui vahendaja peaks näitama reaalselt läbilõiget ühiskonnast, kuid vähemused peavad ise aktiivselt teemasid tõstatama. Kui ise ei tee, ei tee keegi teine ka. Projektist loe lähemalt: <http://www.inotherwords-project.eu/>.



06.06.12 toimunud konverentsil tervitasid osalejaid ministrid Hanno Pevkur ja Jaak Aaviksoo (pildil). Foto: EPIKoda

Puudeteemaline täiendkoolitus EPIKojast

Ülevaade EPIKoja täiendkoolitusprojekti elluviimisest



Karin Hanga
EPIKoja tegevjuht

EPIKoda viis ajavahemikul 01.02.2011–31.07.2012 ellu projekti „Täiendkoolitusprogrammi väljatöötamine ja piloteerimine sotsiaal- ja haridusvaldkonna spetsialistidele puudega inimeste edukaks kaasamiseks ühiskonda“, et anda omapoolne panus täiendkoolituse süsteemi arendamisse Eestis.

Projekti rahastaja oli Euroopa Sotsiaalfond, projekti kogueelarve oli 90 693 eurot.

Miks oli projekt vajalik?

Puudega inimesi tuleb tunnustada ühiskonna loomuliku osana, kellel on kõik õigused osaleda ühiskonnaelus võrdsetel alustel. Hoolimata seadusandluse arengust ja ühiskondliku arvamuse paranemisest erivajadustega inimeste suhtes, on siiski väga paljud puudega inimesed jäänud tõrjutuks; nad on riskirühm,

kelle hariduse omandamises, tööturule jõudmises ja igapäevases toimetulekus on olulisi probleeme. Probleemiks on see, et puudega inimestega tegelevate spetsialistide (sotsiaal- ja lastekaitsetöötajad, õpetajad jt) teadlikkus puudetemaatika kohta vajab edasiarendamist. Üha enam spetsialistidest on küll erialase väljaõppega, kuid väljaõpe on laiapõhjaline ja seetõttu ei ole piisavalt rõhutatud tööd puudega inimestega. Vajaka on erialaspetsiifilistest täiendkoolitustest, mis oleksid suunatud spetsialistide pädevuse tõusule konkreetselt puudega inimeste valdkonnas (puudega inimese toimetuleku toetamine sotsiaal-, haridus- ja tööturuvaldkonnas, puude olemus, võimalused abistamiseks jpm). Et olukord muutuks, ei piisa projektipõhistest koolitustest, vaid on oluline töötada välja puudega inimeste toimetulekut käsitlev täiendkoolitusprogramm, mis oleks kättesaadav juba ülikoolis. Selleks kaasasime projekti tegevustesse Tallinna Ülikooli Sotsiaaltöö Instituudi, kellega koostöö kujunes väga sisukaks ja jätkub ka pärast projekti lõppemist.

Toimusid loengud ja arutelud

2011. aasta märtsist kuni 2012. aasta maini toimusid loengud (2 õppegruppi, 40 sotsiaaltöötajat ja 40 haridustöötajat). Läbitud teemad olid järgmised:

I Hoolekande korraldus, sotsiaalteenused: pere toimetulek kriisiga, hoolekande korraldus – puue, töövõimekaotus, riiklikud toetused ja sotsiaalteenused, sotsiaalteenuste osutamine KOVis (Viljandi ja Pärnu linna kogemustel), isikliku abistaja teenus, rahvusvaheline õigus ning ÜRO puuetega inimeste õiguste konventsioon.

II Haridusvaldkonna korraldus, puue ja töötamine: HEV-õpilased põhikoolis, gümnaasiumis, kutsehariduses ja kõrghariduses, tugiteenused, puue ja töötamine, tööturuteenused.

PROJEKTI EESMÄRGID OLID JÄRGMISED:

- 1) analüüsida spetsialistide täiendkoolituse vajadust ja kättesaadavust;
 - 2) töötada välja koolitusprogramm, mis vastaks reaalsele vajadusele;
 - 3) piloteerida koolitusprogrammi, et koguda tagasisidet ja ettepanekuid;
 - 4) koostada loengutest e-õppematerjalid, õppefilm ning spetsialistide häid praktikaid ja informatsiooni koondav trükis "Heade praktikate kogumik";
 - 5) viia läbi ümarlaud (ülikoolid, ministriumid, projekti partnerid), et arutada täiendkoolituste olukorda ning võimalusi koolituse jätkamiseks ühises koostöös;
 - 6) viia läbi konverents, et arutada spetsialistide ettevalmistuse, täiendkoolituse ja elukestva õppega seotud küsimusi, koostööd ning probleeme sotsiaal- ja haridusvaldkonna vahel.
- Tänaseks saame öelda, et kõik tegevused on plaanipäraselt ellu viidud.

III Puuded ja erivajadused: nägemis-, kuulmis-, kõne-, liikumis- ja intellektipuue, autism, käitumishäired, psüühikahäired, reumaatilised haigused, südame- ja veresoonkonna haigused, epilepsia, diabeet, tsöliaakia.

Lektoriteks olid tunnustatud puuetega inimeste organisatsioonide esindajad, puudega lapse vanemad, meedikud, sotsiaal- ja haridustöötajad, kellel oli jagada häid kogemusi ning praktikaid igapäevases tööst.

Pakkusime võimalust õppimiseks ja kogemustevahetuseks õppekäikudel

Väikestes gruppides toimusid õppekäigud erinevatesse hoolekande- ja haridusasutustesse, nt Vana-Vigala Tehnika- ja Teeninduskool, Astangu KRK ning Maarja Küla, kes olid ka projekti partneriteks. Koolituse kohta on e-õppematerjalid, mida loodame kasutada



Projekti raames valmis "Heade praktikate kogumik" Foto: EPIKoda

järgmistel koolitustel. Samuti ootab huvilisi "Heade praktikate kogumik", mis koondab info sotsiaal- ja haridusvaldkonna toetuste teenuste kohta ning kus igapäevast sotsiaal- või õpetajatööd tegevad praktikud jagavad oma kogemusi juhtumite lahendamisel. Käsitraamat on kättesaadav elektroonsel kujul EPIKoja koduleheküljelt ning vajaduse korral ka paber kandjal.

Poolteist aastat oli tihedalt täidetud erinevate tegevustega. Projektimeeskond töötas koosseisus Karin Hanga (projektijuht), Getter Tiirik, Monika Haukanõmm, Helen Voog, Anne Tang, Koidu Saia ja Öne Männasalu.

Suur aitäh meeskonnale töö eest projekti korralduslikes ja sisulistes tegevustes! Suur aitäh projekti partneritele: Tallinna Ülikooli Sotsiaaltöö Instituut, Astangu Kutserehabilitsiooni Keskus, Vana-Vigala Tehnika- ja Teeninduskool, Maarja Küla

Suur aitäh lektoritele, osalejatele ja toetajatele!

MUUD TEGEVUSED PROJEKTI RAAMES

- ✓ Uurisime osalejate vajadusi erialaste täiendkoolituste kohta, et teada, millistele ootustele vastata, mis takistab täiendkoolitustel osalemist jm.
- ✓ Toimus ümarlaud ülikoolide (Tallinna ja Tartu Ülikool, Pärnu Kolledž, Avatud Ülikool) ja oluliste partnerite osavõtul (SoM, HTM, projekti partnerid), et arutada, mida ülikoolides pakutakse, millised on ootused spetsialistide ettevalmistusele jm.
- ✓ Viisime läbi konverentsi, kus teema olulisust rõhutasid nii sotsiaal- kui haridusminister ning paljud igapäevase töö praktikud. Konverents 150 osalejaga toimus 6. juunil, konverentsi materjalid on kättesaadavad EPIKoja kodulehelt.

Tutvumas sotsiaalse talupidamisega Soomes

Kairit Numa
Põlvamaa Puuetega Inimeste Koda, tegevdirektor

Tänavu 28. märtsil korraldas Maamajanduse Infokeskuse maaeluvõrgustiku büroo Jänedal sotsiaalse talupidamise teemapäeva "Sotsiaalne talupidamine – võimalused alustamiseks?"

Teemapäeval osalesid talupidajad, erivajadustega inimeste, põllumajandusvaldkonna esindusorganisatsioonide, sotsiaalministeeriumi, põllumajandusministeeriumi, Eesti Töötukassa ja Sotsiaalkindlustusameti esindajad. Eesti Puuetega Inimeste Koda esindasid Helen Voog ja Kairit Numa. Teemapäeva aruteluks oli, kuidas saada toetust nii alustamiseks kui tegevusteks. Esmalt tutvustati erinevaid toetuse saamise võimalusi, millest võiks olla abi juba lähiajal. Päeva teisel poolel arutati samal teemal väiksemates gruppides.

Õppereis

Teemapäeva jätkuüritusena toimus 10.–13. aprillini sotsiaalse talupidamise õppereis Soome. Reisi jooksul külastati erinevaid sotsiaalse talupidamisega tegelevaid talusid ja asutusi. Eesti Puuetega Inimeste Koda poolt osalesid Ida-Virumaa, Saaremaa ja Põlvamaa Puuetega Inimeste Kodade esindajad.

Õppereisil osalejate üheks lemmikohaks oli **Ylitalon Alpakat Hämeenlinnas**

Mis on sotsiaalne talupidamine?

Sotsiaalse talupidamise raames kasutatakse põllumajanduslikku tegevust kui teraapilist vahendit tervise-, sotsiaal- või haridusteenuste pakkumisel ühiskonnas rohkem haavatavamale sihtgrupile. Sotsiaalse talupidamise sihtgrupiks võivad olla nii noored kui ka täiskasvanud inimesed, kes kannatavad vaimse tervise probleemide, füüsiliste puuete, õpiraskuste ja narko- või alkoholisõltuvuse all. Sotsiaalne talupidamine võiks anda põllumajandustootjatele ja talupidajatele uusi võimalusi oma ettevõtte tegevuse mitmekesistamisel.

(www.ylitalonalpakat.fi). Tegemist oli alpaka- ja laamad kasvatusega tegeleva taluga, mis pakub loomateraapiat. Seda viib läbi professionaalne terapeut, kes külastab koos loomadega hooldusasutusi ja haiglaid. Talu pereliikmed on laamad ja alpakade ühingu eestvedajad. Ühingu peamine ülesanne on testida, kas loomad on teraapiaks kõlblikud. Esimese looma ostsid nad oma lapsele lemmikloomaks. Eksootiliste loomade talu loomisest olid eeskujuks ameeriklased. Talus on 19 alpakat ja laamat, kellest enamus on alpakad.

Laamad on võrreldes alpakadega aktiivsemad ja uudishimulikud, mistõttu perenaine võrdles neid koeraga. Laamad sobivad

Hetk alpaka- ja laamakasvatusega tegelevast talust Soomes.
Foto: Kairit Numa



ratsutamiseks kuni 50 kg kaaluvale inimesele. Kui koorem läheb raskemaks, heidab laama lihtsalt pikali. Laamadega on võimalik vedada vankrit ja matkata; matkal olles võib nende selga kinnitada sadula, millega saab vedada piknikutarvikuid.

Alpakad on laamadest madalamad, lastele meelepärased; koduloomadest võrreldi neid kassiga. Kandamiseks sobib kuni 20 kg. Loomi pügatakse üks kord aastas, villa saadakse 3 kuni 6 kg. Villa kilohind on 50 eurot. Alpakad ja laamad osalevad ka iludusvõistlustel, talus olid ka auhinnad võistlustelt. Teraapiat teeb talus terapeut, kes rendib loomad ja ruumid ning viib looma abivajajani, kus iganes see asub – haiglas, hooldekodus, lasteaias. Perenaine rääkis, et loom peab lasteaialastega teraapiat tehes vastu vaid 15 minutit, vanemate, rahulikimate inimestega kuni 1,5 tundi. Seni rahastab teraapilist tegevust abivajaja ise, meditsiin seda Soomes veel ei tunnista. Perekond müüb ka elusloomi nii Soome kui teistesse riikidesse. Esimesed alpakad ja laamad tõid nad endale Rootsist. Alpaka hind algab 3000 eurost. Ühel osalejalt meie grupist oli soov osta sellest farmist kas laama või alpaka. Loodame,

et ka Eestis tekib võimalus külastada sarnast talu.

Eesti-Soome maaeluvõrgustike ühis-seminar

Õppekäigu lõpus toimus Sarka muuseumis ehk Soome põllumajandusmuuseumis Eesti-Soome maaeluvõrgustike seminar. Soomlaste ettekannetes anti ülevaade uuringust "Looduse ja loomade mõju tervisele" ning keskkonna mõju olulisusest inimestele. Tutvustati sotsiaalse talupidamise tegevust Norras, Green Care'i ja selle ajalugu Soomes ning koerateraapiat. Eesti poolelt tegid lühiettekande Ave Bremse, kes rääkis maaeluvõrgustiku büroo tegevusest; Tuuli Bürkland, kes rääkis ratsutamisteraapiast; Anne Soodla, kes tutvustas ASi Hoolekandeteenused tegevust; Martin Repinski, kes tutvustas enda kitsetalu tegemisi, ning Jaak Herodes, kes pakkus välja erinevaid definitsioone sotsiaalse talupidamise kohta.

Õppereisil osalejad jäid väga rahule ja ütlevad suured tänusõnad Maamajanduse Infokeskuse maaeluvõrgustiku büroo töötajatele Ave Bremsele ja Meeri Kloorenile.

Rahva tippkohtumine ehk Cupola dos povos Rio +20

Meelis Joost
EPIKoja välissuhted ja Euroopa poliitika

ÜRO egiidi all arutati esmakordselt inimkonna elukeskkonnaga seotud probleeme Stockholmi konverentsil, mis toimus 5.–16. juunini 1972. aastal. Toonasel konverentsil osalesid 113 riigi, 19 rahvusvahelise organisatsiooni ning üle 400 kodanikuühiskonna organisatsiooni esindajad. Lisaks Rootsi toonasele peaministrile Olof Palmele ja ÜRO peasekretärile Kurt Waldheimile oli üheks kõige mõjukamaks osalejaks toonane India peaminister Indira Gandhi, kellelt pärineb tees, et suurim reostaja maailmas on vaesus.

Järgmine tähtis ÜRO keskkonna- ja arengukonverents (mitteametliku nimega Rio konverents või Maa Tippkohtumine (*the Earth Summit*)) oli ÜRO üks tähtsamaid nõupidamisi, mis toimus 3.–14. juunil 1992 Rio de Janeiros. Konverentsil osales 108 riigipead ja esindused olid 172 riigist. Konverentsil arutati rahvusvahelise jätkusuutliku arengu hetkeolukorda ja peamisi arenguteid. Vastu võeti vastavateemaline Agenda 21. Lisaks sellele võeti vastu Rio deklaratsioon keskkonnahoidliku arengu põhimõtete kohta, kliimamuutuste raamkonventsioon ja bioloogilise mitmekesisuse konventsioon, metsandust ja kõrbestumist käsitlevad dokumendid. Ehkki konverentsil ei kohustatud riike millegi otseselt tegemiseks, oli see üks esimesi tõsisemaid ja laiahaardelisemaid koostööalgatusi globaalprobleemide lahendamisel.

Tänavu koguneti samu murekohti arutama uuesti Riosse, kakskümmend aastat hiljem, millest ka ÜRO egiidi all taas kord toimuva kohtumise nimi – Rio + 20. Konverents toimus 13.–22. juunini ning sellel üritustel osalesid 191 ÜRO liikmesriigi esindajad, sh 57 riigipead,

üle tuhande kodanikuühiskonna ning teiste huvigruppide esindaja.

EL-Brasiilia ja BRICS

Allakirjutanul oli võimalus osaleda Brasiilia majandus- ja sotsiaalnõukogu kutsel 6. EL-Brasiilia ümarlaual, mis toimus samaaegselt Rio + 20 konverentsiga, ehkki polnud konverentsi ametliku programmi osa. Eesmärgiks oli koordeinerida Euroopa Liidu ning BRICSi riikide (mis on ühisnimetus kasvava majanduse ja paraneva elujärgiga riikide jaoks, mille hulka kuuluvad Brasiilia, Venemaa, India, Hiina ja Lõuna-Aafrika Vabariik) seisukohti säästva arengu, sotsiaalse turvalisuse, vaesuse vähendamise ja keskkonnakaitse valdkonnas. Kahepäevane ametlik programm sai täiendust linnas toimuvatest üritustest, aruteludest, rahvakogunemistest, filmifestivalist, linnaruumi paigutatud näitustest ja installatsioonidest.

Cupola dos povos

Kesklinna rannapargis ja Moodsa kunsti muuseumi juures olid konverentsi korraldajad rajanud viie suure telgi ja mitmete väikeste

telkidega, esinemis- ja näitusekohtadega ala, kus toimus nn rahva tippkohtumine – *cupola dos povos*.

Plenaararutelud toimusid kultuurilise mitmekesisuse, keskkonnakaitse, religioonidevahelise dialoogi ja tööhõiveküsimuste teemal. Väiksemates telkides sai kuulata ettekandeid, mis haakusid säästva arengu, sotsiaalse kaasatuse, vaesuse vähendamise, keskkonnakaitse jt teemadega. Ise sattusin kuulama ettekannet ökoküladest, kus ka Eesti Lilleoru küla oli ära mainitud.

Rahva tippkohtumise eesmärgiks oli võimaldada inimestel leida kontakte, müüa oma piirkonnas valmistatavat kaupa, saada avalikuse tähelepanu teemadele, mida osalejad ise kõige olulisemaks peavad. Piirkond oli avatud kõigile ning kesklinna läheduse tõttu suure külalastatavusega.

Amazonase jõgikonna ja teiste Brasiilia piirkondade põliselanikud on tulnud, et seista oma kultuuri, keele ja traditsioonide säilimise eest.

Foto: Meelis Joost

Rio ja Rio + 20

Suurüritus ilmestas kogu Brasiilia suuruselt teise linna ja kõige suurema turismimagneti eluolu. Kuna Brasiilias on juuni talvekuu, siis on kohalikke elanikke ringi liikumas palju vähem, kuid suurürituse külalastajaid jällegi hulgaliselt. Brasiilial on varsti taas vaja korraldada suurüritusi – ÜRO konverentsist veelgi suuremad 2014. a jalgpalli MM ja 2016. a suveolümpiamängud ning paraolümpia. Ettevalmistused selleks käivad, loodetavasti jõutakse õigeaegselt valmis.

Brasiilia koduleht www.brasil.gov.br

Rio + 20 konverentsi koduleht www.uncsd2012.org

Rio de Janeiro linna koduleht www.rio.rj.gov.br

Ettevõtte OSKLEN koduleht www.osklen.com

FIFA 2014 jalgpalli MMi koduleht www.fifa.com/worldcup

Rio olümpiamängud ja paraolümpia www.rio2016.org

Kuidas elad, Läänemaa Puuetega Inimeste Koda?



Tagasiside andmine on Läänemaa PIKis olulisel kohal.
Foto: Läänemaa PIK

Jaak Pihlakas
Läänemaa PIKI tegevjuht

Täna küsimast, päris hästi elame! Eks nende aastate jooksul ole olnud kergemaid ja raskemaid aegu, kuid viimastel aastatel on olukord pidevalt paremuse poole pöördunud.

Läänemaa Puuetega Inimeste Koda tegutses alates 1. märtsist 1995. Alustati kolme organisatsiooniga, tänaseks on neid 15. Kokku kuulub neisse organisatsioonidesse 01.09.2011 seisuga 734 puudega inimest, s.o ca 40% kõigist maakonnas elavatest puudelitest. Koda juhivad kolmeliikmeline juhatus ja projektide läbi viimiseks kasutame ka tööttevõtuluslepingu

alusel teisi inimesi. Kojale ja liikmesorganisatsioonidele on Haapsalu linn eraldanud ilusad ruumid Haapsalu sotsiaalajas.

Rahalisi vahendeid hangime EPIFondi Hasartmängumaksu Nõukogult, lisavahendeid ka teiste fondide kaudu, samuti toetab meid Haapsalu linn, Lääne maavalitsus, Eesti Kultuurkapitali Läänemaa ekspertgrupp,

LÄÄNEMAA PUUETEGA INIMESTE KODA KUI...

- ✓ ... kõigi puuetega inimeste esindusorganisatsioon meie maakonnas.
- ✓ ... koostööorgan. On saanud reeglits, et ühtki meid puudutavat teemat ei arutata meid kaasamata.
- ✓ ... info hankija, töötaja ja edastaja. Tänapäeva inforohkuses on tihti puudega inimesel raske hankida vajalikku informatsiooni, selleks oleme neid aidanud, hankinud aktuaalset teavet, seda töödeldud arusaadavasse keelde ning edastanud seda oma infokanaleid mööda.
- ✓ ... hariduselu edendaja. Siin on meil hea koostöö maakondlike eriõppeasutustega ning Haapsalu Kutsehariduskeskusega, kus juba aastaid on õpetatud ka erivajadustega õpilasi.
- ✓ ... puuetega inimeste tööhõive edendaja. Läänemaa PIK on iga aasta sõlmitud koostöölepingu Eesti Töötukassaga, see sisaldab nii puuetega inimeste tööhõivet edendavaid punkte kui ka töötute kaasamist sotsiaalsetes ettevõtmistes. Teeme koostööd suuremate Läänemaa ettevõtetega, kellele vahendame puudega töölisi, sel kevadel said 2 meie inimest väljaõpet ning töökoha vastavatud Rimi Haapsalu kaupluses.
- ✓ ... puuetega inimeste kultuurielu edendaja. Aastaid on Koja juures tegutsenud Haapsalu Kojateater. Ka on Koda organiseerinud puuetega inimestele erinevaid kultuuriasutuste külastusi.
- ✓ ... erinevate projektide läbiviija ning järelevalve teostaja. Koda kui katusorganisatsioon aitab hankida lisavahendeid, projekte teostada ning jälgib vastavalt volitustele, et kõik tegevused ning kulutused oleks vastavuses projektis kavandatule.
- ✓ ... preventiivse tegevuse teostaja. Meie loengud ja infopäevad on avatud kõikidele huvilistele. Pilootprojektina käisime varakevadel Noarootsi Gümnaasiumis sealsele õpilastele ning õpetajatele rääkimas erinevatest haigustest ja puuetest. Rääkisime avameelselt mis iga puue endast kujutab, millised komplikatsioonid sellega kaasnevad ning kuidas käituda inimesega, kellel on vastav kõrvalekalle. Õpilaste siiras huvi andis tõi külastada tulevikus ka teisi Läänemaa õppeasutusi.
- ✓ ... praktilise abi osutaja. 2011. a käivitas meie Koda maakonnas Toidupanga tegevuse. Eesti Toidupank eraldas meile uue väikekaubiki ning tegevus võis alata. Täna oleme komplekteerinud tuhandeid toidupakke ja toimetanud need abivajajatele. Samuti vahendame suures koguses Euroopa Liidu poolt eraldatud toiduabi puudust kannatavatele inimestele. Praktilise abi poole pealt peab märkima ka Eesti Punase Risti kaudu Maksu- ja Tolliameti poolt konfiskeeritud kauba vahendamist abivajajatele.

aeg-ajalt teenime oma osutatud teenuste pealt ning suure osa Koja sissetulekust moodustab projektides osalejate omaosalus. Regulaarselt oleme saanud abi ka sponsoritelt.

Aastate jooksul on meie struktuur ja funktsioonid muutunud, kuid muutunud ei ole eesmärk – aidata kaasa puuetega inimeste elu-

kvaliteedi parandamisele nii meie maakonnas kui ka Eesti vabariigis.

Elu on ilus ning elamist väärt ja loodame siiralt, et ühes ühiskonna üldise arenguga paraneb ka puuetega inimeste olukord, nii majanduslik kui ka sotsiaalpsühholoogiline.

MIS ON MEIL HÄSTI

- ✓ Aastatega oleme saavutanud tolerantse suhtumise puuetega inimestesse Läänemaal.
- ✓ Läänemaa PIK on loonud hästi funktsioneeriva süsteemi Läänemaal, oleme ainsaks koostööorganiks erinevate puuetega inimeste ühenduste ja puuetega inimeste probleemidega tegelevate ametkondade vahel.
- ✓ Meid aktsepteeritakse kui kompetentsikeskust, meie arvamusel on kaalu ja meiega arvestatakse, oleme tuntud ja kättesaadavad.
- ✓ Osaleme mitmetes omavalitsuslikes kui ka maakondlikes komisjonides ja töörühmades.
- ✓ Igas omavalitsuses (ametkonnas) on meil oma inimene otsustajate seas ja seega oleme hästi informeeritud.
- ✓ Tänu heale organiseeritusele suudame muuta ja kontrollida protsesse meie maakonnas.
- ✓ Tõsiselt oleme asunud lahendama puuetega inimeste hariduse ja tööhõive probleeme.
- ✓ Oleme partneriks Haapsalu Puulaeva Seltsile Vikan, kes koolitab töötuid, sh ka puuetega inimesi.
- ✓ Läänemaa PIK on olnud ja kavatses ka edaspidi olla võrdväärseks partneriks kõikidele ametkondadele.
- ✓ Möödunud aastatega oleme loonud palju uusi puuetega inimeste ühendusi Läänemaal, antud tegevust jätkame ka tulevikus.
- ✓ Tegeleme puuetega inimeste koolitamise, rehabilitatsiooni, vaba aja sisustamise jm valdkondadega.
- ✓ Meil on tugev invaspordiklubi, samuti heal tasemel invateater, mida on kõrgelt hinnanud erinevate teatrifestivalide žüriid ja ka Eesti Kultuurkapital oma aastapremia näol.
- ✓ Perioodiliselt teavitame puuetega inimeste tegevusest avalikkust.
- ✓ Teeme koostööd analoogsete puuetega inimeste ühendustega üle Eesti ning oleme loonud kontakte puuetega inimeste ühendustega välismaal.
- ✓ Oleme edukalt hankinud raha puuetega inimeste programmide teostamiseks.
- ✓ Oleme Haapsalu Toidupanga käivitajateks.
- ✓ Oleme partneriteks Eesti Punasele Ristile ELi toiduabi ning Maksu- ja Tolliameti poolt konfiskeeritud vara jaotamisel.
- ✓ Meil on head kontaktid ja koostööprojektid nii Eesti Puuetega Inimeste Koja kui naabermaakonna analoogsete ühendustega.
- ✓ Meil on käsil mitu ühisprojekti teiste Läänemaa MTÜ-dega.

MIS VÕIKS PAREM OLLA

- ✓ Väga häirib projektipõhine tegutsemine. Igal aastal on suur ebakindlus, kas ja milliste summadega toetab HMN meie tegevust. Kuna just need eraldised moodustavad meie põhilise sissetulekuallika, siis sõltub meie tegevuse efektiivsus otseselt nende otsustest.
- ✓ Maakondlike organisatsioonide liikmeskond vananeb, noori liikmeid lisandub vähe.
- ✓ Kohalike ühingute juhid hakkavad väsima, paljud organisatsioonid seisavad vaid ühe isiku õlgadel.
- ✓ Koja tegevus võiks rohkem laieneda maakonna äärealadele.
- ✓ Jätkuvalt on puuetega inimeste majanduslik olukord väga pingeline, sotsiaalteenuste kättesaadavus piirkonniti on väga erinev.
- ✓ Rohkem tuleb tähelepanu pöörata ligipääsetavuse probleemidele. Paljud ehitatavad ja renoveeritavad objektid on puuetega inimestele mittekasutatavad. Enamasti hoitakse ehituse eelarves kokku invanõuete täitmise arvelt.



Haapsalu Kojateater valmistumas esinemiseks.
Foto: Läänemaa PIK

Epilepsia: tundmatu ja hirmutav



Katrin Maiste
Eesti Epilepsialiidu tegevjuht

Olen oma tööaastate jooksul mitmel korral kokku puutunud suhtumisega, et epilepsia on ohtlik ja hirmus haigus, et epilepsiahaige on kindlasti vaimse mahajäämusega ja mõistlik on vastava diagnoosiga inimesed tavaühiskonnast eemal hoida. Eelarvamused nii epilepsia kui epileptikutest on tinginud olukorra, kus sageli varjatakse haiguse olemasolu. Samas on arvamustel ja tegelikkusel sarnasust minimaalselt.

Iga haigus, sh epilepsia, on ebameeldiv ja probleeme tekitav, kuid kindlasti ei ole hästi ravitud epilepsia takistuseks elada normaalset ja täisväärtuslikku elu. Epilepsiahaige on tavaline inimene, kes haigushoo korral vajab kaasinimeste mõistvat suhtumist ja abi, kuid hoogudevahelisel perioodil säiluvad nende võimed täielikult. Epilepsiahaige inimesi on umbes 0,8% elanikkonnast. Eestis on ligikaudu 9000 epilepsiahaiget, seega on epilepsiahaige inimesi rohkem, kui üldiselt arvatakse.

Mis on epilepsia, kuidas seda ravitakse ja millega peaks arvestama?

Epilepsia on närvisüsteemi krooniline haigus, mille tunnuseks on korduvad ja mittepivotseeritud epileptilised hood. Epileptilisi hooge põhjustab peaaegu alati närvirakkude samaaegne epileptiline aktiivsus (peamiselt ajukoos), mis katkestab lühikeseks ajaks aju normaalse tegevuse – tekib epileptiline hoog.

Selleks, et võimalikult täpselt määratleda hoo tüüpi ja leida õige ravi, on vajalik hoo võimalikult täpne kirjeldus ja mõningad uuringud (näiteks elektroentsefalograafia ehk EEG).



Eesti Epilepsialiit

Oluline on meeles pidada, et epileptilised hood on inimesele endale traumaootlikud. Lisaks hakkavad väga pikad ja sagedased hood kahjustama aju. Hoojärgsed vaevused segavad igapäevast tegevust ja vähendavad töövõimet. Seetõttu toonitavad meedikud järjekindlalt, et epilepsiaravimite regulaarne tarvitamine soodustab hoogude lakkamist. Väga oluline on, et ravim(eid) võetaks vastavalt raviplaanile kindlatel kellaaegadel. See on raske ja nõuab harjumist, kuid pikaajased haiged on kinnitanud, et ravimi võtmine muutub lõpuks rutiiniks.

Reegel, et ühe inimese ravimit ei tohi ilma arsti nõusolekuta anda teisele isikule, kehtib ka epilepsia puhul. Keelu põhjuseks on epileptiliste kollete erinev paiknemine, mistõttu hood avalduvad erinevalt ja alluvad ka erinevalt ravimitele. Epileptikul on keelatud iseseisvalt ravimite doosi muuta või ära jätta. Kogu ravi peab toimuma arstide kontrolli all.

Positiivse poole pealt võib kinnitada, et ravi on võimalik hakata lõpetama juhul, kui hoogusid enam pole ja EEG on epileptiliste avaldusteta. Eesti Epilepsialiidu liikmeskonnas on epileptikuid, kellel ei esine enam epilepsiat ja kelle ravi on lõpetatud.

Kas epilepsia on pärilik?

Seda küsimust esitatakse väga sageli just hirmust, kas epilepsia pärandub edasi lastele. Üldiselt ollakse veendunud, et epilepsia ei ole pärilik haigus. Samas sajabrotsendiline kin-

EPILEPTILISTE HOOGUDE TÜÜPE JAOTATAKSE KAHEKS:

1) enam teatakse generaliseerunud hoogu, mille korral kaotab inimene teadvuse, võib kukkuda maha, üle kogu keha tekivad tõmblused, esineda võivad äkilised võpatused ja ka lühiajaline teadvuse väljalülitumine;

2) fokaalse hoo puhul inimene tavaliselt ei kuku, tekivad tahtele allumatud liigutused jäseme(te)s või näos. Teadvuse säilimise puhul ei pruugi muud väljendust ollagi. Fokaalset tüüpi hoogu ei pane haiged ise sageli tähelegi ja see võib märkamatuks jääda ka kaaslastele (eriti lapseas).

OLULISEMAD ESMAABIVÕTTED EPILEPSIAHOO PUHUL

1. Jääge ise rahulikuks!
2. Vaadake kella! Selgitage välja, kui kaua hoog on kestnud.
3. Jälgige, et haige end hoo ajal ei vigastaks. Pea alla võib panna midagi pehmet (riideeseme vms). Ärge jätke haiget järelevalveta teadvuse taastumiseni.
4. Mitte midagi suhu panna! Arvamus, et midagi tuleb hammaste vahele panna, on täiesti vale!
5. Pöörake haige külili ja pange ta kindlalt sellesse asendisse lebama! See hoiab lahti hingamisteed ja vähendab võimalust tõmmata sülge või oksemassi hingetorusse.
6. Harva võib pärast hoogu esineda ka rahutus, oodake, kuni see möödub. Pärast hoogu on haige pisut uimane, võib olla unine. Ärge teda segage, las lamab (magab) rahulikult.
7. Ärge püüdke hoo ajal takistada liigutusi ega äratada haiget raputamise, kloppimise või nuuskiiritusega. See on lihtsalt kasutu.

JUHENDMATERJAL EPILEPSIAHAIGETELE JA NENDE LÄHEDASTELE

Katrin Maiste
Eesti Epilepsialiidu
tegevjuht



20 aastat tegutsenud Eesti Epilepsialiit on oma eesmärgiks võtnud mitmesuguse vajaliku informatsiooni levitamise epilepsia ja sellega toimetulekust, nõuandmise igapäevase elu korraldamisest, võttes arvesse haiguse eripära jm. Oleme oma eesmärgi täitmiseks korraldanud mitmesuguseid teabepäevi ja seminare. Samas on kogemused näidanud, et lisaks suusõnalisele teabe edastamisele omab suurt tähtsust kroonilistele haigetele suunatud kirjalik teabematerjal, kuna infopäevadel saadavat informatsiooni on vaja säilitada pikemaajaks. Kuigi väga suure hulga olulist teavet leiab tänapäeval ka internetist, on epilepsialiidu kogemus näidanud, et väga paljudel inimestel puudub juurdepääs internetile või oskus internetti vajalikul määral kasutada, mistõttu võib jääda soovitud informatsioon kättesaamatuks. Arstidel, kes igapäevaselt epilepsiahaigetega kokku puutuvad, napib aga aega vastuvõtule tulnud haigeid nõustada. Seetõttu on oluline, et epilepsiahaigetele ja nende omastele suunatud informatsioon oleks koondatud ühtsesse juhendmaterjali.

Esmakordselt publitseeris Eesti Epilepsialiit patsientidele mõeldud juhendid 2007. aastal. Kaks aastat hiljem tunnustas Eesti Haigekassa neuroloogide poolt koostatud epilepsia ravijuhendi. Võrreldes patsiendijuhistes olevat teavet tunnustatud ravijuhendis leiduva informatsiooniga, selgus, et väga oluline on uuendada ja kaasajastada infot, mis on suunatud just mittemedikutele. Lisaks kerkis igapäevase töö käigus üles vajadus lisada teavet ravimite kõrvaltoimetest, tervishoiu- ja sotsiaalsüsteemi toimimisest. Lisasime need peatükid oma vastvalminud juhenditesse.

|| Loe lähemalt www.epilepsialiit.ee

del vastus sellele küsimusele puudub, kuna meditsiiniliselt on tegemist erinevate seisundite kogumiga, mille edasikandumise risk on erinev. Epilepsiat võivad põhjustada raseduse või sünnituse ajal tekkinud ajukahjustused, kaasasündinud ainevahetushaigused, peatraumad, ajukasvajad, mürgitused, alkohol jms. Kahjuks tuleb aga tõdeda, et sageli ei suudeta ka kõige põhjalikuma uurimisega haiguse põhjust kindlaks teha.

Kui epilepsiahood esinevad, on ette nähtud teatavad piirangud. Mõnel juhul võivad need olla häirivad, kuid paraku tuleb nendega leppida. Juhul, kui hood on kontrolli all, hakkab ka piiranguid üha vähemaks jääma.

Täiskasvanute jaoks on kindlasti üks ebameeldivamaid autojuhtimise keeld. Kui kas või korra aastas on esinenud epilepsiahoog, pole mõistetavatel põhjustel õigus liiklusvahendit juhtida. Juhul, kui epilepsiahoogusid pole olnud vähemalt aasta, võidakse B-kategooria juhtimisõigus taastada. Siinkohal tuleb kindlasti teha koostööd arstidega ja pidada hoolsalt hoogude päevikut.

Laste puhul on suuremad piirangud seotud trennide ja hobidega. Võistlussport pole paraku epilepsia puhul soovitatav, enamuse spordialade harrastamine aga on järelevalve all täiesti mõeldav. Epilepsiaga laps võiks ja peaks käima tavakoolis ja -lasteaias. Paraku on pedagoogide suhtumine selles erinev. Siinkohal on nii Eesti Epilepsialiidul kui ka lastevanematel ülesanne teha selgitustööd, et parandada pedagoogide ja üldsuse suhtumist epilepsiasse, selgitada, et epilepsiahoogudega inimene vajab mõistvat suhtumist, haigus ei ole nakkav ega takista üldjuhul normaalset arengut.

Mis on elus oluline?

Ly Mikheim
SA Maarja Küla juhataja

„Tere! Mina tahan saada massööriks,“ tervitas esimest korda Maarja Küla vaatama tulnud särasilmne tütarlaps.

Ahaa, ja-jaa, oskasime vaid sellise sissejuhatuse peale kosta. Aga mitu tundi sa magasid, kas sa und nägid, kas sulle ehted meeldivad... ja nii tuli küsimusi kui raheteri. Vastad ja ei tea, kas midagi sinu poolt öeldust meelde ka jäi, sest juba tuli uus küsimus, mis tihtipeale ei omanud meie silmis mingit seost eelnevaga. Kuid ainult meie silmis, tütarlapse jaoks on kõigel ja kõigil siin maailmas olemas seos. Tema jaoks on elus palju olulisi asju – töö ja tegemised, hobid ja tervislik eluviis, uni ja puhkamine.

Esikohal on töö. Kuigi massööriks õppida Maarja Külas ei saa, on siiski palju muid võimalusi. Esimeseks sammuks sai kutseõppeasutusse minek. Mis meeldib rohkem, kas aiandus või kodundus? Kas saan hakkama uues kohas, uute kaaslastega või peaksin jätkama juba tuntud keskkonnas? Küsimused vastused, arutelud-mõtisklused ja siis otsus – kodundus ja õppima asumine Vana-Antsla Kutsekeskkooli. Kolm aastat õpinguid, nädalavahetusteks koju Maarja Külla ning ametiõpingute lõpetuseks praktika Põlva Puuetega Inimeste Koja Peri keskuses. Silmaring laienes, oskusi tuli juurde ja tahe tööd teha muutus aina tugevamaks.

Lõputunnistus käes, mindi Põlva Töötukassasse, et otsida üheskoos võimalusi tööle asumiseks. Paraku pakkumisi sobivaks tööks polnud. Samas oli hästi oluline see, et sai aru-



tada tööhõivespetsialisti ja karjäärinõustajaga oma tulevikuplaane.

Võimalus tööharjutustel osaleda tekkis siis, kui alustati projekti „Puuetega inimeste töökoolitus Maarja Külas ja Tartu butiik-töökojas“, mida rahastati läbi ESF meetme „Kvalifitseeritud tööjõu pakkumise suurendamine“. 6 kuud töötamist erinevates töökodades – tekstiili-, puidu-, savi- ja aiandusmeistrite käe all – tõi neiu ellu oskuse ise endale ehteid valmistada. Ja mitte ainult endale, vaid ka müügiks. Neiu soov edasi töötada viis ta Tartusse, kus Lõunakeskuses asuvas Maarja Küla poes sai lõppviimistlust anda toodetele, mis töökodadest poodi saadeti, harjutada klienditööd ning mis kõige olulisem – õppida suhtlema võõraste inimestega. Ühtlasi oli see etapp iseseisvama elu poole. Tartus asuvast korterist tuli igapäevaselt õppida liikuma ühistranspordiga, käia toidupoes, osta vajaminev söögikraam, valmistada ise sööki ja leida tegevust vabadeks õhtuteks.

10 kuud projekti kaudu tööeluga harjumist möödus kiiresti. Taas Töötukassa külastus, seekord juba kopsakama CV-ga. Kätte oli jõudnud kevad ning hooajatöölisi otsiti aiandusfirmasse. Jälle midagi tuttavat kutsekeskkoolist ja praktikas proovitud Maarja Külas. Julgust proovida oli ning tugiisik aiandist kiitis uut töötajat. Täna on päevaks on omal moel võitnud kõik osapooled – meie teame, milleks on meie küla elanik võimeline, Töötukassa on saanud kogemusi suhtlemaks intellektipuudega noorega ning kõige olulisemaks tuleb pidada noore inimese tahet leida töö ja õppida selle nimel uusi oskusi.

Töövõimekuse hindamine ja töövõime arendamine

Birge Volter

Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskus, töövõimekuse hindamise spetsialist

2012. aasta algusest rakendatakse Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskuses ESF raamprogrammi "Töölesaamist toetavad hoolekandemeetmed 2010–2013" alapunkti 3.3 "Töövõimekuse hindamine ja töövõime arendamine". Projekt kestab kuni 31. detsembrini 2013.

Projekti „Töövõimekuse hindamine ja töövõime arendamine“ eesmärk on luua võimalused tööealiste erivajadustega inimeste ja teiste tööturu riskigruppide töövõime ja kutsesobivuse hindamiseks, sobilike tööturu teenustega sidumise planeerimiseks ning töövõime arendamiseks. Projekt lähtub arengutegevustes ühtse meetodika HAMET alusel hinnatud inimese arengupotentsiaalidest ja sobivatest töövaldkondadest.

Testimise tulemusena on võimalik anda hinnang, millises vormis ja milliseid tööülesandeid on inimene võimeline täitma ning kuidas oleks võimalik tema töövõimet arendada. Testi tulemustest lähtuvalt seostatakse hinnatud erivajadusega inimene juhtumipõhiselt talle

HAMET-metoodika on erivajadustega inimeste kutsesobivuse, võimete ja töökäitumise eelhindamiseks kasutatav spetsiaalne testide kogumik, mille on välja töötanud kutseõppekeskus BWW Waiblingen koostöös erinevate ülikoolidega Saksamaal. Test koosneb erinevate ülesannete soorituse ning töökäitumise hindamisest. Testi läbiviimiseks kulub orienteeruvalt neli päeva.

sobivate teenustega, näiteks arenguprogrammi suunamine, erihoolekandeteenuste järjekorda registreerimine, kontakt haridusasutuse või Töötukassaga jms.

Arenguprogrammi raames avatakse selle aasta 6. augustil Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskuses kaks töötuba: lihttöö- ja puidutöötuba.

Töötubade eesmärkideks on anda erivajadusega inimesele võimalus talle tarvilikus mahus ja vajadustest lähtuvalt saada tööle asumiseks vajalikku sotsiaalset rehabilitatsiooni, arendada töökäitumist ja -harjumust, läbida tööalaste võimete ja oskuste omandamiseks kasulik harjutusblokk ning valmistada ette ja suunata avatud tööturule. Töökoha leidmisel abistab töötubade kliente kaks spetsialisti.

Projekti raames on planeeritud katta testimise kompetentsiga võimalikult suur osa Eestist. Selleks valiti avaliku konkursi korras välja seitse lepingulist koostööpartnerit üle Eesti, kes varustati tasuta testimiseks vajalike litsentside ja tööriistadega ning koolitati testijad. Koostööpartnerite ülesandeks saab olema erivajadustega inimeste hindamine HAMET metoodikaga ning suunamine nende võimetele vastavale tööhõivet toetavale teenusele.

Teaduspõhise töövõimekuse hindamise meetodika kasutuselevõtu ning üle-eestilise hindamis- ja nõustamiskompetentsi loomisega tekib võimalus tööerakendumist toetavate sekkumiste määratlemiseks ja pakkumiseks, mis vastavad puudega inimeste või muude riskigruppide vajadustele.

Projekti partnerasutused on SA Jõhvi Haigla, SA Maarja Küla, AS Hoolekandeteenused, SA Tartu Vaimse Tervise Hoolekeskus, Pärnu Erivajadustega Inimeste Rehabilitatsiooni-keskus, Tallinna Vaimse Tervise Keskus ning Tallinna Tugikeskus JUKS.

Kandideerimine Astangu Keskuse töötubadesse on alanud.

Lisainformatsiooni projekti „Töövõimekuse hindamine ja töövõime arendamine“ ning töötubadesse kandideerimise kohta leiab Astangu Keskuse kodulehelt www.astangu.ee.



Astangu Keskuse spetsialist Anne Biters HAMET-koolitusel. Foto: Astangu KRK

20 aastat juhtkoerte koolitamist Eestis

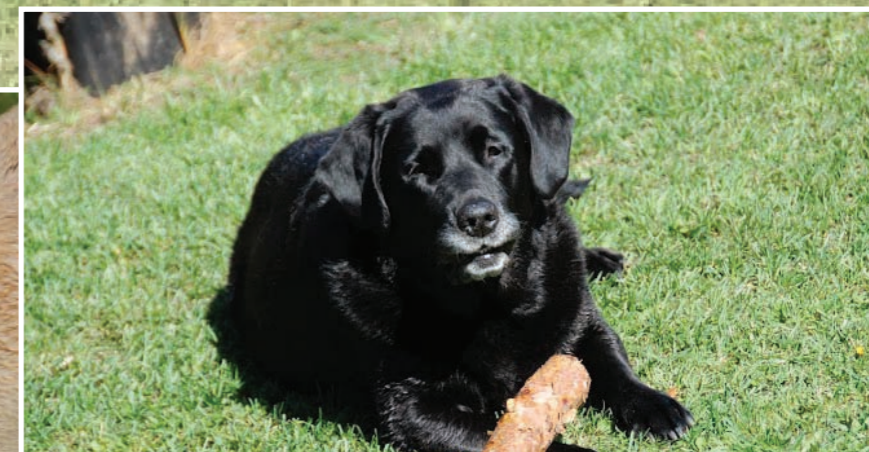
Mati Malm
SA Juht- ja Abikoerte Kooli juhatuse esimees

Tänavu novembris möödub 20 aastat ajast, mil Eestis tehti algust juhtkoerte koolitamisega vaegnägijatele.

1992. aasta 22. novembril moodustati Eesti Pimedate Juhtkoerte Fond. Asutajateks olid Lõuna-Eesti pimedate ühingu ettevõtte EPI-TAR, Pärnu pimedate ühing ning 27 eraisikut, kes olid antud valdkonnast huvitatud (vaegnägijad, silmaarstid, veterinaarid, liikumisjuhid, künoloogid jne). 1999. aasta märtsis korraldati Fond ümber Sihtasutuseks Juht- ja Abikoerte Kool. Paljuski oleme juhtkoerte koolituse käimalükkamise eest tänu võlgu meie põhjanaabritele. Nii sealsele Juhtkoerte Koolile kui ka Juhtkoerte Kasutajate Ühingule, kes esimestel aastatel koolitasid oma kulu ja kirjadega meie treenereid ning panid õla alla sobilike koerte ja erivarustuse (rihmad, rakmed) hankimisel.

Nii Fond kui ka tema õigusjärglane Kool on kogu aeg koolitanud juhtkoeri kõigile abivajajaile üle Eestis. Kokku on koolitatud ja üle antud enam kui 50 juhtkoera. Tõsi, pea paarkümmend neist on jõudnud juba kasmanalateele või pensionile minna, kuid ülejäänud on truud abilised.

Peale materiaalse kitsikuse ületamise üheksakümnendate algul tuli toonastel tegijatel palju panustada üldisesse teavitustöösse ja info vahendamisse. Alustati vaegnägijate teavitamisega, millised võimalused avanevad juhtkoera kasutajal ning kuidas see mõjutab nende elukvaliteeti nii olme kui tervise tasandil. Esimesed juhtkoera saajad kuulusid



enamjaolt põlvkonda, kes olid harjunud nõukogudeaegse toetussüsteemiga puuetega inimestele, mis oli keskmise palgaga võrreldes suhteliselt arvestatav. Taasiseseisvunud Eesti madalate sotsiaaltoetuste ning hüppeliselt kallinenud energiahindade taustal oli vaja omajagu julgust, et üldse juhtkoera kasutajaks hakata.

Teine suund, kuhu panustama pidi, oli riigi sotsiaalsfäär. Paljudele tollastele ametnikele ministeriumis ja ka munitsipaalametites tundus kummastavana, et ajal, mil napib raha esmaste eluvajaduste katmiseks, tegeleb mingi seltskond „veidrikke“ pimedatele juhtkoerte koolitamisega. Ka siin olid abiks soomlased ning Eestis tegutsevad pimedate ühingud ja nende katusorganisatsioon Eesti Pimedate

Ühing (aastast 1995 Eesti Pimedate Liit), kelle liige Kool ka praegu on.

Kuni 2000. aastani tegutseti põhiliselt annetuste ja erinevate fondide toel (suurim tollane abistaja AEF). Ka õnnestus Koolil müüa üks väljaõpetatud juhtkoer meie jaoks ulmelise hinnaga – 100 000 Eesti krooni – Soome Juhtkoerte Koolile (Eestis oli koera koolitamise eelarve 28 000 krooni). Soomlastel ei olnud selle ostu tegemiseks tungivat vajadust, pigem üritati sel moel toetada siinset kiratsevat koolitust ja süstida treeneritesse optimismi jätkamaks tegevust, millele nad kohati oma rahakotist lisa maksid.

Päris „mustast august“ soomlased müüdi koera ei ostanud, sest alates 1995. aastast toimusid Eesti-Soome maavõistlused juhkoertele ning nende kasutajatele. Ka olid meie algajad

koerakasutajad koos treeneritega kutsunud igasuvistele õppekogunemistele Soome.

Alates 2000. aastast on juhtkoerte koolitamist toetatud läbi Hasartmängumaksu Nõukogu (HMN) projektipõhiselt. Aastatel 2010 ja 2011/12 oleme saanud toetusi otse riigieelarvest. Alates selle aasta sügisest siirdume tagasi rahastamissüsteemi juurde HMN-i kaudu. Keskmiselt oleme sel moel jõudnud soetada ja koolitada 4 juhtkoera aastas, ka jääb Kooli kohustuseks koera tervise eest hoolitsemine kuni tema elupäevade lõpuni. Toetust oleme saanud veel Avatud Eesti Fondilt, Swedbank`ilt, Eesti Lions klubidelt (Tartu, Pärnu, Tallinn), Forum Cinemas kinoketilt, poeketilt Pro Optika ning paljudelt teistelt juriidilistelt ja eraannetajatelt. Toetajate ja annetajate olemasolu on äärmiselt vajalik, sest teadupärast peaks projektipõhiselt



soetatud abivahendi omaosalus olema 10–20% abivahendi maksumusest. Kuna vaegnägijatel sellist raha pole, on nad saanud koerad kasutusse tasuta ning omaosalus on kaetud eelpool nimetatud abistajate vahenditest. Lisaks on toetused võimaldanud anda treeneritele ja vabatahtlikele abistajatele (sujundajad) lisakoolitusi ning viia läbi üritusi koostöös Eesti Juhtkoerte Kasutajate Ühingu (asutatud aastal 2002).

Praegu töötab Koolis kaks juhtkoerte treenerit – Veronika Malm ja Maria Soonberg, kelle ülesannete hulka kuulub peale igapäevase koolitamise ka sujundajate väljaõpetamine, tulevaste juhtkoerte testimine, töötavate juhtkoerte taseme ja tervise jälgimine, vajadusel nende transport ja hoidmine. Koostöös Eesti Juhtkoerte Kasutajate Ühingu organiseeritakse tervise- ja õppepäevi ning võistlusi juhtkoertele ja nende kasutajatele.

Kuna kasutajad said juba üheksakümne date keskpaigas aru, millised eelised juhtkoer nende elukvaliteedile lisab, on tagatud piisav huviliste hulk vaegnägijate seas, kes soovivad

tulevikus juhtkoera saada. Mõnel kasutajal on juba kolmas juhtkoer.

Et edaspidi veelgi edukamalt tegutseda, oleme alustanud koolituskeskuse rajamist Tartu maakonda Tähtvere valda Kardla külla. Teeme koostööd Soome, Läti, Belgia, Inglismaa ja Saksamaa juhtkoerte koolitajatega. Praegu käib liitumisprotsess Euroopa Juhtkoerte Föderatsiooniga, mille käigus külastas meid kevadel selle organisatsiooni president Peter Farnworth. 2013. aastal plaanib Kool liituda ka ülemaailmse juhtkoerte koolide katusorganisatsiooniga – Rahvusvahelise Juhtkoerte Föderatsiooniga, kelle välja töötatud standardite järgi me ka Eestis juhtkoeri koolitame. Selleks et selgemini tajuda tulevikusihte, on koostatud põhjalik arengukava aastani 2015. Eesti tasandil on oluline saavutada ühine tulevikukäsitus sotsiaalministeeriumiga, sest siiani on piisavalt palju lahtisi otsi ja teadmatus tuleviku suhtes. Kindlasti ei kao vajadus juhtkoerte järele ka tulevikus, sest vaatamata üha arenevale tehnika- ja elektroonikamaailmale, on juhtkoeral hulk omadusi, mida asendada ei saa.



KES ON JUHTKOER?

Juhtkoer on nägemispuudega inimese rehabilitatsioonivahend.

Nägemispuudega inimesele on suureks probleemiks turvaline ja eksimatu liikumine väljaspool kodu. Nägijast inimesest sõltumise vältimiseks tuleb pimedal inimesel õppida iseseisvalt liikuma ja orienteeruma. Liikumisel on tema klassikaliseks abivahendiks valge kepp. Teine väga tõhus abiline on juhtkoer, kellel peale juhtimisülesannete on vaegnägija elus täita veel mitu teistki rolli.

Juhtkoer on eriettevalmistuse saanud sõbraliku loomuga tasakaalukas töökoer, kes oskab pimedat inimest marsruutidel õigesti ja ohutult juhtida. Täites jalakäijate liikluseeskirju ja viies inimese mööda kõikidest takistustest, juhib ta vaegnägija turvaliselt sihtkohta. Saates oma peremeest väga erinevates paikades, käitub ta igal pool väärikalt ja distsiplineeritult, oodates vajadusel rahulikult mitu tundi.

Kuidas juhtkoera ära tunda?

Tööl ja treeningul kannab juhtkoer rakmeid. Rakmed on enamasti varustatud helkurite ja vastavate märkidega. Kuna juhtkoer lihtsustab nägemispuudega inimesel liikumist, on juhtkoeral avalikus ruumis **õigusi**, mis teistel koertel puuduvad.



Foto: Natalja Stankevits-Melnikova



Foto: Natalja Stankevits-Melnikova

PALUME TÖÖTAVAD JA TREENIVAD JUHTKOERI MITTE SEGADA!

Palume mitte unustada, et juhtkoer teeb tööd. Seetõttu ei tohiks temaga suhelda, mängida, teda silitada või toita. Kui selleks on väga suur soov või tungiv vajadus, küsida kindlasti enne luba pimedada või treeneri käest.

Põhjalikumalt on võimalik kogu eelpool toodud infoga tutvuda meie kodulehel <http://www.juhtkoer.ee/>.

Külaskäik Eestisse



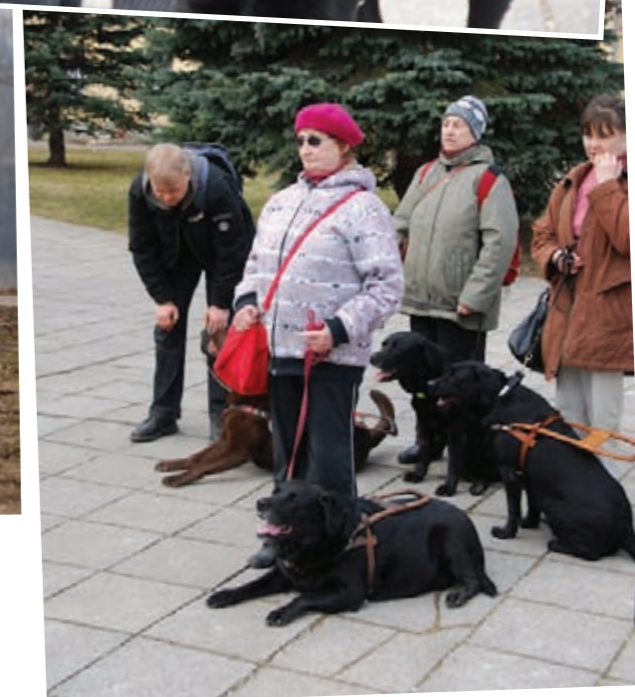
Peter Farnworth
Euroopa Juhtkoerte Föderatsiooni president

Juhtkoerad parandavad tuhandete nägemispuudega inimeste toimetulekut ja elukvaliteeti kõikjal Euroopas. Viies kokku juhtkoerte kasutajad, teenuse osutajad ja toetajad, on Euroopa Juhtkoerte Föderatsiooni ülesandeks nende inimeste huvide kaitse ning parema teenuse pakkumine, samal ajal arvestades teenuse kasutajate õigustega.

Eestlased üldiselt tunnustavad ja tervitavad juhtkoerte tööd ning saavad hästi aru, millise vabaduse ja iseseisvuse juhtkoer oma kasutajale annab. Eestis on arvestatav juhtkoerte kasutajate hulk, kuid tahaksin näha veelgi rohkem kasutajaid.

Kui küsida, kuidas minu juhtkoer mind aidata oskab, selgitan inimestele arusaadavalt, kuidas mu koer sammub sirget joont pidi, peatub äärekivide juures ning ootab juhtnõure enne mingi takistuse ületamist, muudab suunda või pöördub tulnud teed tagasi, samal

ajal kogu aeg jälgides, et midagi ei jääks mulle näiteks näo kõrgusele ette. Kuid juhtkoera omamine tähendab palju enam kui eelpool toodu. Juhtkoer on kaaslaseks 24 tundi ööpäevas 7 päeva nädalas, lähedane pereliige ja sõber. Minu juhtkoer on minu iseseisvuse võti ning ma ei lakka iialgi selgitamast, miks on vajalik selle tähtsa teenuse olemasolu kõigis liikmesriikides, ehkki kahjuks pole olemas ühtset Euroopa standardit juhtkoerte tööks ning koolitamiseks. Sellepärast ongi Euroopa Juhtkoerte Föderatsioonil soov teha tihedat koostööd Eesti Juht- ja Abikoerte Sihtasutusega ning ärgitada ja aidata neid saada Rahvusvahelise Juhtkoerte Föderatsiooni liikmeks, kuna see organisatsioon koostab standardeid kogu maailma jaoks. Keegi ei eelda, et Eesti peaks üksi toime tulema kõigi väljakutsetega, et garanteerida pimedatele ja osalise nägemisega inimestele võimalus vabalt ringi liikuda, nagu sätestab Euroopa Inimõiguste Konventioon. Sellepärast soovibki Euroopa Juhtkoerte Föderatsioon seista õlg õla kõrval Eesti Juht- ja Abikoerte Sihtasutusega, et leida lahendusi järjest enamate inimeste jaoks.



Liikumine on elu alus

Signe Falkenberg
Eesti Invaspordi Liit, peasekretär

Inimese elukvaliteedi ja tervise määrab suures osas kehaline aktiivsus. Puudega inimesed ei jää sellest kõrvale, liikumine ja spordiharrastus on tähtis ka neile.

Kui elus on kaotatud midagi olulist – on tekkinud puue –, siis ometigi on alles muud inimlikud omadused: unistused, saavutusvajadus, enesemääramine ja palju muud. Sport ja liikumisharrastus on üks võti, kuidas oma elu rajale tagasi sättida. Spordi kaudu on või-

malik ennast taaskehtestada, rahuldada nii inimlikku saavutusvajadust, kogeda erinevaid emotsioone kui kuuluda gruppi.

Mis on Eesti Invaspordi Liit?

Eesti Invaspordi Liit (EIL) tegeleb liikumispuudega inimeste spordiga, olles koos Eesti pimedate, kurtide ja vaimupuudega inimeste spordiliitudega seadnud omale eesmärgiks korraldada puuetega inimeste spordielu Eesti vabariigis.

Kõikide spordiliitude põhikiri sätestab oma tegevusena spordiharrastuse ja võistlusspordi propageerimise, korraldamise ja organisee-

rimise, vabariiklike võistluste korraldamise, spordidelegatsioonide ettevalmistamise ja viimise rahvusvahelistele võistlustele.

EIL on tegutsenud üle 20 aasta, liikumispuudega inimeste spordiga Eestis on tegeletud juba 30 aastat. Pimedate ja kurtide sporditegevuse algus ulatub aga veel kaugemate aastate taha.

Liikumispuudega inimesed alustasid oma sportimist autospordiga, kui ühingu Autom juurde moodustati käsiseadesõidukite seksioon ja algasid esimesed vigursõidu-, mäkketõusu- ja slaalomivõistlused. Õige pea järgnesid rahvarallidki. Kokku tulnud autojuhtide seltskond tõmbas kaasa ka teisi liikumispuudega inimesi – nii korraldati kergetõustikuvõistlusi, kokkutulekutel harrastati rahvalikke spordialasid. Tänapäevaks on liikumispuudega inimesed autospordi unustanud, see-eest tegeldakse mitme muu spordialaga.

Palju erinevaid üritusi ja võistlusi

EIL korraldab spordiüritusi aasta ringi. Propageerimaks liikumisharrastust ning tutvustamiseks spordialasid liikumispuudega inimestele, korraldame spordilaagreid. Talvise mängude laagris saab võistelda lauatennisel, koroonas, males ja kabes, suvise meresportilaagris on põhirõhk aerutamisel – vastavalt ilmaoludele korraldame lühemaid ja pikemaid merematkasid. Sel aastal korraldati ka varahommikune merematk ning meresüstadega orienteerimine GPS-seadmete abil; üles tuli leida kontrollpunktid merel ning lahendada sinna peidetud ülesanded. Sama korrati maismaal – nüüd juba mööda metsi ja radasid orienteerudes. Üle 20 aasta oleme suvist spordilaagrit korraldanud Elvas. Aastate jooksul on sportlikud tegevused laagris varieerunud, kuid üks võistlus on kindlalt jäänud: see on

boccia. Pikaajaline traditsioon on rannavolle turniir, oleme lasknud vibu, korraldanud jõutõstmise ja sõudeergomeetrite võistlusi, õppinud teeraja-orienteerumist, mänginud tennist, aastaid vältab rändkarikaga autasutatav male- ja kabeturniir. Sel aastal loodame ära õppida *discgolf*'i ja mängida minigolfi, järgmisel aastal on plaanis korraldada pikemat matk ratastoolides. EIL korraldab ka vabariiklikke meistrivõistlusi, mis toimuvad kergetõustikus, males, kabes, individuaal- ja võistkondlikus *boccia*'s, laskmises, ujumises ja *bowling*'us.

Omamoodi spordialad

Liikumispuudega inimesed mängivad istevõrkpalli ja kelguhokit. Mõlemad alad võiks nimetada suure spordi väikesteks vendadeks – istevõrkpalli mängitakse väiksemal väljakul maas istudes ning ka võrk on asetatud madalamale. Kelguhokit mängitakse aga tavamõõtmel jääväljakul, istudes spetsiaalsel kelgul, millel on uisud all. Litrit käsitletakse ning kelk pannakse liikuma spetsiaalsete keppidega, mille üks pool on varustatud teravikuga. Mõlemad mängud on sportlikud ja hasartsed ning nõuavad tõsist treeningut, kuid pakuvad ka samavõrra emotsioone ja sportlastele välissõitude võimalusi. On ütlemlata uhke tunne esindada oma kodumaad, mis siis, et puudeliseks. Me oleme samavõrra tunnustust väärinud kui tervedki sportlased.

Kui tunned huvi ja soovid sportida, võta meiega ühendust!

EiLi koduleht aadressil www.eil.ee annab ülevaate liidu tegevusest ja sportimisvõimalustest.

Jälgi ka Facebookis

www.facebook.com/EestiInvaspordiLiit

ning loe blogi

<http://invaspordiliit.blogspot.com/>



Pildistatud 25. oktoobril 2009, kui Norra kelguhoki koondis käis meil mängimas. Oleme Premia jäähallis. Foto: Margus Almers

Noorte suvi algas rokiga Rabarockil



Getter Tiirik
peaspetsialist

Huvitavaid üritusi korraldatakse Eestis palju ja seda toredam on, kui osalemisvõimalust pakutakse ka Eesti Puuetega Inimeste Koja võrgustiku noortele.

Täpselt niimoodi asusime koostööd tegema MTÜ Kollane Maasikas eestvedaja Ragnar Tammelehega, kes alustuseks pakkus noortele Rabarocki külastust ning õhukitarri mängimise katsetamist. Loomulikult haarasime sellest võimalusest kinni ja 10 noort said Rabarockile. Idee sünni kohta ütleb Ragnar ise niimoodi: „Tundub, et „Onu Remuse jutud“ on mind lapsepõlves väga tugevalt mõjutanud, sest mina olen alati elanud põhimõtte järgi „nõrgemaid tuleb kaitsta ja abistada“. 2011. aasta jõulude ajal aga hakkas mind väga häirima, et Eesti inimesed leiavad „heategevuse“ üles ainult jõulude ajal ning kui muul ajal ongi mingid kampaaniad, siis on need seotud kas lastehaigla või kodutute loomadega. Sealt hakkaski mulle muret tekitama tõsiasi, et tegelikult on Eesti riigi poolt väga vähe toetatud puuetega inimesi, eriti noori. Eriti häirib mind see, et puuetega inimesi ei võeta võrdsetena, samas on puuetega inimeste seas palju andekaid. Ka peegeldab meedia ja ühiskond seda, et puuetega inimesed peaksid olema peidus ning sellega võetakse pidevalt neilt noortelt enesekindlust vähemaks. Sellest tuligi mul mõte anda puuetega noortele võimalus saada meeldejäävaid mälestusi teistmoodi sündmustest, panna kõrva taha, kuidas midagi korraldada, ja kasutada ära erinevaid võimalusi ning samas hakata koolinoortele tutvustama



Ära sai proovitud ka õhukitarri. Foto: Triin Suiste

mõtet „Kõik inimesed on väärtuslikud“. Selle mõtte esmaseks tutvustamiseks ja noortega kokkupuute saamiseks saigi peetud läbirääkimisi Rabarocki korraldajatega, et läbi Eesti Puuetega Inimeste Koja saaks piiratud arv noori tasuta üritusele. Väga loodan, et Rabarocki külastanud noortele see festival meeldis ja minu mõte saab varsti suurema tuule tiibadesse, et selliseid võimalusi tekiks veel ning jõuaks ka ühiskonnani mõte, et kõik inimesed on väärtuslikud.“

Tundub, et idee oli väärt, sest osalejad jäid rahule. Positiivse tagasiside võttis kokku Pjotr, öeldes: „Kindlasti meeldis! Kuulda häid bände laivis heas kohas ning hea seltskonnaga on alati meeldiv ettevõtmine, millest keeldumine on minu meelest suisa patt. Sai kuulda nii häid välismaiseid esinejaid kui ka Eesti hetke paremiku, mille tipuks oli Ewert & The Two Dragonsi kontsert, kuna nad ju hetkel pea ainult välismaal. Tore oli ning hea meenus suve alustusest!“

Tänu Ragnarile ja MTÜ-le Kollane Maasikas ning Rabarocki korraldajatele!

Kultuurifestival Viljandis

9.–10. juunil toimus Viljandis juba 17. korda üleriigiline puuetega inimeste kultuurifestival. 22 kollektiivi ja pea 240 esinejat üle Eesti näitasid oma laulu-, pillimängu-, tantsu- ja näitlemisoskusi. Sellel aastal osales ka uusi kollektiive, näiteks Tallinna Merimetsa tugikeskuse ansambli ja Jõhvi erivajadustega täiskasvanute näitering. Mõneaastase pausi järel astusid üles Kodijärve Kodu elanikud ja Põhja-Eesti pimedate ühingu Tallinna puhkpilliorkester. Kahel päeval nägi näitemänge, millest meeleolukamad olid Päevakeskus Vinger „Väike nõid“, Singeli meestetruupi etendatud „Vigased pruudid“ ja Invateater Karlanda lavastus „Mängi, pillimees, mängi!“. Tublisid esinejaid oli palju ning kõiki siinkohal üles lugeda ei jõua; seega jääb üle vaadata festivali meeleolukaid pilte.



