Kevad 2019

Sinuga

Eesti Puuetega Inimeste Koda

Lihtsamini ja kiiremini
erihoolekandeteenustele

Selge kõneleja 2018

MATZ TOPKIN:
„Mul on tohutu võistlustahe!“

Variraporti aasta –
tegevjuhi tagasivaade EPIKoja 2018. aastale

Erilised lapsed vajavad erilisi mänguasju

ISSN 1736-826X
9 771736 826004

Ajakiri Sinuga ilmub 1994. aastast.
EPIKoda on sõltumatu ja professionaalne puudevaldkonna poliitika ja ühiskonna arvamuse kujundaja.

Variraport jõudis ÜROsse!

Mööd unud aasta märtsi alguses tutvustasime ÜRO puuetega inimeste õiguste konventsiooni täitmise variraportit „Puuetega inimeste heaolu Eestis“. Tegemist on kahtlemata suurima ning kõige põhjalikuma uuringuga, mida EPIKoda koos oma liikmesorganisatsioonidega on koostanud. Nüüd, aasta hiljem, oleme jõudnud järgmisse olulisse etappi. 9. aprillil eelkaitsesime variraportit ÜROs, seda läbi videosilla Tallinnast. Puuetega inimeste esindusorganisatsioonide jaoks oli tegemist ajaloos esmakordse võimalusega selgitada eesti puuetega inimeste olukorda Genfis kogunevale ÜRO Puuetega inimeste õiguste komiteele. Meie delegatsioon tuli ülesandega suurepäraselt toime ning nüüd kaitsmisjärgselt ootame pikisilmi komitee soovitusi Eesti riigile puuetega inimeste olukorra parandamiseks. Millised need ettepanekud konkreetselt olema saavad, me ajakirja trükki mineku eel veel ei tea.

„Variraporti aasta“ – just nii võtab meie 2018. aasta tegemised kokku EPIKoja tegevjuht Anneli Habicht. Variraport pälvis möödunud aastal tõepoolest palju tähelepanu: uudislood ja intervjuud erinevates kanalites, sh peauudis AK uudistesaates. Variraport jõudis Riigikogu sotsiaalkomisjoni, fraktsioonidesse, lisaks tutvustasime raportit tervise- ja tööministrile Riina Sikkutile, peaminister Jüri Ratasele ning samuti oli meil võimalus materjal ulatada ka president Kersti Kaljulaidile.

Kes tunneb suuremat huvi, milline on olnud variraporti teekond Genfi, siis kõigest lähemalt juba järgnevatel lehekülgedel. Aga teemasid ja sündmusi on veel teisigi. Oma tegemisi Euroopa Patsientide Foorumi noortegrupis avab Lembe Kullamaa. Juttu tuleb puuetega inimeste hambaravist ja avame apteegireformi tagamaid. Räägime selgelt kõnelemisest ning erilistest mänguasjadest. Esile tasub tõsta kindlasti ka intervjuud parasportlase Matz Topkiniga, kellelt uurisime, kuidas teha edukalt tippsporti ning hoida motiveeritust. Motiveeritusest, positiivsest meelest ja elutahtest räägib Jakob Jõgisuu, kes jagab oma kogemust, mida tähendab võitlus silmanägemise viinud raske haigusega.

Kuid kõike ei saa ette ära rääkida. Jätame avastamisrõõmu teile!

Helen Kask, peatoimetaja

Toredat lugemist!

Sinuga

TOIMETUS
Toompuiestee 10
10137 Tallinn
Tel 661 6629

Peatoimetaja
Helen Kask
helen.kask@epikoda.ee

Väljaandja
AS Ekspress Meedia

Toimetusel on õigus kaastöid lühendada ja toimetada.

Sinuga
ilmub 2 korda aastas.

Esikaane foto:
Shutterstock

EESTI PUUETEGA INIMESTE KODA
THE ESTONIAN CHAMBER OF DISABLED PEOPLE

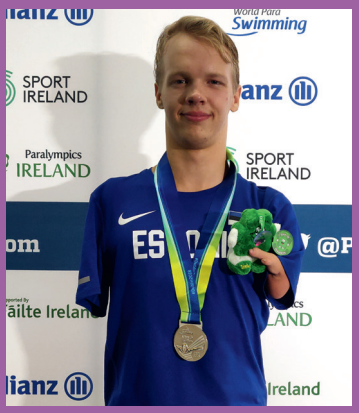
Sinuga väljaandja on
MTÜ Eesti Puuetega Inimeste Koda

Eesti Puuetega Inimeste Koda (EPIKoda) on avalikes huvides tegutsev vabaühendus ja katuseorganisatsioon 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 3 toetajaliiget. Kokku esindab EPIKoda umbes 280 organisatsiooni üle Eesti.

Rohkem infot koduleheküljelt: **www.epikoda.ee** | **facebook.com/EPIKoda/**
Uudiskirjaga liitumine **www.epikoda.ee/trykised/uudiskiri**

SISUKORD



ARVAMUS
4. Kalast, õngest ja kalapüügi õpetamisest

LUUBI ALL
5. 2019. aasta sotsiaalvaldkonnas
7. Lihtsamini ja kiiremini erihoolekandeteenustele
10. Koordineeritud hooldussüsteem abivajadusega inimestele ja nende lähedastele

PERSOON
13. Matz Topkin: „Mul on tohutu võistlustahe!“

EPIKOJA TEGEMISED
17. Variraporti aasta – tegevjuhi tagasivaade EPIKoja 2018. aastale
19. EPIKoja liikmeklubi toob välja võrgustiku sisemise sära
22. ÜRO puuetega inimeste õiguste konventsiooni variraport Genfi!

VÕRGUSTIK
25. Selge kõneleja 2018 – Eesti Vaegkuuljate Liidu keeletegu

PIIRI TAGA
27. Euroopa Patsientide Foorumi noortegrupp tegeleb noorte patsientide jõustamisega

TERVIS
29. Apteegireform muudab apteegiteenuse sisukamaks
32. Puudega inimese tasuta hambaravi eelduseks on kindlad kriteeriumid

NOORED
36. Ajukasvajaga võitlev Jakob Jõgisuu: „Negatiivsus on ummiktee!“
39. Erilised lapsed vajavad erilisi mänguasju

ÜKS PÄEV
41. Üks päev Mari Sepaga

IN MEMORIAL
43. In memoriam Auli Lõoke

Kalast, õngest ja kalapüügi õpetamisest

Monika Haukanõmm,
EPIKoja juhatuse esimees

1994. aastal särasilmselt Tartu ülikooli uksest sisenedes polnud mul mingit ettekujutust, mida otsus asuda õppima just sotsiaaltööd tegelikult tähendab ja kuidas see mind mõjutab. Väljakutse tundus huvitav ja mis peamine – uskusin, et valitud eriala on vajalik.

Usun seda siiani ja veendun aina enam, et sotsiaalkaitse on valdkond, mille olulisus ajas aina kasvab. See valdkond ei kao mitte kuhugi.

Olen lõputu optimist ning usun, et aina harvem tuleb meil ette olukordi, kus abivajaja tunneb – nagunii mind mitte keegi ei aita. Pigem on normaalsus olukord, kus abi pakutakse ilma, et seda peaks paluma, ning seda saab kiirelt ja olenemata abivajaja elukohast või majanduslikust seisust. Aga mul ei ole statistilist ülevaadet ega uurimust, et väita, nagu oleks aastatega abita jäänud inimesi vähem. Vastupidi, tundub, et rahulolematust on tunda oluliselt rohkem kui minu sotsiaaltöötaja elukutse algusaastatel. Kas me oleme teinud midagi valesti?

Neli aastat tagasi Riigikogu uksest sisenedes tundus taas kõik uus, huvitav ja oluline. Ajalugu oleks nagu kordunud. Mulle esitati tihti küsimus, mida ma tahaksin Riigikogus ära teha, et tunda pärast selle perioodi möödumist rahulolu ja tõdeda, et tegemist ei olnud ajaraiskamisega. Ja kas minust on ikka kasu ka Eestimaa puuetega inimestele?

Opositsioonis olles mõistsin hästi, et suuri muutusi ma läbi viia ei saa. Seega tegin otsuse, et minu ülesandeks on muuta riigikogu liikmete ja avalikkuse suhtumist abivajajatesse, eriti puuetega inimestesse ja eakatesse, seda läbi teema pideva tõstatamise ja teadvustamise.

Täna tagasi vaadates tundub mulle, et need 4 aastat Riigikogu ei olnud mahavisatud aeg.

Kõige enam tunnen rahulolu sellest, et 12 aastat samal tasemel seisnud puuetega laste sotsiaaltoetused tõusevad alates 2020. aastast mitmekordseks, et lõpuks saavad ka hooldekodudes elavad inimesed abivahendeid riigi soodustusega (nii nagu kodus elavad abivajajad) ja et puuetega inimeste õiguste konventsiooni järelevalve sai seadustatud. Kuid kahjuks jäi poliitilise vastuseisu tõttu muutmata diskrimineeriv võrdse kohtlemise seadus ja puudega lapsed jäid vabastamata eriarstiabi visiiditasust. Kuid enamus tööst (nagu lõputud küsimused ministritele, kõned, arupärimised ja seadusemuudatused) ei paista Riigikogu majast välja. Aga see ei tähenda, et neil poleks oma mõju. Nagu öeldakse, pidevalt puuetega inimeste teemat tõstatades ja tähelepanu juhtides (koos sihtgrupi esindajatega), saab muuta maailma, ja ka Eestit. Ja me oleme muutunud, sest mitte kunagi varem ei ole sotsiaalkaitse valdkonnast ja inimeste muredest nii palju räägitud kui praegu.

Ma olen tänulik, et sotsiaalkaitse on saanud endale patroonid nagu president Kersti Kaljulaid ja õiguskantsler Ülle Madise, kes ei jäta kunagi kasutamata võimalust juhtida oma kõnedes tähelepanu ühiskonna valupunktidele, tehes seda vahepeal ootamatult valusas aususes. 19. märtsil, rahvusvahelisel sotsiaaltöö päeval, kuulutas president välja Kultuurirahastu uue, sotsiaaltöö preemia, lisades, et ühiskonna vastupidavust ei näita see, kuidas läheb tema tippudel, ei näita ka statistilised keskmised, vaid see, kas õiglus – õigus ja võimalus väärikale ja toimetulevale elule – jõuab abivajajani.

Olen lõpmata tänulik võimaluse eest muuta Eestit koos kõigi Teiega paremaks, kohaks kus inimestele antakse kala asemel õng ning võetakse piisavalt aega, et erinevate reformide tuhinas ei unustataks õpetada iga inimest ka selle õngega kala püüdma, et õngest ikka kasu oleks. Ja just see viimane – õnge käsitlemise praktiline õpetus, võtab tihtilugu arvatust palju rohkem aega ja vahendeid, olgu tegemist siis töövõimereformiga või kaasava hariduse rakendamisega igapäevaellu. ■

2019. aasta sotsiaalvaldkonnas

Aastal 2019 toimub sotsiaalministeeriumi haldusalas mitmesuguseid uuendusi, mis puudutavad puuetega inimesi ja nende perekondi. Mida uut toob käesolev aasta?

TEKST: Helen Kask, EPIKoja peaspetsialist ILLUSTRATSIOON: Shutterstock

Mitmed uued teenused

- 1. jaanuarist alustas tööd ööpäevaringne ohvriabi kriisitelefon 116 006, mille eesmärk on anda abivajajale kohest emotsionaalset tuge ja julgustada võtma kontakti teiste abistavate süsteemidega – ohvriabi töötajaga, naiste tugikeskusega, kohaliku omavalitsusega, perearstiga.
- Perearsti nõuandetelefonilt 1220 hakkab saama isikustatud nõu. Alates 2019. aasta 1. augustist tekib nõu andval perearstil võimalus näha inimese nõusolekul ka tema terviseandmeid. Lisaks paremale nõustamisele võimaldab see saada nõuandetelefonilt tulevikus ka näiteks lühiajalist retseptipikendust juba väljakirjutatud ravimitele.
- Abivahendite kättesaadavus paraneb, et paremini toetada erivajadustega laste ja täiskasvanute iseseisvat toimetulekut ning hoida ära võimalike tervisekahjude tekkimine või süvenemine. 2019. aastast tehakse abivahendite eelarves esialgu kaheks aastaks põhimõtteline muutus (ravimite kompenseerimisega sarnane eelarve planeerimine), mis võimaldab abivahendite regulatsioonis kokkulepitud alustel tagada abivahendi igale abivajajale. Riigi toel hakkavad isiklikuks kasutamiseks mõeldud abivahendeid suuremas ulatuses saama ka hoolekandeasutustes elavad inimesed. Abivahendite korralduse muudatuse osas kirjutasime ka ajakirja eelmises numbris – uuri lähemalt!

→

Muudatused tervisevaldkonnas

- 2019. aasta sügisest on hooldekodude elanikele gripi vastu vaktsineerimine tasuta – nii üldhooldekodude kui ka erihooldekodude elanikele.
- Laienesid tasuta hambaravi võimalused füüsilise ja vaimse puudega inimestele. Tasuta hambaravi osutatakse neile puudega inimestele, kellele üldnarkoos ei ole näidustatud, kuid kes oma üldise tervisliku seisundi tõttu ei saa oma suuhügieeni eest hoolt kanda. Tasuta hambaravi võimalustest räägime põhjalikumalt ka käesolevas numbris.
- Tööle hakkab üleriigiline digiregistratuur, mis on kavas käivitada 1. juulist 2019. Üleriigilise digiregistratuuri lahendust hakkas esimesena 2019. aasta algusest kasutama Põhja-Eesti Regionaalhaigla.
- Eestist ja Soomest saab kaks esimest riiki Euroopas, kes hakkavad omavahel retseptiandmeid vahetama. Nüüd saavad Eestit külastavad soomlased osta digiretseptiga siin asuvast apteegist Soomes väljakirjutatud retseptiravimeid. Eestlaste jaoks avaneb võimalus Soomes asuvas apteegis digiretseptide realiseerimiseks 2019. aasta jooksul.

Muutusid toetused ja hüvitised lastega peredele

- Lapsetoetus esimesele lapsele tõusis 60 euroni kuus. 2019. aastast on lapsetoetus pere esimese ja teise lapse kohta 60 eurot. Alates kolmandast lapsest on lapsetoetus iga lapse eest 100 eurot kuus.
- Riik hakkab hüvitama lastele kaasaegseid insuliinipumpasid. Haigekassa tasub 90% ulatuses lastele soetatud kaasaegsete insuliinipumpade eest, mis oskavad nahaaluse sensori abil ise veresuhkrut määrata ja vajadusel insuliini süstida.

Arengud sotsiaalministeeriumi haldusalas

- 2019. aastal on töötasu alammäär 540 eurot ja toimetulekupiir 150 eurot. Esimese või ainsa leibkonnaliikme toimetulekupiir on 2019. aastal 150 eurot, igale järgnevale täisealisele liikmele 120 eurot ja igale alaealisele 180 eurot. See on summa, mis pärast eluasemekulude katmist inimesele peab kätte jääma muude kulutuste jaoks.
- 2019. aasta jaanuarist jõustusid töötervishoiu ja tööohutuse seaduse muudatused, millega kaasajastatakse töötajate tervisekontrolli korraldamist, töötajate juhendamist ja väljaõpet, esmaabi ettevõttes ning tööõnnetuste uurimist.

Allikas: sotsiaalministeerium - www.sotsiaalministeerium.ee

UUDIS

Puuetega laste toetused kasvavad 2020. aastal

Riigikogu võttis 13.02.2019 vastu seaduse eelnõu, mis tõstab 1. jaanuarist 2020 keskmise ja raske puudega lapse sotsiaaltoetuse praegusega võrreldes kahekordseks ning sügava puudega lapse toetuse kolmekordseks.

Keskmise puudega lapsele hakatakse maksma 138 eurot, raske ja sügava puudega lapsele vastavalt 161 ja 241 eurot kuus.

Lihtsamini ja kiiremini erihoolekandeteenustele

Erihoolekandeteenused on mõeldud raske, sügava või püsiva kuluga psüühikahäirega täisealistele, kes vajavad vaimse tervise tõttu juhendamist, nõustamist, kõrvalist abi, hooldust ja/või järelevalvet. Teenus võimaldab inimesel säilitada elukvaliteeti ja tulla iseseisvalt toime või arendada toimetulekut vastavalt vajadustele ja võimetele.

TEKST: Katrin Tsuiman, sotsiaalkindlustusameti erihoolekandeteenuste nõunik FOTO: Shutterstock

Mitte kõik psüühikahäirega inimesed ei vaja tingimata erihoolekandeteenust. Seda on vaja juhul, kui inimesel esineb psüühikahäirest tingitud riskikäitumine või ta vajab rohkem toetust ja kõrvalabi, mida ei saa katta teiste sotsiaalhoolekandeteenustega.

Alates 01.04.2019 jõustus sotsiaalhoolekande seaduse muudatus, mis võimaldab raske, sügava või püsiva kuluga psüühikahäirega täisealisel inimesel

→

"Hindamise käigus selgub, kui palju vajab inimene erinevates eluvaldkondades tuge.

saada erihoolekandeteenuseid, pöördudes otse sotsiaalkindlustusameti juhtumikorraldaja poole. Muudatuste eesmärgiks on lühendada ja lihtsustada erihoolekandeteenuste saamise teekonda. Enam ei tule erihoolekandeteenuse saamiseks esitada selliseid lisadokumente nagu rehabilitatsiooniplaan või psühhiaatri hinnang. Erihoolekandeteenuse ja inimese toetusvajaduse hindamist ning inimese nõustamist olemasolevatest teenustest ja muust abist viivad alates 01.04.2019 läbi sotsiaalkindlustusameti juhtumikorraldajad. Varem võis teenuse saamiseks vajalike dokumentide kogumine kesta 3–4 kuud. See sõltus sellest, kui kiiresti leiti aeg rehabilitatsioonimeeskonna juurde ning millal valmis rehabilitatsiooniplaan või kui ruttu saadi aeg psühhiaatri vastuvõtule. Nüüd teeb juhtumikorraldaja teenuse saamise otsuse 40 tööpäeva jooksul.

Milleks selline muudatus vajalik on?

Muudatus toetub ajavahemikus 2016–2017 sotsiaalministeeriumi poolt erihoolekandeteenuste ja teenusesüsteemi arendamise ning ümberkujundamise käigus teenusedisaini protsessis tehtud ettepanekutele. Sellesse protsessi olid kaasatud teenusekasutajate esindajad, teenuseosutajad ja valdkonna eksperdid. Üheks ettepanekuks oli üle minna teenuse rahastaja poolt tehtavale inimese toetus- ja abivajaduse hindamisele.

Samuti on Eesti Psühhiaatrite Selts esitanud seisukoha, et inimese erihoolekandeteenuse vajaduse ja muus mõttes sotsiaalhoolekandeliste abimeetmete suhtes hinnangu koostamine ei ole psühhiaatrite pädevuses, vaid sellekohase hinnangu ja otsuse saab teha sotsiaalvaldkonna spetsialist. Lisaks näitas 2016. aastal tehtud täisealiste isikute rehabilitatsiooniplaanide analüüs, et 88%-l uuritud rehabilitatsiooniplaanidest ei olnud võimalik aru saada, miks suunatakse inimene ööpäevaringsele erihoolekandeteenusele, ei olnud kaalutud teisi teenuste kombinatsioone, kus inimene saaks veel iseseisvalt koduses keskkonnas toime tulla.

Analüüsi tulemusena tehti ettepanek võimaldada psüühikahäirega inimestel saada ööpäevaringset erihoolekandeteenust ilma rehabilitatsiooniplaanita. Ühe probleemina toodi välja, et rehabilitatsioonimeeskond hindab inimese ööpäevaringse erihooldusteenuse vajadust tavaliselt kokku tulnud komisjoni vormis, kus meeskonnaliikmete teadlikkus sotsiaalhoolekandesüsteemi, sh erihoolekandesüsteemi olemusest ja võimalustest on vähene. Samuti pole harvad juhud, kus rehabilitatsiooniplaan koostatakse vaid selleks, et kinnitada inimese õigust saada erihoolekandeteenust. Väljaspool rehabilitatsioonimeeskonda tehtud teenusevajaduse hindamiste tulemused näitavad, et inimese toimetuleku ja tegevusvõime hindamist ning sellele vastavat sotsiaalhoolekande abimeedet on võimalik tuvastada ka SKA juhtumikorraldaja või kogemustega teenuseosutaja meeskonna hinnangute alusel. Sobiva sotsiaalhoolekande abimeetme valikuks ei ole rehabilitatsioonimeeskonna koostatav rehabilitatsiooniplaan vajalik.

Juhtumikorraldaja poolt kasutatakse toetusvajaduse hindamisel hindamisvahendit, mis on disainitud ja välja töötatud erihoolekandesüsteemi arendamisel. Hindamisel tuginetakse teenust taotleva inimese kohta riiklikes andmebaasides olevale informatsioonile. Inimese toetusvajadust hinnatakse seitsmes eluvaldkonnas, mis on olulised elukvaliteedi tagamisel: sotsiaalsed suhted, vaimne tervis, füüsiline tervis, hõive ja õppimine, vaba aeg ja huvitegevus, elukeskkond ning igapäevaelu toimingud. Teenuse vajaduse väljaselgitamisel kaasatakse alati inimest ennast, tema lähedasi ning teisi olulisi võrgustikuliikmeid. Enne inimese intervjueerimist vaadatakse üle kogu juhtumikorraldajale kättesaadav informatsioon inimese tegevusvõime kohta, mis on seotud hindamise teemade ja eluvaldkondadega. Selline info võib olla haridussüsteemis tehtud individuaalne arengukaart, teenuseosutajate kokkuvõtted ja hinnangud, töövõimehindamise hinnangud, varasemad rehabilitatsiooniplaanid, puude taotlemisel esitatud hinnangud, lubatud terviseinfosüsteemi andmed diagnoosi kohta. Samuti suheldakse omavalitsusega ja uuritakse varasema teenuste kasutamise kohta. Olemasolevat infot täiendatakse hindamise käigus otse inimeselt ja/või tema lähedastelt saadud informatsiooniga hetkeolukorra kohta.

Hindamise käigus selgub, kui palju vajab inimene erinevates eluvaldkondades tuge. Näiteks võib inimene vajada enesehooldustegevustes meelde tuletamist ja juhendamist, kuid asjaajamistel ametiasutustes ja eelarve planeerimisel teise inimese poolt tegevuste ülevõtmist või isegi eestkostet. Tuginedes kogutud andmetele, saab juhtumikorralda-

ja otsustada, kas inimese toimetuleku tagamiseks on vajalikud just erihoolekandeteenused või saab abi tagada teiste sotsiaalhoolekande abimeetmetega. Sellisel juhul seostab juhtumikorraldaja inimese teiste sotsiaalhoolekande organisatsioonide või kohaliku omavalitsusega, kes saavad inimesele pakkuda vajalikku abimeedet. Ühtlasi teavitab juhtumikorraldaja kohalikku omavalitsust sotsiaalhoolekande abi vajavast inimest. Toetusvajaduse hindamisel kogutud informatsiooni edastab juhtumikorraldaja teenuseosutajale. Sellele tuginedes planeerib teenuseosutaja inimesele esmased tegevused ja koostab personaalse tegevusplaani.

Erihoolekandeteenustel inimest juhendatakse, toetatakse ja abistatakse, et ta tuleks toime igapäevaelus vajalike tegevustega ja ühiskonnaelus osalemisega. Inimene osaleb teenusel olles vastavalt oma võimetele ise maksimaalselt teenuse tegevustes. Erihoolekandeteenustena on võimalik saada toetavaid teenuseid oma kodus. Suurema kõrvalabi vajaduse puhul pakutakse teenuseosutaja eluruumides ööpäevaringseid teenuseid.

Mida see muudatus tähendab inimesele, kes:

- **on enne 01.04.2019 taotlenud teenust ja on teenuse ootel järjekorras?**

Inimene, kellele on väljastatud järjekorra teade ja kes on varem teenuse saamiseks esitanud rehabilitatsiooniplaani või psühhiaatri hinnangu, on endiselt varasema otsuse alusel erihoolekandeteenuste järjekorras. Kui järjekorrateates nimetatud teenusele vabaneb teenuskoht ja inimene asub teenusele, viib juhtumikorraldaja läbi toetusvajaduse hindamise. Kõikide järjekorras ootel olevate inimeste toetusvajaduse hindamise protsess viiakse läbi hiljemalt 31.03.2022.

- **on enne 01.04.2019 taotlenud teenust, ta on järjekorras, teenusele veel ei soovita minna, kuid rehabilitatsiooni plaani kehtivus lõpeb järjekorras olemise ajal?**

Järjekorras olemiseks ja edasiseks teenuse saamiseks ei ole vaja minna uut rehabilitatsiooniplaani tegema. Juhtumikorraldaja viib järjekorras olevate inimeste suhtes läbi toetusvajaduse hindamise hiljemalt 31.03.2022. Teenuse vajaduse olemasolul jääb inimene edasi teenuse järjekorda.

- **kasutab täna erihoolekandeteenust ja tema suunamisotsus lõpeb pärast 01.04.2019.**

Ka blankett muutus lihtsamaks!

Alates 01.04.2019 muutus ka erihoolekandeteenuse taotluse blankett lihtsamaks ja lühemaks. Inimene esitab sotsiaalkindlustusametile lihtsalt erihoolekandeteenuse taotluse. Milline erihoolekandeteenuse liik on inimese vajadustele sobivaim, selgub toetusvajaduse hindamise protsessi käigus.
Erihoolekandeteenust saab taotleda:

- sotsiaalkindlustusameti klienditeeninduses või juhtumikorraldaja juures (aeg tuleb eelnevalt kokku leppida);
- elektroonselt iseteeninduspordaalis eesti.ee või e-posti teel aadressil info@sotsiaalkindlustusamet.ee
- kirjalikult posti teel.

Uus teenuse taotluse blankett on kättesaadav sotsiaalkindlustusameti kodulehelt.

Täpsemat infot toetusvajaduse hindamise ja erihoolekandeteenustele saamise kohta edastavad sotsiaalkindlustusameti piirkondlikud juhtumikorraldajad, kelle teenuspiirkonnad ja kontaktandmed leiab sotsiaalkindlustusameti kodulehelt.

Inimene saab olla teenusel suunamisotsusesnimetatud teenuseosutaja juures kuni suunamisotsuses nimetatud ajani. Teenuseosutajal tuleb kolm kuud enne teenuse lõppemist koostada hinnang teenuse jätkumise vajaduse kohta ning saata see sotsiaalkindlustusametile. Kui inimese ja teenuseosutaja hinnangul on vajalik teenuse osutamist jätkata, esitab inimene SKA-le uue taotluse erihoolekandeteenuse saamiseks. SKA juhtumikorraldaja viib läbi toetusvajaduse hindamise protsessi ning kui teenus osutub jätkuvalt vajalikuks, väljastab uue suunamisotsuse ja inimene saab jätkata teenuse kasutamist. Kui inimese abivajadus on muutunud ja temale vajalikku abi saab pakkuda teiste sotsiaalhoolekande teenustega, siis nõustab ja toetab juhtumikorraldaja inimest (vajadusel ka suhtlemisel kohaliku omavalitsusega), et asjakohane abi oleks inimesele tagatud.

Koordineeritud hooldussüsteem abivajadusega inimestele ja nende lähedastele

Hoolduskoormuse rakkerühma töö koos omastehooldajate ja puudega inimeste esindajatega, aga ka muude viimaste aastate arendusprojektide arutelud on näidanud, et tervishoiu- ja sotsiaalhoolekandesüsteemid ei toimi alati tervikliku protsessina. Inimese vaatepunktist on süsteem ka keeruline ja tihti ebaefektiivne.

TEKST: Gerli Aavik, sotsiaalministeeriumi hoolekande osakonna nõunik FOTO: Shutterstock

Seetõttu ei ole harvad juhused, kus koordineeriv roll ja abi leidmise kohustus jääb abivajadusega inimese ja tema lähedaste õlule. Selleks, et sekkumised saaksid olla tõhusad, on oluline, et inimene saaks abivajaduse korral võimalikult vara asjakohest tuge ning erinevad süsteemid töötaksid koos ühiste eesmärkide nimel.

Valdkondade parema koordineerimise ja integreerimise eesmärgil on töös mitmeid projekte ja algatusi, ent oluline on, et suure ja keerulise hooldusvajadusega inimesed ja nende lähedased saaksid terviklikumat abi juba lähiaastatel ning et astutaks konkreetseid samme just selle sihtgrupi olukorra parandamiseks. Seetõttu otsustas Vabariigi Valitsus 2017. aasta lõpus rahastada esmatasandi hoolduse koordinatsiooni mudeli väljaarendamist ja piloteerimist. Koordinatsioonimudeli peamine eesmärk on vähendada hooldusvajadusega inimeste ja nende lähedaste koormust asjaajamisel, pakkuda abivajadusega inimestele asjakohast abi võimalikult vara (sh pikendades seeläbi kodus toimetuleku aega) ning koguda senisest paremini infot süsteemsete kitsaskohtade kohta (nt puuduvad teenuskohad, järjekorrad teenustele, regionaalsed erisused praktikates jne). Koordinatsioonimudeliga paralleelselt tegeletakse ka pikaajalise hoolduse ja erivajadusega inimeste toetamise üldise raami kaasajastamisega, et ka teenuste korraldus muutuks loogilisemaks, tee-

nusmahud kasvaksid ja inimeste omaosalus oleks paremini kooskõlas inimeste võimalustega.

Hoolduskoordinatsiooni mudeli piloteerimine toimub kuues Eesti piirkonnas – Haabersti linnaosa Tallinnas, Tartu, Tori, Rakvere, Saaremaa koos Muhu ja Ruhnuga ning Tõrva koos Valga ja Otepääga. Projekti raames loodi piirkondadesse hoolduskoordinaatori ametikohad, kelle peamine roll on olla sillaks esmatasandi juhtumikorraldajate (KOV sotsiaaltöötaja ja perearsti) vahel ning korraldada inimesele asjakohane tugi seal, kus abivajadust märgatakse. Selleks hinnatakse kontakthindamise abil, millistest süsteemidest inimene abi vajab, koostatakse inimesele valdkondadeülene teenuste plaan ning tehakse hoolduskoordinaatori juhtimisel kokkulepped inimese toetamiseks vajalike osapooltega, tagamaks, et inimene jõuab talle vajalike teenusteni. Oluline on siinkohal see, et hoolduskoordinaator ei anna lihtsalt soovitusi, vaid vajadusel lepib teiste osapooltega kokku kohtumiste ajad ning jälgib ka seda, et tehtud kokkuleppeid täidetakse ning abivajav inimene jõuab reaalselt talle vajalikule teenusele. Pilootprojektis asub hoolduskoordinaator olenevalt piirkonnast esmatasandi tervishoiukeskuses (perearsti juures) või kohaliku omavalitsuse juures ning mõlemal juhul on tema roll tervikliku abi koordineerimine.

"Koordinatsioonimudeli peamine eesmärk on vähendada hooldusvajadusega inimeste ja nende lähedaste koormust asjaajamisel ning pakkuda abivajadusega inimestele asjakohast abi võimalikult vara.

Kuidas on pilootprojekt seni läinud?

Pilootprojekt käivitus kõigis kuues piirkonnas 2018. aasta augustis. August-september olid

→

"Hoolduskoordinaator ei anna lihtsalt soovitusi, vaid vajadusel lepib teiste osapooltega kokku kohtumiste ajad ning jälgib ka seda, et tehtud kokkuleppeid täidetakse.

koordinaatorite jaoks eelkõige sisseelamise kuud – tutvuti oma piirkonna teenuste korralduse ja võimalustega, osaleti koolitusprogrammis ning loodi suhteid piirkonnas tegutsevate osapooltega. Aktiivsem klienditöö algas 2018. aasta oktoobris. Projekti esimese poolaasta jooksul liitus projektiga 105 inimest. Kõige suurem osa projekti klientidest olid eakad inimesed, kes vajasid tuge vajaliku abi saamisel, et tulla pikemalt toime kodustes oludes. Enamasti märkasid kompleksse abi vajadust kohaliku omavalitsuse sotsiaaltöötaja, perearst või abivajadusega inimese lähedased, kes võtsid ühendust hoolduskoordinaatoriga, kes seejärel korraldas vajalikud hindamised ja viis inimese kokku asjakohaste osapooltega teenuste saamiseks.

Pilootprojekti kogemus on näidanud, et enamasti on mõistlik esmane kohtumine inimese ja hoolduskoordinaatori vahel teha inimese kodus – nii on võimalik näha inimese toimetulekut tema igapäevases keskkonnas. Pilootprojekti kliendid vajasid enamasti kontakthindamise järgselt kahte kuni nelja täiendavat hindamist (nt spetsiifilised hindamised konkreetse teenuse saamiseks), ent väga keeruliste juhtude puhul võis erinevaid hindamisi vaja olla koguni kuus. Erinevate hindamiste hulk on näidanud ilmekalt, et keerulise abivajaduse puhul võib olla vajalik suhelda väga paljude osapooltega – hoolduskoordinaator saab siin olla abiline, kes kõiki osapooli ühises infoväljas hoiab.

Kõige sagedamini vajasid projektis osalevad inimesed korraga kolme teenust, millest tavaliselt üks oli tervishoiuteenus (nt koduõendus) ja kaks sotsiaalhoolekandeteenused (nt koduteenus, sotsiaaltransport, abivahendi nõustamine vms). Hoolduskoordinaatori peamisteks koostööpartneriteks on olnud kohaliku omavalitsuse sotsiaaltöötajad, perearstid ja -õed, pereliikmed ning sotsiaal- ja tervishoiuteenuse osutajad. Mitmetel juhtudel on koostöö toimunud ka sotsiaalkindlustusameti või töötukassa juhtumikorraldajate, haigla sotsiaaltöötajaga, eriarstide, naabrite/tuttavatega. Üldiselt on ühe juhtumi lahendamiseks võrgustikku kuulunud kolm kuni viis, väga keeruliste juhtude puhul aga ka kuni 10 osapoolt.

Senise kogemuse järgi on näha, et keerulise hooldusvajaduse puhul võivad inimesed vajada tuge väga erinevatelt osapooltelt ning süsteemid toimivad tihti erinevatel põhimõtetel, mis võib muuta asjakohase abi saamise keeruliseks ja ajakulukaks. Hoolduskoordinaator saab olla abivajadusega inimestele ja tema lähedastele selles protsessis oluliseks toeks. Mõnedes Eesti piirkondades täidab juba praegu sarnast tervikjuhtumi lahendaja rolli kohaliku omavalitsuse sotsiaaltöötaja või mõni teenusepakkujatest, ent enamasti puuduvad osapoolte vahel siiski süsteemsed kokkulepped ja selliselt võib keerulisema abivajaduse puhul jääda koostöö juhuslikuks. Samuti ei ole süsteemis juba töötavatel osapooltel enamasti ajalist ressurssi regulaarselt terviklikku teenuste plaani monitoorida ning aeg-ajalt veenduda, et korraldatud teenused ja toetused on endiselt asjakohased. Praktikas tähendab see, et abi leidmise koormus võib ikkagi jääda suuresti abivajadusega inimeste ja nende lähedaste kanda. Lisaks on oluline, et terviklik ja koordineeritud tugi oleks abivajajatele sarnaselt kättesaadav kõikides Eesti piirkondades.

Mis saab edasi?

Praegune pilootprojekt kestab 2019. aasta juulikuu lõpuni, ent paralleelselt pilootprojektiga toimub eksperttöögrupis töö üle riigi rakendatava mudeli väljaarendamiseks. Selleks analüüsitakse ja kirjeldatakse võimalikud alternatiivsed lahendused ning tehakse ettepanekud, millise mudeliga üle-eestiliselt edasi minna. Ekspertgrupis kaardistatakse muu hulgas koordinatsioonimudeli ülesanded ning osapoolte (eriti hoolduskoordinaatori) vajalikud kompetentsid, koordinatsioonimudeli piirkondlik jaotus ja piirkondade omavaheline koostöö, andmevahetuse parandamisega seotud küsimused, koordinatsioonimudeli võimalik rahastamisskeem, erinevate lahenduskäikude kulud ja tulud jne. Töögrupi eesmärk on 2019. aasta lõpuks ette valmistada riikliku mudeli kirjeldus ja rakendusplaan, mida seejärel esitleda Vabariigi Valitsusele arutamiseks. Kõik, kes soovivad mudeli loomisel kaasa mõelda ja rääkida, on oodatud seda tegema Eesti Puuetega Inimeste Koja kaudu. ■

MATZ TOPKIN:
„Mul on tohutu võistlustahe!“

Matz Topkin on paraujuja, kel kaelas Euroopa meistrivõistluste hõbemedal ning järgmiseks sihiks 2020. aastal toimuvad paraolümpiamängud Tokyos.

TEKST: Maarja-Liis Mölder, ajakirja Sinuga kaasautor FOTOD: Brenda Tilk

Matz oli alles paarinädalane, kui ema viis ta juba ujuma. Vaatamata sellele, et laps sündis ilma käteta ja ühe terve jalaga, tahtis ema, et poiss natuke liigutaks ning õpiks keha õigesti tunnetama. Eesmärgid on aga järjest kasvanud ja täna teeb Eesti paraujumise tipp trenni 6 korda nädalas, paar-kolm tundi päevas.

Olümpiani on veidi üle aasta, kas väike ärevus on sees ka juba?

Ei ole väga, ausalt öeldes. Ma olen nii kaua sporti teinud ja võistlemas käinud, et ma enam-vähem oskan seda ärevust all hoida.

Kui palju tegema peab, et olümpianorme täita?

Need on ikka päris kõrged. Ma võin nüüd eksida, aga sisuliselt, et pääseda Tokyosse, pead sa olema samal tasemel, kus Rios (eelmistel mängudel) olid parimad kaheksa või midagi sellist.

Mäletad mingit esimest suuremat võistlust, kus sa adusid, et tahad tõsisemalt pühenduda?

2014 käisin ma oma esimestel tiitlivõistlustel Euroopa meistrivõistlustel ja kuna ma olin nii noor ja kogenematu, siis võin julgelt öelda, et see läks nagu täiesti käkki. Peale seda oli loomulikult paar sellist raskemat kuud, kus ma isegi ei käinud väga trennis, sest olin pettunud endas. Aga siis natuke aega hiljem läksin tagasi, hakkasin jälle tõsisemalt tegelema, ja 2015 õnnestus mul juba palju paremini.

Nii et Sind võib pidada heaks kaotajaks, kuna pingutasid ikkagi edasi pärast esimese tiitlivõistluse kaotust?

See on kahe otsaga asi. Kohati ütleks, et ma olen väga halb kaotaja, ma ei aktsepteeri kaotust. Samas, ma arvan, et sellel, kuidas mul 5–6 aastat tagasi läks, on pikemas perspektiivis väga positiivne mõju olnud. Ilma selle läbikukkumiseta ma ilmselt ei oleks nii tugev. Nüüd ma tean, mis tunne on nii suurelt põruda ja seda ma enam ei taha (naerab).

Miks sport sinu jaoks oluline on?

Mul on terve elu tohutu võistlejahing olnud. Tõenäoliselt tuleb see sellest, et mul on väga suur pere, palju õdesid-vendi, ja ma tahan igas asjas olla kõige parem. Ja mitte ainult võrreldes teistega, vaid tahan ületada ka iseennast.

Siis loomulikult ka see, et saan olla füüsiliselt heas vormis. Hakkasin enne tõsisemalt tegelemist paksuks minema, vorm läks kehvaks ja seetõttu ka tervis halvenes. See, et ma nii aktiivselt trenni teen, aitab kindlasti terve püsida.

Kindlasti motiveerib ka see, et kui võistlused toimuvad kuskil lahedas kohas, siis saab välismaad näha.

Mis on seni kõige ägedam koht olnud?

2017 käisin Mehhikos maailmameistrivõistlustel, see oli päris lahe, ma polnud nii kaugele veel sattunud. Just praegu tulin Araabiast. Inimesed olid lahedad seal. Mul olid omad ettekujutused või eelarvamused sellest suurest moslemi kultuurist, aga tegelikult oli väga lahe. Juba nende suursugune arhitektuur oli Eestist nii teistmoodi ja mošeedest lasti iga paari tunni tagant palvelaule. Avardas silmaringi.

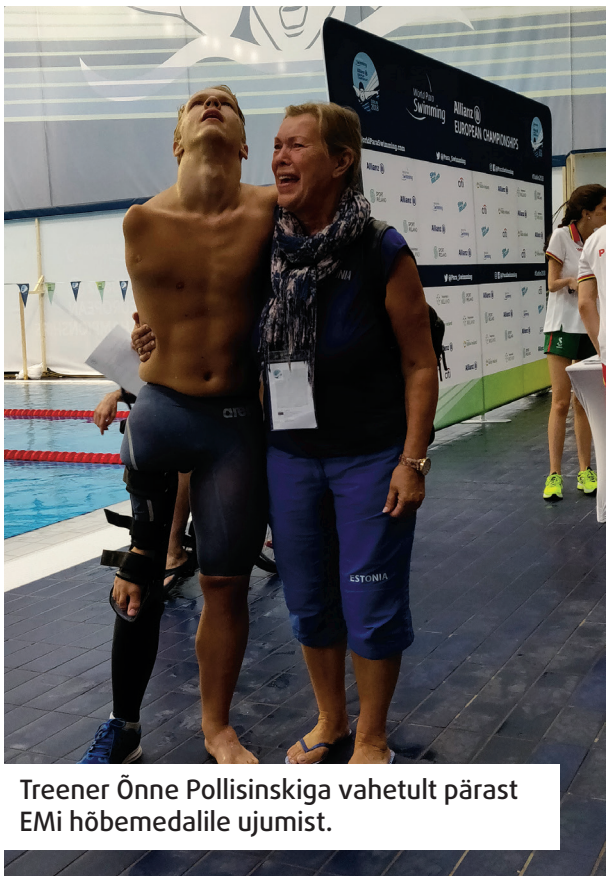
Aga kui rääkida veidi üldisemalt, miks erivajadustega inimesed võiksid sporti teha?

Ma ütleks isegi veel laiemalt, et kõigile on sport oluline. Kui su keha on terve, siis ei tule ka haigused nii kiiresti ligi. Ma olen selle vanasõna tohutu fänn, et terves kehas terve vaim. Ka mõttemaailm töötab palju paremini, kui on mingisugune viis ennast liigutada või nagu füüsiliselt välja elada.

Millele sa suurvõistlustel ujudes mõtled?

Ujumise ajal ma ei mõtlegi. (Naerab.) Pea tõmbab täiesti tühjaks. Ma olen kõik need liigutused ja

Dublin 2018. Hõbe.



Treener Õnne Pollisinskiga vahetult pärast EMi hõbemedalile ujumist.

ettevalmistused juba kaua aega varem ära teinud, et see parim tulemus saavutada, ja võistlusmomendis võtab instinkt ise üle.

Keda sa oma eeskujudeks pead?

Niimoodi ühte konkreetset ei olegi. Ma vastavalt vajadusele võtan kõigilt, mida neil mulle anda on. Kasvõi kogenumad ja vanemad koondislased, nendelt olen kindlasti ammutanud teadmisi, kuidas trennides ja võistlustel käituda, suhtuda jms.

Milliseid raskusi Sul tippsportlasena on?

Mul on kahju, et paraspordis ei ole sportlasepalka, samas kui näiteks Kelly Sildaru saab tohutuid summasid. Kui inimene on tipus ja tahab seal püsida, siis on järjest keerulisem midagi selle kõrvalt teha, et leib lauale tuleks.

Muus osas, alati leiab mingi lahenduse. Kuna mul käsi ei ole, siis osade asjadega ma vajan natuke abi, kasvõi kui võistlustel või laagris oleme, näiteks sööklas toidu ette tõstmisel. Aga igasugu pisikeste asjadega tulen ma hästi toime, ei ole ka probleemi abi küsida ja õnneks olen ümbritsetud heast seltskonnast.

Kõik on toredad ja mõnusad ja saame koos hakkama nende poolkeeruliste asjadega. (Naerab.)

Kas oled erivajadustega noorena ka mingite ühiskonna eelarvamustega kokku puutunud?

No minu puhul on juba peale vaadates kaugelt aru saada, et midagi on viga, eks. (Naerab.)

Selles suhtes on arusaadav, et võib-olla inimene näebki esimest korda kedagi, kellel pole käsi. Ikka on ju kerge huvi, kuidas ma nüüd näiteks ukse lahti saan või midagi sellist. Ma võtan uudishimulikke pilke suhteliselt külmalt ja ei lase neil ennast häirida. Nõmeda tunde tekitab pigem see, kui väike laps tänaval küsib, kas minult või enda emalt, ja siis ema reaktsioon on: „Tasa, nii ei tohi küsida!“ Muidugi küsige.

Praegu on ju dopinguteema õhus. Kas paraspordis ka midagi sellist toimub?

Eks võistlustel võidakse ikka tulla kontrollima, aga pigem on paraspordis suuremaks probleemiks vist, et inimesed katsuvad jätta endast sandimat muljet. Inglise keeles on selle nimi *intentional misrepresentation*.

Meil nüüd otseselt mingit tõestust selle kohta ei ole, aga võistlustel vahel vaatad küll, et...

Ekspertide ees, kes puude klasse määravad, ollakse ratastoolides kohal, räägitakse, et küll see ja teine ei liigu, ja tõesti nagu jätavadki sellise mulje, et nad peaksidki olema nii-öelda väiksemas klassis.

Mis see tähendab?

Füüsilise puude klasse on ujumises kümme. Üks tähendab siis kõige nõrgemat, et sportlane liigubki näiteks ainult selili ujudes, sirgete kätega, ja jalad üldse ei löö näiteks.

Teine ekstreemsus ehk kõige lihtsam puue on 10, kus näiteks kas käelabad on kergelt moondatud ja tõmbe lõpp ei ole päris sama tugev, kui muidu oleks. Või siis, et jalg on põlvest allapoole nõrgem jne.

Ja tiitlivõistlustel on igas puudeklassis omad maailmarekordid ja omad võistlusdistantsid. Et teoorias ei pea võistlema endast väga palju tugevamatega, aga siis on jah osad sportlased, kelle suhtes tekib kohati kahtlus, kas nad on ikka ausad. See ajab suhteliselt närvi. Kas neil nagu endal ei ole häbi?

→

"Olin alles paarinädalane, kui ema mind juba ujuma viis.

"Kahju, et paraspordis ei ole sportlasepalka.

Kas oled ise midagi sellist näinud ka?

Rio paraolümpiamängudel oli konkreetselt juhtum, et üks naisterahvas tuli puki taha elektriratastooliga, siis tõusis püsti, hüppas kaks korda mõlema jalaga, võitis kulla ja tagasi ratastooli. Et see nagu kõige-kõige selgem ja ekstreemsem näide, mis jäi silma ka nendele inimestele, kes ise ei uju ja ei ole isegi ujumisega seotud.

Pärast Riot süüdistati näiteks Ukraina ujujaid, kes olid väga edukad ja võitsid seal mitmeid medaleid koondisega. Eks ma mingis mõttes saan aru ka. Kui meil Eestis on väiksed medalipreemiad ja patsutus õlale, siis teistes riikides võivad preemiad olla palju suuremad. Need ukrainlased said põhimõtteliselt oma elu kindlustatud sellega.

Jällegi, ühtegi konkreetset tõendit ei ole ja neid on mitu korda ka eksperdid üle vaadanud. Aga ikkagi.

Oled sa mõnikord mõelnud ka, et tervena oleks palju lihtsam tippspordiga tegelda?

Ma ei tea, ma olen suhteliselt enesekindel, selles osas. Sellist endas kahtlemist väga palju ei teki. Kindlasti mingit pidi oleks lihtsam tegeleda, aga samas ma arvan, et vaimselt on see pigem juurde andnud ja mu enesehinnangule hästi mõjunud, et puudele vaatamata ikkagi treenin ja võistlen.

Kes veel lisaks emale on sel teekonnal sulle kõige rohkem toeks olnud?

Kõige olulisem ongi ema. Tema alguses, kui ma ei olnud nii huvitatud sellest, ikka utsitas ja sundis mind.

Nii et on ikka selliseid n-ö trotsiaegu ka olnud?

Eks väiksel poisil ikka tekib aeg-ajalt tunne, et ei taha teha seda, mida ema ütleb. Siis tuleb teismeiga ja... Ega ta otseselt ei survestanud ka, aga niimoodi täpselt parasjagu. Nüüd viimastel aastatel ema enam nii suurt rolli ei mängi. On juba treenerid ja sõbrad, kes ikkagi nõuavad mult võrdlemisi palju ja arvan, et kasvatavad minus ka seda nälga.

"Paraujumises paistab olevat probleemiks, et inimesed teevad ennast kehvemaks.

Mida Sa peale spordi veel teed?

Hetkel teengi ainult sporti. Ma tegelikult hakkasin sügisel tervishoiukõrgkoolis terviseedendust õppima. Mulle väga meeldis, ikka veel meeldib, aga nüüd talvel tulin sealt ära, sest sügisel läks mul jalaprotees katki. Praegu kannangi kuus aastat vana "jalga", millega ma saan kõndida, aga elu sees ei ela üle neid pikki koolipäevi. Lisaks veel see, et niimoodi spordi kõrvalt oli raske leida tasakaalu, et ma jõuaks ilusti trennidesse ja samas saaks ka koolile pühenduda. Aga rääkisin erialajuhendajatega ja jõudsime kokkuleppele, et ma lähen sinna paari aasta pärast tagasi, kui see mind ikka veel huvitab.

Millest sa unistad?

Mul ei ole väga unistusi. Võtan rahulikult ja samm-sammult. See tunne, et ma Tokyo mängudele tahaksin saada, tekkis mul 2015 ja nüüd olen rahulikult selle poole küündinud. Ja kui ma Riosse ei pääsenud, siis siht Tokyosse minna oli veelgi tugevam. Sellest edasi ma nagu väga ei olegi oma pead vaevanud.

Kui palju on Tokyos sinu klassis ujujaid ja kui suur on tõenäosus, et Sa võidad?

Ujujaid on palju, aga seal on erinevad distantsid ja erinevad stiilid. Sisuliselt igal distantsil on omad tugevamad tegijad. Minu põhialal ehk 50 meetri seliliujumises olen ma hetkel vist maailma teisel kohal edetabelis.

Meie intervjuu lõpul helistabki Matzile tema treener Õnne Pollisinski ja uurib, millal poiss trenni saab tulla. Selgub, et sportlane peab veel paar päeva pausi pidama, kuna taastub tätoveeringu tegemisest.

„Mis sa teha lasid?" uurin, kui kõne lõpeb.

„Põdra," ütleb Matz.

„Oi, millest selline valik?" tunnen huvi.

„Noh, põder on metsa kuningas. Naljaga pooleks võib ju öelda, et mina olen spordikuningas," naerab ta.

Sinuga toimetus soovib spordikuningale palju edu eesmärkide täitmisel. ■

Variraporti aasta

Tegevjuhi tagasivaade EPIKoja 2018. aastale

Milline oli EPIKoja 2018. aasta? Teeme kiire tagasivaate möödunud aasta tegemistele ja suurimatele edusammudele.

TEKST: Anneli Habicht, EPIKoja tegevjuht FOTO: Erakogu

Enne kui asun välja tooma Eesti Puuetega Inimeste Koja (edaspidi EPIKoda) 2018. aasta peamisi saavutusi, ei tee paha korrata üle meie tegevuse kõige olulisemas alusdokumendis kirjapandu ehk EPIKoja põhikirjalised eesmärgid.

1. Kaitsta puuetega inimeste inim-, kodaniku-, sotsiaalseid ning majanduslikke õigusi.
2. Kaitsta oma liikmete ning liikmeskonna liikmete huvisid.
3. Olla puuetega inimeste poliitika edendamise alaseks üleriigiliseks koostöö- ning koordinatsiooniorganiks.
4. Esindada ja kaitsta Eesti puuetega inimeste huve Euroopa ja rahvusvahelisel tasandil.
5. Soodustada võimaluste võrdsustamist kõigile, vastavalt mittediskrimineerimise põhimõttele, koostöös riigi valitsemis- ja võimuorganite, kodanikeühenduste, ärisektori ning rahvusvaheliste organisatsioonide ja esindustega.
6. Osutada koolitus-, hoolekande- ja sotsiaalalaseid jt teisi teenuseid ning korraldada ühisüritusi.

Põhikirjalised eesmärgid katavad laia valdkondade spektrit ja annavad aimu EPIKoja väikese tegevmeeskonna igapäevatöö mitmekesisusest ning vastutuse suurusest. Koostöös juhatuse ja liikmetega valime igaks tegevusaastaks ka prioriteetsed suunad ning 2018. aastal olid need järgmised.

1. **ÜRO Puuetega inimeste õiguste konventsiooni (ÜRO PIK) rakendamine ja järelevalve.**
2. **ÜRO PIK variraporti esitamine ÜROle.**
3. **EPIKoja ja liikmete jätkusuutlik areng.**

Ja nüüd juba lähemalt meie peamistest saavutustest möödunud aastal

EPIKoda tähistas 2018. aasta veebruaris oma 25. tegevusaastat. Mõneti sümboolsena oli meie juubeliaasta väljapaistvaim saavutus **ÜRO puuetega inimeste õiguste konventsiooni täitmise variraporti** (edaspidi variraport) eestikeelse pika versiooni väljaandmine. Kaheaastase pingelise töö tulemusena küpsenud variraport juhib tähelepanu kitsaskohtadele konventsiooni täitmisel, toetudes praktilisele tegelikkusele Eesti puuetega inimeste elus ning annab soovitusi probleemide lahendamiseks. Raport põhineb teadus- ja tõenduspõhistel allikatel ning puuetega inimeste organisatsioonide eestvedajate intervjuudel, küsitlustel ja ekspertarvamustel.

Variraportile õnnestus saada **lai meediakajastus** – 12 uudislugu ja intervjuud eri kanalites, sh AK peauudis ja **sotsiaalkaitseministri Kaia Iva** usutlus AK otse-eetris 01.03.2018. Õnnestunud ja ühtlasi EPIKoja ajaloo esimesele pressikonverentsile järgnes variraporti esitlemine Riigikogu sotsiaalkomisjonis, fraktsioonides, uuele **tervise- ja tööministrile Riina Sikkutile** ning aasta teises pooles ka riigi kõrgeimal tasemel.

12.07.2018 kohtus EPIKoja delegatsioon **Vabariigi Presidendi Kersti Kaljulaidiga**. Kohtumisel →

Möödunud aasta novembris korraldasime konverentsi "Täiskäik edasi! Puuetega inimeste õigused paberilt pärisellu". Fotol korraldusmeeskond (vasakult): Tauno Asuja, Anneli Habicht, Monika Haukanõmm ja Helen Kask.

sõlmitud kokkuleppe kohaselt saadeti presidendi kaaskirjaga variraporti paberversioon kõigi Eesti kohalike omavalitsuste juhtidele. 08.10.2018 tutvustasime variraporti tulemusi **peaminister Jüri Ratasele**. Samas selgitasime peaministrile probleeme puuetega inimeste organisatsioonide rahastamisel. Nüüdseks oleme variraportit lühendamas ja tõlkimas, et esitada see ÜRO puuetega inimeste õiguste komiteele tähtajaks 11.02.2019.

Olulise ja kauaoodatud huvikaitse tegevuse tulemusena saavutasime **ÜRO puuetega inimeste õiguste konventsiooni täitmise järelevalve seadustamise**. Alates 01.01.2019 teostab konventsiooni järelevalvet Õiguskantsleri institutsioon, eeldatavalt tihedas koostöös EPIKoja ja meie liikmesorganisatsioonidega. Samale teemale keskendusime EPIKoja aastakonverentsil 28.11.2018 Pärnus, mille peaettekande tegi **õiguskantsler Ülle Madise**.

Möödunud aastasse jäi ka ligi kolm aastat veninud ettevõtlus- ja infotehnoloogiaministri **määruse Puudega inimeste erivajadustest tulenevad nõuded ehitisele** kehtestamine alates 03.06.2018 ehitusseadustiku rakendusaktina, mille sisusse EPIKoda koos liikmesorganisatsioonidega aktiivselt panustas.

Kokku esitasime **52 ettepanekut, arvamust ja eksperthinnangut** puuetega inimeste ja krooniliste haigete eluolu puudutavatel teemadel. Neist olulisemad (lisaks eelpool nimetatutele): a**bivahendite ja sotsiaalse rehabilitatsiooni teenuse** kättesaadavuse parandamine alates 01.01.2019, **hooldajapuhkuse** juurutamine alates 01.07.2018, **puuetega inimestele tasuta hambaravi** kättesaadavuse laiendamine alates 01.01.2019, **patsiendikindlustuse seaduse** ettevalmistamine ning ligipääsetavuse aspektide lisamine **muinsuskaitseseadusesse**.

EPIKojas aasta varem käivitatud **töövõime hindamise ja puude tuvastamise nõustamisteenus** saavutas 2018. aastal intensiivse koormuse. Teenusele pöördujate arv on kasvanud, mis tähendab, et oleme tõstnud teadlikkust teenusest, kuid veel enam on oluline, et rahulolevad kliendid on teenust agaralt edasi soovitanud. Nimelt selgus 2018. aastal läbi viidud rahuloluküsitlusest, et nii eesti- kui venekeelsed kasutajad hindavad teenuse kvaliteeti väga kõrgelt.

2018. aasta tegevustest väärib veel väljatoomist, et oleme võrreldes varasemaga aktiviseerinud **EPIKoja huvikaitse tegevusi tervishoiu valdkonnas**, asudes senisest tihedamasse koostöösse Eesti Haigekassa ja Terviseametiga ning liitudes Connected Health klastriga. Rahvusvahelisel tasandil on alates 2018. aastast EPIKojal lisaks Euroopa Patsientide Foorumi (EPF) noorte töörühmale oma esindaja ka EPF digitervise töörühmas.

Liikmesorganisatsioonide suunal käivitasime möödunud aastal SA KÜSKi toel arendusprogrammi EPIKoja sisemine sära, mille raames toimunud **uudsed liikmeklubid** on kogunud liikmesorganisatsioonidelt tunnustavat tagasisidet ning etteruttavalt saan lisada, et plaanime liikmeklubidega jätkata ka peale KÜSKi projekti lõppu.

See kõik on saanud teoks tänu pühendunud ja professionaalsele meeskonnale ning tugijõududele. Tänan teid, peaspetsialistid Helen, Meelis ja Tauno, nõustaja Kristi, raamatupidaja Anne, majaperenaine Tiiu, valvurid Ene ja Andrus, hoovikoristaja Rein ja koristaja Olga! Suur tänu ka vabatahtlikule panustajale Genadile! Soovin teile kõigile jaksu selle olulise, kuid mitte just liiga tihti eduelamusi pakkuva töö tegemiseks!

EPIKoja tegevusprogrammi 2018 rahastati SA Eesti Puuetega Inimeste Fondi vahendusel Hasartmängumaksu Nõukogu vahenditest ja toetuse summa oli 137 383 eurot. Põhikirjaliste eesmärkide saavutamist, tegevuste elluviimist ning kogumõju suurendamist toetasid lisaprojektid ja omaosalus rahalises mahus 162 681 eurot.

EPIKoja majandusaasta aruande ja sisuaruande tervikteksti saab tutvuda EPIKoja kodulehel alates 1.06.

EPIKoja liikmeklubi toob välja võrgustiku sisemise sära

EPIKoda alustas eelmise aasta sügisel liikmeklubi kohtumiste läbiviimist, eesmärgiks on pakkuda EPIKoja liikmesühingute esindajatele võimalust üksteiselt õppida ja vahetada kogemusi puuetega inimeste ühenduste eestvedamisel.

TEKST: Tauno Asuja, EPIKoja peaspetsialist FOTOD: Erakogu

Vajadus liikmeklubi kohtumiste järele koorus välja 2017. aasta mais toimunud EPIKoja võrgustiku mõttetalgutel. Toona selgus, et liikmesorganisatsioonide omavahelise kommunikatsiooni ja koostöö parandamiseks tunti puudust regulaarselt toimuvate, liikmesorganisatsioonide omavahelist suhtlust soodustavate vabamas vormis kohtumiste järele, mis võimaldaks osalejatel omavahel arutleda teemade üle, mis on →

Kolmandal liikmeklubi kohtumisel Pärnu PIKis keskenduti liikmesühingute toetamisega seotud küsimustele ning tutvustati hemofiiliahaigete väljakutseid ja takistusi.

Liikmeklubi kohtumiste avapauk anti Tallinna PIKis, kus arutleti puuetega inimeste huvikaitse teemadel ning saadi ülevaade diabeedi olemusest.

ühingute esindajate jaoks hetkel aktuaalsed ja võimaldaksid üksteiselt õppimist ja kogemuste vahetamist. Eriti tundsid taolise formaadi järele vajadust uued liikmesorganisatsioonide etteotsa valitud eestvedajad.

Kuidas liikmeklubi toimib?

Liikmeklubi kohtumised käivitusid eelmise aasta septembris, kui EPIKoda alustas Kodanikuühiskonna Sihtkapitali rahastusel projekti „EPIKoja sisemine sära" elluviimist, mille ühe tegevusena nähti ette liikmeklubi ellukutsumist.

Liikmeklubi formaadiks on 4,5 tundi kestev kohtumine, millest esimesed 3 tundi kulub mõne liikmete jaoks olulise teema käsitlemisele ja kohtumise viimases pooles saavad osalejad võimaluse oma teadlikkust suurendada konkreetse puudeliigi osas. Käsitletud teemade hulgas on arutletud nii organisatsiooni juhtimisküsimuste, liikmesühingute toetamise, huvikaitse teostamise kui ka sihtgrupile teenuste osutamise üle. Puudespetsiifilise alaliidu esindajad on kohtumistel mini-koolituse formaadis andnud seni ülevaated diabeedi, autismispektri häirete, psüühikahäirete ja hemofiilia osas ning nendega seonduvate väljakutsete ja takistuste kohta. Lisaks teema käsitlemisele pühendame aega liikmete omavahelisele suhtlusele, kontaktide loomisele ja kogemuste vahetamisele.

Liikmeklubil on oma moderaator, kes juhib vestlust ja hoiab silma peal, et enne klubi toimumist saabunud küsimused saaksid käsitletud. Liikmeklubi moderaatorid vahetuvad igal toimumise korral, see annab huvilistele turvalise õppimise võimaluse, kuidas juhtida arutelusid.

Liikmeklubi kohtumised on toimunud erinevates Eesti piirkondades ning seni on igal korral keskmiselt 15–20 huvilist kogunenud nii Tallinna, Tartu, Pärnu kui ka Ida-Virumaa Puuetega Inimeste Kodade ruumides.

"Liikmeklubi on kogunenud 4 korda, igal kohtumisel on osalenud 15-20 osalist.

Positiivne tagasiside osalejatelt

Liikmeklubi on saanud osalejatelt positiivse vastukaja ning tänu kõrgelt hinnatud formaadile on EPIKoda lisanud liikmeklubi kohtumised oma iga-aastasesse tegevusprogrammi, et tegevusega jätkata ka pärast projekti lõppu.

Liikmeklubi suurim väärtus seisneb selles, et loob osalejatele toetava keskkonna, kus saab omavahel jagada mõtteid organisatsioonide esindajatega, kes otsivad lahendusi samadele küsimustele. Väljastpoolt oma organisatsiooni saadud näited aitavad enda situatsioonidele teisiti vaadata. EPIKoja poolt vaadatuna on liikmeklubi praktiliseks väljundiks olukord, kus kohtumistel osalejad jagavad saadud teadmisi oma teiste meeskonnaliikmetega ning rakendavad need teadmised oma organisatsiooni igapäevategevustesse. Liikmeklubi loob soodsa pinnase ühingutevahelisele koostöö algatamisele ning kohtumistel saadud teadmised ja oskused on aluseks edasiste projektide ja organisatsiooni arengut tugevdavate tegevuste elluviimisel ning strateegiliste eesmärkide täitmisel. ■

Tagasiside liikmeklubi kohtumistest

Olen aastaid püüdnud leida EPNÜ-l ühisosa EPIKoja organisatsioonidega seoses puuetega või krooniliste haigete naiste huvikaitsega. Seetõttu liitusin EPIKoja liikmeklubiga, et jagada oma mõtteid ja väljakutseid, mida olen kogenud sarnast projektipõhist tööd tehes. Nii nagu teistes ühendustes, on ka EPNÜ-l sarnased olukorrad, kus väga vähe on noori, kes soovivad võtta vastustust ühe mittetulundusühingu juhtimiseks. See sarnasus mõistagi rahustab, et midagi valesti pole tehtud. Tunnetasin üsna hästi liikmeklubi kohtumistel sõbralikku küünarnukitunnet, mis andis hoogu järgnevatele tegevustele oma ühenduses. EPIKoja sisemist sära on vaja enam viia välise särani, et seda näeksid ka paljud teised inimesed.

Mare Abner,
Eesti Puuetega Naiste Ühendus

Liikmeklubi formaat tõi meeldiva üllatuse. Erinevate organisatsioonide kohtumised, tegevuste ja probleemide tutvustused ja arutelu pani kaasa mõtlema ja ka oma arvamust avaldama.
Nii mõnigi meie organisatsiooni lahendus leidis kinnitust, et ka teised teevad nii. Samas oli teisi asju, mida teiste kogemustele tuginedes võiks ka ise teistmoodi teha. Samuti tekkis tunne, et meie organisatsioonil on päris hästi ja teisalt selgus, et miski pole iseenesestmõistetav – et kõige jaoks tuleb pingutada.

Kaido Vaatemäe, Eesti Hemofiiliaühing

Väga meeldib antud formaat, sest nii on võimalik õppida paremini tundma teiste sarnaste seltside siseelu. Vahetu isiklik suhtlus on alati parem kui kirjavahetus või osalemine mõnel suurel konverentsil. Eesti on nii väike ja on väga eestlaslik, et kõik pusivad ise midagi teha. Arvan, et rohkem tuleb jagada oma rõõme ja muresid ning liikmeklubi üritused/kohtumised ongi selleks parim koht.
Olen tänulik Taunole, kes pakkus mulle võimaluse olla ühe liikmeklubi moderaator. Selline kogemus oli väga julgustav ja edasiviiv, sest algajal seltsi juhatuse liikmel pole ju väga palju võimalusi panna ennast esinejana proovile. Iga kogemus õpetab mind rohkem ennast tundma ja tänu sellele kogemusele saan hiljem pakkuda oma liikmetele paremat teenust. Liikmeklubi üritus peaks jääma regulaarseks ürituseks, sest iga järgnev päev toob seltsidele uusi muresid, takistusi ja kindlasti rõõme, mida tuleb omavahel jagada.
Tänulikult!

Janek Kapper,
Eesti Põletikulise Soolehaiguse Selts

Liikmeklubi kohtumised on hea võimalus võrgustikul kokku tulla ning eesmärgistatult oma mõtteid, kogemusi ja ideid jagada. Põnevaks teeb liikmeklubi kohtumised see, et ühele teemale või küsimusele võib osalejate abiga saada mitu lahendust. Lisaks uutele ideedele saab läbi kohtumiste tutvuda lähemalt ka teiste võrgustikus tegutsevate organisatsioonidega ning mõista paremini liikmete igapäevaseid väljakutseid. Ühel kohtumisel olin ka ise moderaatoriks, mis tähendas muidugi põhjalikumat valmistumist, et osalejatel oleks jagatud näpunäidetest kasu ja võimalik neid ka hiljem rakendada. Teistele õpetamine aitab alati teemat ka ise õppida, sest mõtted on vaja selgelt ning arusaadavalt edasi anda.

Mihkel Tõkke,
Tallinna Puuetega Inimeste Koda

UUDIS

Kodude kohandmine jätkub ka sel aastal

Veebruaris avanes järjekordne taotlusvoor, millega toetatakse omavalitsusi puudega inimeste eluruumide kohandamisel.
Taotlusi kodu kohandamiseks võtavad inimestelt vastu elukohajärgsed omavalitsused, kes abistavad ka kohanduste elluviimisel. Elanike taotluste alusel koostab KOV taotluse toetuse saamiseks ja esitab selle riigile otsuse tegemiseks. Pärast otsust kohandatakse kodud omavalitsuse toel ja riik kompenseerib KOVi kulud 85% ulatuses Euroopa Regionaalarengu Fondist.

Kohandamine tähendab eluruumi ümberehitamist sellisel viisil, et inimesele on loodud nii tema erivajadustest tulenevad spetsiifilised (näiteks kaldtee, platvormtõstuk jne) kui ka puudest tulenevad tavapärased ümberehitused, nagu pesemisruumis vanni asendamine dušiga. Kohandamise käigus võib rajada ka näiteks erivajaduse tõttu ohutust tagava piirde, aiavärava automaatika või tuua köögi tööpinnad ja tehnika madalamale tasapinnale. Taotluse oma kodu kohandamiseks võivad esitada kõik puudega inimesed, sõltumata puudeliigist.

ÜRO puuetega inimeste õiguste konventsiooni variraport Genfi!

Eesti riigi raport esitati ÜROle 2015. aasta lõpus. 2016–2018 koostas EPIKoda koos võrgustikuga variraporti, mis avaldati 1. märtsil 2018. Aprilli alguses esitles EPIKoda variraportit ÜROle.

TEKST: Meelis Joost, EPIKoja peaspetsialist välissuhete valdkonnas FOTOD: Erakogu, Shutterstock

Variraporti koostamiseks alustati konsultatsioonidega 2016. aasta märtsis. Sisuline töö koos puuetega inimeste organisatsioonide eestvedajate fookusgrupi intervjuude läbiviimise, ekspertarvamuste kogumise, olemasolevate allikate ja dokumentide (sh varasemad uuringud, statistilised andmed, arengukavad) analüüsi ja puuetega inimeste organisatsioonide veebipõhise küsitlusega leidis aset 2016. aasta aprillist kuni 2017. aasta novembrini. Raporti koostamiseks tehti ühistööd järgnevate valitsusväliste organisatsioonidega: Eesti Puuetega Inimeste Koja 48 liikmesorganisatsiooni, Eesti Inimõiguste Keskus, Eesti Lastekaitse Liit, Eesti Patsientide Liit ja SA Eesti Agrenska Fond. Ekspertarvamustega panustasid Eesti Pimedate Liit, Eesti Pimekurtide Tugiliit, Eesti Kurtide Liit, Eesti Vaegkuuljate Liit, Eesti Autismiühing ja MTÜ Ligipääsetavuse Foorum.

14 valikartiklit koondava raporti koostamisel tugineti International Disability Alliance'i juhendile. Valikusse arvati: art 4 Üldkohustused, art 5 Võrdsus ja mittediskrimineerimine, art 6 Puuetega naised, art 7 Puuetega lapsed, art 9 Juurdepääsetavus, art 12 Võrdne tunnustamine seaduse ees, art 19 Iseseisev elu ja kogukonda kaasamine, art 24 Haridus, art 25 Tervishoid, art 26 Habilitatsioon ja rehabilitatsioon, art 27 Töö ja tööhõive, art 28 Küllaldane elatustase ja sotsiaalne kaitse, art 29 Osalemine poliitilises ja avalikus elus ning art 33

Riiklik rakendamine ja järelevalve. ÜROle esitatud ingliskeelne raport sisaldab ka artiklit 14 Vabadus ja isikupuutumatus, mille EPIKoja nõustaja Kristi Rekand koostas selle aasta alguses. Samuti sõnastasime ingliskeelses versioonis eestikeelses raportis juba avaldatud info põhjal ka art 17 Isikupuutumatuse kaitse ja art 21 Sõna ja arvamusvabadus ning juurdepääs teabele.

Variraport avaldati paberkandjal ning selle tutvustamine leidis aset pressikonverentsil EPIKojas 1. märtsil 2018. Variraporti kohta andsid ajakirjanikele vastuseid EPIKoja liikmesorganisatsioonide esindajad Tiit Papp Eesti Kurtide Liidust, Tom Rüütel Eesti Liikumispuuetega Inimeste Liidust, Jakob Rosin Eesti Pimedate Liidust, Anneli Habicht (variraporti protsessi põhiline koordinaator) ja EPIKoja tegevjuht ning ühtlasi variraporti projektijuhiks, artiklite sõnastamise ja info kogumise koordinaatoriks olnud Tallinna Puuetega Inimeste Koja tegevjuht Mihkel Tõkke. Üritus leidis aktiivset kajastamist AKs ning ka teistes meediakanalites. See annab kinnitust, et puuetega inimeste temaatika on järjest enam avalikkuse vaateväljas.

Genfis protsessiga tutvumas

Raport kaante vahel, oli vaja aru saada, kuidas selle kaitsmise ja tutvustamine käib. Sellel eesmärgil asuti suhtlema ÜRO allasutustega, Eesti alalise esindusega Genfis, Rahvusvahelise Puuetega Inimeste Alliansi IDAga, mis puuetega inimeste esindusorganisatsioonil variraportite kaitsmise protsessis nõustab. Nende arutelude ja infovahetuse tulemusena külastas EPIKoja juhatuse ja tegevtöötajate väike grupp 2018. aasta aprilli alguses Genfi. Kohtuti ÜRO puuetega inimeste õiguste komitee sekretariaadiga, Rahvusvahelise Tööorganisatsiooni ILO kahe osakonnaga, IDA eskperdi Silvia Quaniga, kes on meid kogu järgneva protsessiga väga palju aidanud. Samuti külastati Eesti alalist esindust Genfis, kus meid võtsid vastu esinduse töötajad: suursaadik Andre Pung, nõunik kaubandusküsimustes Kristina Uibopuu ja nõunik Maailma Kaubandusorganisatsiooni WTOga seotud töös Veiko Montonen.

Kohtumised Genfis lisasid julgust, et saame variraporti protsessis toetuda IDA nõuannetele, samuti saime väga sooja vastuvõtu osaliseks Eesti alalises esinduses, kus meie külaskäigu üle oldi rõõmsad, sest Eesti kodanikuühiskonna organisatsioonide osalemine rahvusvahelistes protsessides pole täna veel väga levinud. Saime teada, kuidas variraportite esitamine ja kaitsmine käib, ning saime ka veidi logistilist infot Genfis toimetamise kohta. Näiteks on hea teada, et hotellis ööbivatele Genfi külalistele on kogu ühistransport tasuta – kaasa arvatud üle Genfi järve liikuvad linnaosi ühendavad laevad. Juba lennujaamas saad küsida tasuta vautšerit, millega jõuda oma hotelli, kus antakse kogu Genfis viibimise ajaks tasuta ühistranspordi kaart.

Kohtumine Eesti alalises esinduses Genfis.

EPIKoja delegatsioon Genfis Rahvusvahelise puuetega inimeste alliansi IDA aias.

Kibekiire töö materjalidega

2018. aasta sügisel, kui oli juba selgunud, millisel Genfis toimuval istungil hakatakse esimest korda Eesti raportit arutama, saime tähtajad, millal on vaja esitada variraporti lühendatud tekst inglise

Kuidas hindad EPIKoja tööd ÜRO konventsiooniga? Kas oled enda jaoks midagi olulist avastanud?

ÜRO konventsiooni ja variraporti tähtsust on raske üle hinnata. EPIKoja poolt loodud põhjalik dokument annab sissevaate Eestis elavate erivajadustega inimeste tänapäeva, tuues esiplaanile murekohad, millest nii EPIKoda kui selle liikmesorganisatsioonid on aastaid rääkinud. ÜRO võimalused esitatud Raporti põhjal riigile ettepanekuid ja soovitusi teha annavad lootust, et Eesti tähelepanu pöördub aina enam ka nende kodanike heaolu parandamise suunas, kes seda iseseisvalt ehk teha ei saa.
Variraport on justkui väljavõte ajast – vägisi kipub pähe mõte, et milline oleks see dokument 10, 20 või enama aasta pärast?
Kogu dokumendil on veel üks lisaväärtus. See näitab, et EPIKojas töötavad tõelised professionaalid – nad teavad, millest räägivad ja kirjutavad. Ülevaade olukorrast Eestis on põhjalik ning ettevalmistumine variraporti kaitsmiseks on samuti põhjalik ning ülimalt läbimõeldud.

Jakob Rosin, EPIKoja juhatuse liige

keeles. Selleks oli vaja EPIKoja tiimil esmalt kärpida kõikide artiklite eestikeelseid tekste. Ka sellest jäi väheks, sest soovitusliku 10 700 sõna asemel oli meil ikkagi 17 035 sõna (koos allmärkustega koguni 20 544 sõna). Uuesti kärpekääridega kallale. Kogu protsessi lõpuks, kus ka IDA nõustajad olid meile oma soovitused andnud, suutsime kogu põhiteksti viia 12 801 sõnale.

2019. veebruari keskpaigaks sai lühendatud ja päevakajastatud versioon ÜRO puuetega inimeste õiguste komiteele edastatud ning komitee poolt määratud raportöörid Jonas Ruškus Leedust ja Robert Martin Uus-Meremaalt said hakata selle tekstiga tutvuma.

2019. aasta alguses selgus ka, et mõistlik on eelkaitsmisele Genfi mitte kohale sõita, vaid teha seda siis, kui Eesti riik ehk sotsiaalministeerium ka kohal on ning kogu raporti käsitlemine toimub. Eelkaitsmise jaoks leppisime kokku, et toimub videokonverents. Videokonverentsi toimumiseks oli vaja leida ÜRO standarditele vastav videokonverentside läbiviimise keskkond. Selleks paigaks osutus Tallinna Tehnikaülikooli videokonverentside saal, kus 9. aprillil 2019 ÜRO Puuetega inimeste õiguste komitee ja EPIKoja esindajate vaheline mõttevahetus toimus. Kogu dialoog on ette nähtud toimuma inglise keeles, viipekeeletõlgi abil saab sõna üks meie esindajatest, Eesti Kurtide Liidu esimees Tiit Papp. Kokku on EPIKoja võrgustiku poolt esinejaid 6–7, esindades erinevaid vaatepunkte ja puudeid. Seltskonnas on mehi ja naisi, nooremaid ja vanemaid inimesi. Omapoolsete ettekannete tegemiseks ja küsimustele vastamiseks ei ole rohkem aega kui poolteist tundi. Kuidas küll seda kõike hallata? Kas inglise keel veab välja? Kuidas on pimedal või vaegnägijal selles protsessis osalemine? Küsimusi kui palju.

Seminar Tallinnas 4. märtsil 2019

Kogu selle eelkirjeldatud protsessi hõlbustamiseks leppisime IDAga kokku, et mitmete riikide vastavat protsessi nõustanud ekspert Janina Arsenjeva, kes kõigele lisaks on ise Tallinnast pärit, saaks tulla meile protsessi tutvustama ning videokonverentsi olukorda läbi mängima.

4. märtsil selline seminar EPIKojas aset leidiski. Esmalt tutvustas Janina ÜRO puuetega inimeste õiguste komitee töömeetodeid. Koos arutati läbi variraporti artiklite sisu ning Eesti puuetega inimeste organisatsioonide põhilised valupunktid, mida ÜROle variraporti esitamise käigus tutvustada. Seejärel harjutati inglise keeles, kuidas varem läbi mõeldud küsimusi paremini tutvustada. Samuti esitati selle katse käigus küsimusi, mis on eeldatavalt sarnased küsimustele, mida komitee võib videokonverentsi ajal meilt küsida. Kogu see arutelu oli väga oluline, et olla paremini ette valmistatud juba 9. aprillil toimunud toimuvaks videosillaks.

Järgmised sammud

Eesti riigi raporti ja sellega seoses ka kõikide teiste seisukohtade arutamine Genfis pidi esialgse plaani kohaselt toimuma tänavu augustis-septembris. Märtsi algul saime aga teada, et see on lükatud hoopis 2020. aastasse. Seega ei ole ka EPIKoja esindajatel Genfi sellel aastal asja. Küll aga katsume osaleda aruteludel 2020. aastal. Kogu protsess on olnud aeganõudev, kuid ka väga hariv. Mitte kõikide riikide puuetega inimeste organisatsioonid pole suutnud nii põhjalikku uurimistööd ette võtta, nagu EPIKoja võrgustik seda on teinud.

Loodame oma toetajate abiga selles protsessis Eesti riigi raporti lõpliku kaitsmiseni kenasti kaasa teha. Töö konventsiooni variraportiga on olnud mahukas, seda on tehtud mitme aasta jooksul, palju olulist seisab veel ees. Protsessi panustajaid on arvukalt, kuid hea on märgata, et puuetega inimeste teema leiab kajastamist järjest rohkem. Sellesse on kõva panuse andnud töö variraportiga. Vahel näevad põhilise töö tegijad raporti käekäiku isegi unes. Unes on kõik võimalik, kuid ilmsi muudame puuetega inimeste elu Eestis paremaks. ■

Selge Kõneleja 2018

Eesti Vaegkuuljate Liidu keeletegu

Eesti Vaegkuuljate Liidul on tore traditsioon valida igal aastal välja meediategelased, kes torkavad silma hea artikulatsiooniga. Eesmärk on juhtida suuremat tähelepanu ilusale selgele häälduse ja korralikule suulise eesti keele kasutamisele. Taolist konkurssi korraldatakse juba kuuendat korda.

TEKST: Kristi Kallaste, ajakirja Sinuga kaasautor FOTOD: Üllar Maikalo

2018 aasta Selgelt Kõnelejad: Ülle Lichtfeldt, Joonas Hellermaa, Neeme Raud.

Aastal 2018 pälvisid Selge Kõneleja auhinna telesaatejuht Joonas Hellerma (ERR), raadiosaatejuht Neeme Raud (Kuku) ning teatrinäitleja Ülle Lichtfeldt (Rakvere teater).

Eesti Vaegkuuljate Liidu esinaine Külliki Bode tutvustas lühidalt konkursi minevikku: „Laenasime tolle traditsiooni Soomest, kus sealsed vaegkuuljad seda samuti praktiseerivad. Alguses valisime ainult telesaatejuhi. Siis aga avastasime, et tegelikult kuulavad paljud vaegkuuljad raadiot ja nii lisandusid kategooriad ka raadiosaatejuhi ja kolmandana teatrinäitleja tarbeks. Sel aastal oli kandidaatide hulk rekordiline – igas kategoorias →

Selge Kõneleja 2018 auhinna üleandmine toimus 11. jaanuaril EPIKojas.

kandideeris kümme võistlejat. EVL kodulehel toimus avalik hääletus – igaüks sai valida ja nägi kohe ära, kuidas tema lemmikul läheb.

Auhindade üleandmine toimus 11. jaanuaril ja üritust kajastati ka meedias. Tauno Asuja Eesti Puuetega Inimeste Kojast avaldas muuhulgas lootust, et selline vahva traditsioon nagu Selge Kõneleja valimine jätkub ka edaspidi. „Info edastamine on tähtis, kuid see kaotab oma mõtte juhul, kui teine pool aru ei saa," nentis Asuja. „Arusaadavus pole aga mitte ainult vastuvõtja probleem, vaid ikka edastaja oma ka."

Sõna anti ühtlasi supersuuvärgiga laureaatidele. Katseks lasti kõigil lugeda teksti ja vastata mitmesugustele küsimustele, mida võis esitada ka üksteisele. Nagu arvata oligi, ei lasknud kolm kogenud meediastaari end sugugi heidutada ja said ka eksprompt antud ülesannetega rõõmsal meelel ning muljetavaldava professionaalsusega hakkama. Joonas Hellerma kiitis kõrgkoolis olnud õppejõude, kes oskasid nõuda üliõpilastelt korralikku artikulatsiooni. Ülle Lichtfeldt meenutas, et hakkas oma selgele hääldusele tähelepanu pöörama juba lapsepõlves, seda tänu vaegkuuljast vanaisale. Neeme Raud, kes on elanud 25 aastat väljaspool Eestit, tõi sisse kosmopoliitsuse ning kakskeelsuse teema.

Vestlus oli huvitav – oli näha, et seda nautisid nii publik kui ka osalejad ise. Asjaosalised tänasid tagasiside eest ning lubasid edaspidi pöörata heale hääldusele veelgi suuremat tähelepanu. Raadiosaatejuhist Neeme Raud ütles, et ta ei pane enam oma saadetes muusikat kõne alla, kuna sai esmakordselt teada, et see võib kehvema kuulmisega raadiokuulajatel takistada jutust arusaamist.

Külliki Bode mainis, et lisaks parima diktsiooniga meediategelasele tuvastatakse ka sellised saatejuhid või näitlejad, kelle suuline väljendus jätab soovida, ent nende nimesid ei avalikustata, vaid tulemus edastatakse ainult asjaosalistele endile. „Mõned, kes juba päris mitmendat aastat selle teate saavad, on tulnud lõpuks uurima, et mida siis teha tuleks," jutustas Külliki Bode. „Nad tunnevad huvi, et kas oleks vaja näiteks kuidagi rohkem emotsioone välja näidata. Olen siis vastanud, et seda pole vaja, kuid sõnalõpud tuleks siiski välja hääldada, mitte alla neelata – just nii, nagu koolis vastates."

„Loodame, et Selge Kõneleja valimine ja tunnustamine motiveerib ka teisi inimesi kõnelema puhta ja selge diktsiooniga," võttis ürituse kokku EVL juhtleedi Külliki Bode. „Mida ilusamini suudab inimene oma emakeeles kõneleda, seda paremini mõistavad teda kuulajad, kellele need mõtted ju mõeldud olidki."

Kristi Kallaste esitas Selge Kõneleja konkursi haridusministeeriumi keeleteo auhinnale ning külastas selle lõpuüritust, mis toimus emakeelepäeva paiku Tartus Miina Härma Gümnaasiumis. Aasta keeleteo auhinna pälvis seekord küll „Eesti õigekeelsussõnaraamat ÕS 2018", ent siiski on hea meel ja uhke tunne, et ka Eesti Vaegkuuljate Liit on eesti keele heaks midagi ära teinud. ■

Noortegrupi liikmed on pärit erinevatest Euroopa Liidu riikidest. Pildil vasakult: Marlou Schenk (Madalmaad), Lembe Kullamaa (Eesti), Nathalie Schwarz (Saksamaa), Andreas Christodoulou (Küpros), Polis Stavrou (Küpros), Yolita Pavlova (Bulgaaria), Borislava Ananieva (Bulgaaria).

Euroopa Patsientide Foorumi noortegrupp tegeleb noorte patsientide jõustamisega

Alates 2008. aastast on EPIKoda Euroopa Patsiendite Foorumi (European Patients' Forum ehk EPF) liige. Ühtlasi on EPIKoja esindaja ka EPFi noortegrupis. Lembe Kullamaa räägib Eesti esindajana noortegrupi tegemistest lähemalt.

TEKST: Lembe Kullamaa, Euroopa Patsientide Foorumi noortegrupi liige FOTOD: Erakogu

EPFi noortegrupp koosneb noortest patsientide esindajatest vanuses 15–29 aastat, kes esindavad erinevaid üle-euroopalisi või riiklikke patsiendiorganisatsioone. Meil kõigil on erinevad kroonilised haigused ja oleme pärit erinevatest Euroopa Liidu riikidest. EPFi noortegrupi eesmärgiks on olla noorte patsientide kogukonna esindusgrupiks ja anda edasi noorte patsientide vajadusi ja ootusi EPFile ja selle liikmesorganisatsioonidele.

Millega noortegrupp tegeleb?

Noortegrupp tegeleb erinevate projektidega, et jagada noortele patsientidele kogu EList kogemusi ja julgustada neid aktiivne olema. Me püüame tõsta noorte patsientide teadlikkust igapäevaelus ees ootavatest väljakutsetest ning jagada neid kogemusi poliitikakujundajate ja sidusrühmade seas.

Hetkel on noortegrupis 11 liiget, kes on pärit Belgiast, Bulgaariast, Eestist, Hollandist, Horvaatiast, Küproselt, Prantsusmaalt, Rootsist ja Ungarist. Noortegrupil on kaks korda aastas – kevadel ja sügisel – näost näkku kohtumised, mis toimuvad erinevates Euroopa pealinnades, kust meie liikmed pärit on. Samuti on meil kord kuus konverentsikõned, mille raames me organiseerime oma igapäevast tegevust. Noortegrupil on juhatus, kuhu kuuluvad kaks inimest – president ning asepresident, kes koordineerivad igapäevast tegevust ja suhtlust EPFi juhatusega. Samuti on →

"Olen saanud väga palju teha koostööd erinevatest kultuuridest pärit inimestega.

mitteametlikud töögrupid, nt sotsiaalmeedia töögrupp, mis kindlustab, et Facebooki ja Twitteri sisu oleks ajakohane.

Ma olen olnud EPFi noortegrupi liige 2014. aasta septembrist ehk nüüdseks juba neli ja pool aastat. See on olnud võrratu ja väga põnev kogemus. Ma olen selle aja jooksul õppinud väga palju ning saanud oskusi kogu eluks. Kõik algas ühest meilist, mille ma sain toona Eesti Reumaliidu vabatahtlikuna – otsiti noort ja aktiivset patsienti. Kuigi ma alguses ei hoomanud, millega end seon, tundus see pakkumine huvitava väljakutsena.

Me oleme selle aja jooksul korraldanud erinevaid üritusi. Näiteks viisime 2016. aasta kevadel Euroopa Parlamendis Strasbourgis läbi töötoa, kus käsitlesime probleeme, mida erinevate krooniliste haigustega noored kogevad tööturule sisenemisel ja töötamisel. Selle aasta alguses viisime läbi üleeuroopalise küsitluse, mille raames kaardistasime töötamisega seotud probleeme ja diskrimineerimist töökohal. Muuhulgas oleme käsitlenud ka üleminekut täiskasvanute ravisse ning korraldasime Brüsselis ka selleteemalise ümarlaua.

Meie initsiatiivil on EPF ellu viinud suvekooli, mis on suunatud noorte patsientide esindajate jõustamisele ning vajalike oskuste jagamiseks. Selle aasta juulis toimub juba kolmas suvekool, mis seekord keskendub eetikale.

Põnevad kogemused

Ma olen saanud väga palju teha koostööd erinevatest kultuuridest pärit inimestega ja see on arendanud tugevalt mu diplomaatilisust ning meeskonnatööoskusi. Samuti on mu keeleoskus tohutult arenenud ning mul on olnud võimalus teha koostööd erinevate Euroopa Liidu institutsioonide juures töötavate inimestega ja jagada häid ja halbu kogemusi Eestist. Samuti on mu teadlikkus erinevatest tervishoiuteemadest ja -süsteemide ülesehitusest kasvanud meeletult. Läbi selle kõige olen ma leidnud ala, mida ma tahan ülikoolis edasi õppida ning juba kõrgharituna oma kogemusi Eesti noortele tagasi anda.

Mis on Euroopa Patsientide Foorum?

Euroopa Patsientide Foorum (EPF) on katusorganisatsioon, mis töötab koos patsientidega rahvatervise ja tervise edendamise alal kogu Euroopas. EPFi liikmesorganisatsioonid esindavad konkreetseid krooniliste haiguste rühmi ELi tasandil või on riiklikud patsiendiorganisatsioonid. EPF korraldab erinevaid haridusseminare, poliitilisi algatusi ja projekte. Samuti koordineerime kogemuste vahetamist patsiendiorganisatsioonide vahel Euroopa ja riiklikul tasandil.

Vaata lisa: **www.eu-patient.eu**

Noorte patsientide I suvekoolis Viinis (juuli 2017). Vasakult: Kim Nordlund (Rootsi), Simon Stones (Suurbritannia), Niamh Costello (Iirimaa), Lembe Kullamaa (Eesti), Àine Jackson (Iirimaa).

"Kaardistasime tööturule sisenemisega seotud probleeme.

Meie tegevustega saab kursis püsida läbi meie Facebooki lehe European Young Patients ning läbi Twitteri ja Instagrami. Samuti võib alati mulle kirjutada, kui tekib soov panustada ning saada täpsemat infot meie tulevaste projektide kohta. ■

Apteegireform muudab apteegiteenuse sisukamaks

Apteegireformi eesmärgiks on muuta apteegiteenus senisest äriteenusest tugevaks esmatasandi tervishoiuteenuseks. Arutelusid apteegireformi poolt ja vastu on peetud juba pikki aastaid. Mida kujutab endast apteegireform?

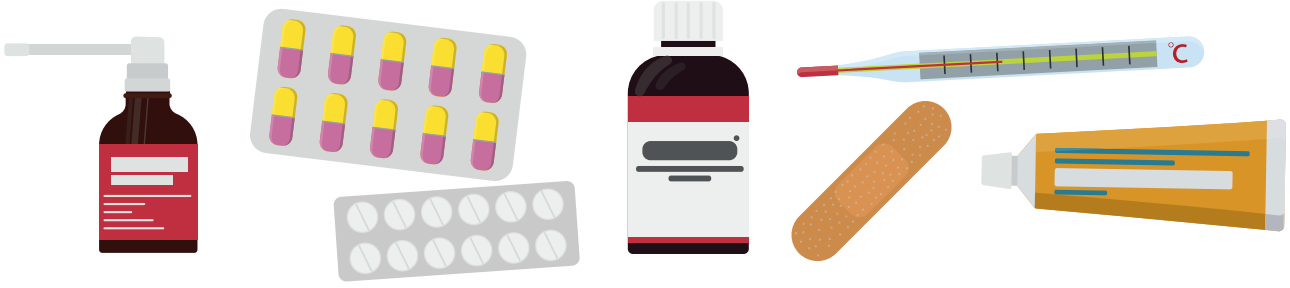
TEKST: Kaidi Sarv MScPharm Eesti Apteekrite Liidu peaproviisor FOTOD: Erakogu, Shutterstock

Otsused apteegirefomi erinevate etappide kohta võttis Riigikogu vastu 2014. ja 2015. aastal. Apteegireformi tähtaeg on 1. aprill 2020.

Võrreldes teiste tervishoiuteenustega on apteegiteenus ulpinud kuidagi omapäi. Eesti taasiseseisvumisel olid kõik apteegid (neid oli 230) riigi omandis. Võeti vastu otsus kõik apteegid erastada. Aega anti 2 aastat. Erastamine toimus aastatel 1992–1994. Apteekrid pidid leidma raha riigile kuulunud apteegi sisseseade ja ravimite ostmiseks või tuli neil leida endale uus töökoht. Enamik kollektiive kraapis tollal üsnagi napi raha kokku ja töökoht jäi alles.

1990ndate algus ja keskpaik oli kõigile raske. Poliitikud määrasid paberil lahkesti ravimisoodustusi, haigekassal aga raha soodusravimite eest tasumiseks ei olnud. Apteegid jäid massiliselt võlgu hulgimüügiettevõtetele, sest ravimid tuli apteegist inimestele soodustusega välja anda, kuid haigekassa maksis raha apteekidele tagasi suurte viivitustega. Hulgimüügiettevõtted "ulatasid oma abikäe" ja nii hakkasid tekkima esimesed apteegiketid. 2000ndate aastate alguseks oli huvi apteegikettide moodustamise vastu juba ilmne. Uusi apteeke tekkis aina juurde.

Koos uute apteekidega tekkis vältimatult ka aina suurem apteekrite puudus. Proviisoreid ja farmatseute oli nii palju, kui neid oli. Tartu ülikooli arstiteaduskond ja Tallinna Meditsiinikool tegid kõik mis võimalik, kuid spetsialistide põud suurenes. Ometi oli meil siis ja on ka praegu proviisoreid →



ja farmatseute 100 000 elaniku kohta Euroopa keskmises määras.

Tekkis otsene seos: iga linnas avatud apteek sulges apteegi maal. Kusagilt pidid ju need apteekrid nendesse uutesse apteekidesse tulema. Siis hakati ka riigi tasemel mõistma, et selline apteegisüsteemi areng ei ole jätkusuutlik. Viies, viieteistkümnes või viiekümnes apteek linnas ravimite kättesaadavust ei paranda. Väikekoha ainsa apteegi sulgemine tekitab kohapeal aga tõsise probleemi.

2005. aastal võeti vastu seadus, millega sisuliselt fikseeriti olemasolev olukord. Seaduse järgi võis linnades avada uue apteegi üksnes siis, kui apteegi kohta oli enam kui 3000 elanikku. Maal aga siis, kui vahemaa lähima apteegiga on üle 1 kilomeetri. Sellega saadi linnades ja linna piiri taga uute apteekide avamine seisma. Viie aasta pärast tühistas Riigikohus piirangu ja andis 6 kuud Riigikogule aega uue meetme väljatöötamiseks.

Apteegi omandipiirang on üks kahest võimalikust meetmest

Maailmas on üldse olemas 2 tõhusat meedet apteegivaldkonna reguleerimiseks: asutamispiirang ja omandipiirang. Paljudes riikides toimivad need 2 meedet koos. Reguleeritakse apteekide arvukust ja apteegi omanik saab olla ainult kõrgem rohuteadlane – proviisor.

Põhimõtteliselt jagunevad riigid apteegisüsteemi osas reguleeritud ja liberaalse apteegisüsteemidega riikideks. Suuremates Euroopa riikides on reguleeritud apteegisüsteem. Samuti ka meie naabritel soomlastel.

Mõlema apteegisüsteemi eeliseid ja puudusi on hästi uuritud. Kui apteegi omanik ei pea olema apteeker ise, siis koondub valdav osa apteekidest lühikese aja jooksul hulgimüüjate omandis olevatesse apteegikettidesse. Ja kui see on võimalik, siis omandavad hulgimüügiettevõtted ka haiglad ja esmatasandi tervisekeskused. Sellega hõivatakse võimaluse korral kogu tervisevaldkond enda kontrolli alla. Sellele vastukaaluks on mudel, kus apteegid võivad olla ainult samas apteegis töötava apteekri omandis. Vahepealset töötavat varianti ei ole olemas.

Kuna Riigikohtu otsusega oli üks kahest võimalikust meetmest tunnistatud põhiseaduse vastaseks, jäi ainsaks võimaluseks rakendada teist meedet – apteegi omandipiirangut.

"Ei juhtu midagi, kui linnas jääb ühes kaubanduskeskuses asuvast kolmest apteegist alles 1. Aga on oluline, et täna maal tegutsevad apteegid säiliks.

Miks peab apteegi omanik olema proviisor?

Seda küsimust esitatakse apteegireformiga seose sageli. Apteekril ja tavalisest ettevõtjast apteegi omanikul on aga oluline vahe.

Proviisorist apteegi omanik töötab ise oma apteegis. Kui tema tegevus ei ole õiguspärane või eksib ka muude reeglite vastu, siis ei kahjusta ta mitte üksnes oma "investeeringut", vaid kaotab oma töö ja ka võimaluse tulevikus apteegi omanikuks saada. Ettevõtjast investoril sellist "kontrollimehhanismi" ei ole. Euroopa Kohus on kinnitanud, et süsteem, kus apteegi omanik saab olla ainult apteeker, on turvalisem kui see, kus sellist piirangut ei ole.

Võiks tõmmata sarnase paralleeli kahesuguste korteriomanike vahel: ühed elavad oma korteris ise, teistele on see ainult tulus investeerimisobjekt. "Oma" apteegis kannatatakse ära vahepealsed mõõnad ja raskused. Investeerimisobjekt aga müüakse niipea, kui see enam tulu ei anna.

Miks nii palju kära apteegireformi ümber?

Tegemist on väga olulise muutusega. Praegu valitsevad kaks suurt hulgimüüjat sisuliselt kogu ravimivaldkonda. Turuosa hoidmiseks on hulgimüüjad omandanud ja avanud massiliselt uusi apteeke. Kuna igal hulgimüüjal on omad apteegid, siis saavad apteegid ravimeid osta ainult "oma" hulgimüüjalt. Ja kui mõni ravim hulgimüügis otsa lõppeb, siis seda lihtsalt apteegis ei ole. Ja kui on vaja mõni hulgimüügis seisma jäänud kaup maha müüa, siis anna ainult "oma" apteekidele korraldus kätte…

Teiselt poolt on "kahvlisse pandud" ravimifirmad, kellel ei ole võimalik oma ravimeid Eestis turustada ilma, et nad oligopoolses seisundis hulgimüüja tingimusi täidaksid. Ja need summad, mida makstakse, ei ole mitte väikesed.

Spetsialistid käivad sotsiaalministeeriumis pead murdmas selle üle, miks ikka on meie ravimid kallimad kui Lätis ja Leedus ning miks on meil kõige vähem erinevaid ravimeid. Ometi on ju erinevad

riiklikud tasud jm tingimused teiste riikidega võrdsed. Nende probleemide puhul võib ühendusjoone tõmmata meie ravimisüsteemini. Odavaid ravimeid ei ole ju mõtet turustada, kui kasum nende pealt on tootjale niigi väike ja turustamiseks peab hulgimüüjatele ja nende omandis olevatele apteekidele veel kõvasti peale maksma. Norra on hea näide, kus rida ravimifirmasid on oma ravimitega juba lahkunud, sest ravimite turustamise eest nõutavad summad ei ole neile vastuvõetavad.

Kui apteegi omanik saab olla üksnes proviisor (sel juhul hulgimüüja apteegi omanik enam olla ei saa), siis tekiks üle pika aja jälle normaalne olukord, kus võiks juurde tulla mõni täiendav hulgimüüja ja apteegid saaksid hakata vabalt oma tarnepartnerit valima. Praegu on hulgimüüjad ise kogu Eesti nii apteeke täis ladunud, et uusi enam juurde ei mahu. Ja kuna valdav osa apteekidest on juba kettides, siis ei mahu juurde ka uusi hulgimüüjaid, sest "vabu" apteeke enam lihtsalt ei ole.

Kuna apteegireform seab suurettevõtjate mugava ärimudeli pea peale, siis ei tasu nende ägeda vastuseisu pärast imestada.

Aga mis siis ikkagi saab?

Muidugi võivad praegused apteegikettide omanikud ette võtta igasuguseid aktsioone, aga muutused on vältimatud ja apteegisüsteem peab muutuma. Kui apteegiketid lõpetatakse (milleks on kõik õiguslikud alused olemas), siis jääb apteeke vähemaks. Ja seda just linnades, mitte maal (kus juba praegu tegutsevad proviisorite apteegid).

"Kui apteegid koonduvad, muutuvad nad suuremaks ja kulutused apteegisüsteemi ülalpidamisele kokkuvõttes vähenevad.

Saame kõik aru, et 10 000 elanikuga linnas ei ole 10 kooli mõtet pidada: ei jätku õpetajaid ning kulud kõigi koolide ülalpidamisele on mõttetult suured. Apteekide olukord on täpselt sama.

Ei juhtu midagi, kui linnas jääb ühes kaubanduskeskuses asuvast kolmest apteegist alles 1. Aga on oluline, et täna maal tegutsevad apteegid säiliks. Apteegireform ühtlustab apteegivõrku ja panustab rohkem apteegiteenustesse.

Kui apteegid koonduvad, muutuvad nad suuremaks ja kulutused apteegisüsteemi ülalpidamisele kokkuvõttes vähenevad. Kui apteegid on suuremad, saab varus hoida suuremat hulka ja valikut ravimeid. Nii ei pea enam patsiendid apteegist apteeki ravimeid otsima. Koostöö perearstidega paraneb, sest praegu on koostööd takistanud täiesti erinevad tegevusmudelid. Asjaolu, et tänastel apteegikettidel on andmed peaaegu kõikide Eesti inimeste ravimiostude kohta, ei ole selle juures mitte vähetähtis. ■

Paljusid väikelaste ravimeid valmistatakse endiselt ainult apteekides. Fotol Tallinna Pelgulinna apteegi assistent.

Puudega inimese tasuta hambaravi eelduseks on kindlad kriteeriumid

Alates 2019. aastast laiendas haigekassa tasuta hambaravi võimalusi sügava füüsilise ja intellektipuudega inimestele, kes ise ei suuda oma suuhügieeni eest hoolt kanda. Nende inimeste hambaravi tasub haigekassa kogu ulatuses, kui patsiendile on määratud raviarsti poolt elupuhuse ehk eluaegse hambaravi diagnoos.

TEKST: Külli Friedemann, Eesti Haigekassa esmatasandi teenuste osakonna juhataja FOTO: Shutterstock

Haigekassa esmatasandi teenuste osakonna juht Külli Friedemann juhib tähelepanu sellele, et tasuta hambaravi ei kehti kõikidele puudega inimestele. "Haigekassa on seadnud kindlad kriteeriumid, millele puudega inimese terviseseisund peab vastama, et ta saaks tasuta hambaravi. Oluline on tähele panna, et õiguse tasuta hambaraviks määrab patsiendi pere- või raviarst, mitte hambaarst. Eelkõige tulebki konsulteerida patsiendi pere- või raviarstiga ja veenduda, et see diagnoos on määratud," selgitab Friedemann.

Kriteeriumid, millest arst peab eluaegse hambaravi määramisel lähtuma

Inimene ei ole psüühiliste iseärasuste tõttu suuteline suuõõne hügieeni tagama ka adekvaatse juhendamise korral:

- Intellektipuue (sügav vaimne alaareng)
- Autismispektri häire
- Dementsus
- Muud psüühilised kõrvalekalded (näiteks krooniline raske psühhoos).

Füüsilised, haigustest tingitud seisundid, mille korral inimene ei ole suuteline suuõõne hügieeni protseduure läbi viima:

- Halvatusseisundid, mis haaravad mõlemat ülajäset ja on tingitud kesknärvisüsteemi või neuromuskulaarse ühiku haigusest.
- Liigutushäired, nagu parkinsonistlik sündroom, generaliseerunud düstoonia, raskekujuline tantstõbi.
- Kaasasündinud või omandatud füüsilised iseärasused, näiteks jäseme ja selle olulise osa puudumine arenematuse või amputatsiooni tõttu, mille tõttu isik ei tule toime suuhügieeni toimingutega.

Juhul kui patsiendi raviarst peab lähtuvalt nendest kriteeriumidest vajalikuks määrata puudega inimesele eluaegset hambaravi, siis märgib arst süsteemis inimese raviarvele statistilise koodi (9072), mille alusel tasub inimese hambaravi eest edaspidi haigekassa.

Teenuse katsetamise aasta

Friedemann selgitas, et tänavu on teenuse katsetamise aasta ning on seatud esialgsed kriteeriumid, mis põhjustel võiksid puudega inimesed

Tasuta hambaravi saavad osutada sügava puudega inimesele need hambaravikabinetid, kellel on laste hambaravi leping (see on eelduseks).
Hambaravi lepingupartnerid leiad haigekassa kodulehelt: **www.haigekassa.ee/hambaravi-partnerid**

Üldanesteesias ehk narkoosis hambaravi teenust pakuvad praegu:
Tartu Ülikooli Kliinikum
Erakliinik STIGMA
Kalmer Lepiku Hambaravi OÜ
Kuressaare Hambapolikliinik SA
OÜ Balneom

vajada elupuhust hambaravi täies ulatuses. "Vajadusel neid kriteeriume täiendatakse, kui selgub täpsemalt, millistele patsientidele tuleb raviarstide hinnangul tasuta hambaravi laiendada," lisab ta. Selleks, et tasuta plaaniline hambaravi puudega inimesele kehtima hakkaks, võib aega minna kuni kaks kuud. Friedemanni sõnul on viivitus tingitud infosüsteemide andmevahetusest, mis on vajalik selleks, et patsiendi elupuhuse hambaravi kohta tekiks süsteemi vajalik märge. Ta lisab, et kui inimesel ei ole võimalik nii kaua oodata ja tema tervisemure on kiireloomuline, saab ta tasuta vältimatut abi.

Kui patsiendi elupuhune hambaravi on Terviseinfosüsteemis nähtav, võib inimene pöörduda oma hambaarsti poole ning uurida, kas raviasutusel on haigekassaga sõlmitud (laste hambaravi rahastamise) leping ning hakata hambaarstile aega broneerima. Puudega inimesele hambaarsti vastuvõtu aega broneerides tuleb silmas pidada mitmeid asjaolusid. "Helistaja peab olema valmis jagama infot puudega inimese seisundi kohta. Näiteks tuleb hambaarstile teada anda, kas puudega inimene on võimeline hambaarsti tooli istuma, ise suud avama ja kas ta saab aru arsti jutust. Samuti tuleb kindlasti välja tuua, millal inimene viimati hambaarsti juures käis ja millised on olnud eelnevad kogemused," selgitab Friedemann.

→

Puudega inimesele hambaarsti vastuvõtu aega broneerides tuleb silmas pidada mitmeid asjaolusid:

- Uurida, kas raviasutusel on haigekassaga sõlmitud (laste hambaravi rahastamise) leping.
- Vastuvõtule registreerimiseks tuleb öelda patsiendi isikukood.
- Helistaja peab olema valmis jagama infot ka puudega inimese seisundi kohta: puude kirjeldus (füüsiline, vaimne).
- Kas inimene liigub iseseisvalt või ratastoolis? Kas inimene on võimeline ise hambaravitooli istuma?
- Kas inimene on võimeline arsti jutust aru saama ja mõistab toimuvat?
- Kas inimene oskab ise kirjeldada näiteks hambavalu iseloomu?
- Kas inimene on võimeline ise suud avatuna hoidma ja vajadusel püsima liikumatult?
- Kui pikalt on patsient eeldatavalt võimeline hambaarstitoolis lamama? Kas pikem kui pooletunnine visiit on patsiendile liiga kurnav?

Tuleks välja tuua, millele hambaarst peab tähelepanu pöörama ja kuidas inimesega kõige paremini kontakti saada (nt autistlike patsientide puhul on väga oluline teada, mis inimest ärritab ja rahustab).

- Millal oli viimane hambaarsti külastus ja millised on olnud eelnevad kogemused?
- Kui varasem kogemus on olnud negatiivne, siis kirjeldada, mis täpsemalt on probleemiks olnud?
- Kirjeldada tuleks pöördumise põhjust, et hinnata raviprotseduuri pikkust. Näiteks, kas ajendiks on valunäht, tavakontroll, nähtav hambaauk, hamba eemaldamise vajadus vms.
- Kui tegemist on valuga, siis tuleks kindlasti kirjeldada, mis valu esile kutsub ja kaua see kestab, millal valunähud algasid ning püüda kirjeldada valu iseloomu.
- Abiks oleksid eelnevalt tehtud suupiirkonna röntgenoloogilised uuringud, mis aitaksid hinnata ravivajaduse ulatust.

Hooldaja ja/või saatjad peavad kabinetti kaasa tulema, et vajadusel abistada inimesega kontakti saamisel, tõstmisel jne. Kui hooldaja peab vajalikuks enne visiiti arstiga kontakteeruda, võib kliiniku registraatorile jätta oma kontaktandmed, et arst saaks ühendust võtta.

NB! Lamavat haiget ei saa tavalises hambaravi kabinetis reeglina ravida ja teenust tuleb osutada eritingimustes (nt haiglas).

Tunnustame puuetega inimeste esindusorganisatsioonide poolt olukorda, kus Haigekassa on alates käesolevast aastast laiendanud täies mahus riigieelarvelistest vahenditest hüvitatavat hambaravi saavate inimeste sihtrühma ka neile, kes üldnarkoosi ei vaja, kuid kellel terviseseisundist tulenevalt on suurem hambaravi vajadus.
Puuetega inimeste kojani on jõudnud sihtgrupi poolt palju infopäringuid hambaravi võimaluste kohta, kus inimestel tekib äärmiselt suur vajadus hambaravi järele ning soov hammaste lagunemine kontrolli alla saada, mis aitaks säästa organismi põletikest ja muudest sellega kaasnevatest probleemidest. Näiteks paljud täiskasvanuikka jõudnud vaimupuudega lapsed on olnud hambaravita terve elu, põhjusteks mittesobivad tingimused ja ettevalmistuseta hambaarstid. Üks oluline tegevusuund, mis vajab süsteemset lähenemist, on erinevates erihoolekandeasutustes teenusel olevate klientide hammaste tervise eest hoolitsemine. Olukordades, kus sügava puudega inimesed üldnarkoosis hambaravi ei vaja, piisab ka tavalisest ravikabinetist, kus on olemas eelneva ettevalmistuse saanud personal. Siin saab Eesti Puuetega Inimeste Koda olla partneriks Haigekassale, et pakkuda hambaarstidele koolitust, et nad mõistaks paremini sügava puudega inimeste eripärasid ja arvestaks nendega klientuuri teenindamisel.

Tauno Asuja,
Eesti Puuetega Inimeste Koja peaspetsialist

Piparmündiõli kasulikkus seedeelundkonnale

Arvatakse, et 2/3 Eesti naistest kannatab seedehäirete all. Levinumad seedehäired on kõhukinnisus, gaasid ning ärritunud soolesündroom. Põhjuseid nendeks on palju – alates toitumisharjumusest, lõpetades vähese liikumisega ning ebatervislike eluviiside domineerimisega meie elus.

Kuidas neid ebameeldivaid sümptomeid siis naturaalsete meetoditega leevendada? Üks abistav meetod, mille efektiivsust on uuritud ning tõestatud ka mitmete uuringutega, on piparmündiõli.

PIPARMÜNT *(MENTHA PIPERITA)*

Piparmündil on maailmas pikk kasutusajalugu. Tavaliselt on maailmas piparmündiga leevendatud selliseid vaevusi nagu iiveldus, oksendamine, alakõhuvalu, seedehäired, ärritunud soolesündroom ning puhitus. Ärritunud soolesündroomiga patsientidel on piparmündiõli tarvitamist (näiteks kapslitena) mitmetel juhtudel kirjeldatud kui "esimest ravimit", sest need võivad turvaliselt aidata, leevendades nii ebameeldivaid sümptomeid kui ka parandades sinu igapäevast elukvaliteeti.

KUIDAS IKKAGI PIPARMÜNDIÕLI PREPARAADID (NT KAPSLID) TÄPSELT TOIMIVAD?

Uuringud on näidanud, et piparmündi eeterlikus õlis sisalduv toimeaine mentool rahustab seedeelundkonna lihaseid ning selle kaudu aitab parandada sapi voolu, mida keha kasutab sealhulgas rasvade lagundamiseks ning seedimiseks. Selle tulemusel läbib toit keha kiiremini ega põhjusta seedevaevusi. Samuti on leitud, et piparmündiõli on efektiivne alternatiiv ravimitele, mis ravivad lihasspasme seedeelundkonnas. Lihtsalt öeldes, piparmündiõli lõdvestab lihaseid, mis takistavad valulikkust põhjustavatel kõhugaasidel edasi liikuda.

Viimasel ajal on piparmündiõli kapslid leidnud kasutamist laialdaselt inimeste poolt, kes on istuva eluviisiga kas tänu tööle või ratastoolis. Piparmündiõli kapslid stimuleerivad soolte tööd väga efektiivselt ning tänu kapslitele saab soolestikku looduslikult toetada, et ei tekiks istuvast eluviisist tingitud erinevaid seedimisega seotud ebameeldivusi.

Kui kannatad seedevaevuste all ning soovid leevendada puhitust ning raskustunnet kõhus, siis sümptomite leevendamiseks peaksid proovima piparmündiõli preparaate, võttes neid pool tundi enne või pärast sööki koos mõne taimse tee või klaasi veega.

PIPARMÜNDIÕLI VÕIMALIKUD KÕRVAL- JA KOOSTOIMED RAVIMITEGA

1. Inimestel, kellel esineb happerefluks ehk GERD või mõni muu söögitoruhäire, peaksid enne piparmündiõli tarvitamist konsulteerima apteekri või arstiga.

2. Ravimid, mis vähendavad mao happesust – piparmündiõli näiteks kapslitena on soovitatav võtta 2 h enne või pärast selliseid ravimite toimeaineid nagu famotidiin, tsimetidiin, ranitidiin, esomeprasool, lansoprasool, omeprasool.

3. Ravimid, mis aitavad diabeedi korral – mõned katsed on näidanud, et piparmündiõli võib alandada kehas veresuhkru taset, tõstes hüpoglükeemia riski.

4. Kui tarvitad ravimeid, mis mõjutavad maksatööd, siis peaksid enne piparmündiõli tarvitamist konsulteerima apteekri või arstiga.

OSTES E-POEST MAI LÕPUNI, KEHTIB SOODUSKOODI „PIPARMYNT" ALUSEL -15%

LAMBERTS
PIPARMÜNDIÕLI
KAPSLID 100MG

90 kapslit

sisaldavad 100mg puhast looduslikku piparmündiõli, mis on saadud taime lehtedest.

Tarvita 1-2 kapslit päevas pärast toidukorda.
Sobib taimetoitlastele ja veganitele.

Tootja: Lamberts Healthcare Ltd., Inglismaa
Maaletooja: MPharma OÜ, Tallinn, Eesti. info@lambertseesti.ee

LAMBERTS®

Jakob ja truu abiline Life.

Ajukasvajaga võitlev Jakob Jõgisuu:

„Negatiivsus on ummiktee!“

Jakob Jõgisuu (31) on ajukasvaja tõttu pea täielikult pime. Vaatamata karmile elupöördele on tal hulgaliselt hobisid, ideid ja unistusi.

TEKST: Maarja-Liis Mölder, ajakirja Sinuga kaasautor FOTOD: Erki Pärnaku, erakogu.

„Mul oli selline aeg küll, kus ajas täiesti vihale, et mulle selline asi kaela sadas,“ meenutab Jakob 2017. aastat, mil tuli karmi diagnoosiga silmitsi seista. „Mõtlesin isegi, et kingin kõik oma varanduse eksnaistele ära,“ tunnistab ta täna, kerge muigenoot hääles.

Esimesed märgid, et noore mehe tervisega on midagi viltu, olid omajagu segadusttekitavad.

„Kõigepealt tekkis kaks korda selline olukord, kus olin diivanil pikali ja ei saanud järsku kätt ega jalga tõsta,“ räägib Jõgisuu. „Esimesel korral püüdis mees millelegi muule mõelda ning hetkeline halvatus möödus ise. Kui asi kordus, otsustas ta kiirabi kutsuda.

„Läksime vennaga õue ootama, aga ilmselt tänu värskele õhule läks kõik jälle mööda,“ jutustab mees. „Kiirabi tuli kohale ja vaatas, et kaks tervet meest ootavad. Võeti küll kõik proovid ja tehti testid, aga öeldi, et ärge järgmine kord enam ilmaasjata meid kutsuge,“ meenutab ta.

Kaks kuud pärast neid intsidente tuli ette võtta silmaarsti külastus, kuna ka nägemisega toimus midagi veidrat. „Autoga sõites juhtus vahel, et pilt läks järjest hägusemaks ja kadus siis korraks täiesti eest ära,“ räägib Jõgisuu. „Viimased korrad juhtus see maanteel ja ma jäingi keset teed seisma,

"Olin diivanil pikali ja ei saanud järsku kätt ega jalga tõsta.

kuna kartsin, et sõidan vastassuunavööndisse," kirjeldab ta ohumärke.

„Õhtul pimedas ma ei näinud enam ka inimesi ülekäigurada ületamas, ei suutnud eristada tumedat tumedast," ütleb Jakob.

Edasi läks kõik juba kiiresti

Jakob otsustas arsti poole pöörduda ning edasi läks kõik juba väga kiiresti. „Arst vaatas korra silma taha ja ütles, et pean kohe minema edasi erakorralisse vastuvõttu," meenutab mees. „Siis hakati mind sõidutama erinevate haiglate vahet nii, et ei lastud enam koju telefoni laadimiseks juhetki tooma. Arsti aeg oli kell 11, mõtlesin, et käin kiiresti ära, aga õhtul, pärast mitmeid uuringuid, maandusin PERHis.

Esimesel aprillil, toona 29-aastasena, ärkas mees esimest korda elus haiglas, diagnoosiks...

„Enne seda ma tegin kõvasti trenni: sõitsin maanteerattaga 60–80-kilomeetriseid ringe, käisin suvesuuskade ja rulluiskudega sõitmas, välijõusaalis, mängisin võrkpalli. Ja siis järsku, ühest hetkest, mind ei lasta välja," meenutab Jõgisuu harjumatut olukorda. „Sain ainult selili olla või diivani peal telekat vaadata." Edasine aeg haiglas – operatsioonid ja muu läbielatu – oli rõhuv. Mees arvab, et sealse stressiga läks ka tema nägemine. „Kui ma alguses PERHi jõudsin, nägin 9. korruselt veel autode numbreid ja värve, pärast ainult seda, et midagi seal liigub," kirjeldab ta.

„Kõik rääkisid seal kogu aeg halbu asju, mis nende sugulastega on juhtunud, umbes et „Talle tehti ka seda ravi, sul on varsti minek, arvesta sellega". Või siis teine palatikaaslane ütles: „Valmistu, sul lõigatakse pea lahti," jutustab Jakob.

Pärast teist operatsiooni selgus juuni alguses viimaks ka diagnoos – ajukasvaja astrotsütoom.

Kui aeg haiglaseinte vahel mööda sai, määrati Jakobile kiiritusravi. „Pärast jaanipäeva käisin veel Karl Madise kontserdil, tehti lõket ja tantsiti. Pärast seda, juuni lõpust kuni augusti teise nädalani oli viis päeva nädalas ravi," meenutab mees.

„See oli kõige magusam suveaeg, päike paistis, inimesed olid rannas, aga mina pidin käima ringi pika mantliga, soni ja kapuuts peas, et päike ligi ei saaks," jutustab ta. „Nii et käisin ringi nagu suikohotaja. Kihnus öeldakse niimoodi inimese kohta, kes soojal ajal liiga paksult riides käib ja sellega suve ehmatab," ütleb Kihnust pärit noormees.

Kohanemine uue eluga

Ehkki katsumusi jagus ja kohaneda tuli täiesti uue eluga, leidis Jakob ühel hetkel, et lihtsalt aknast välja vaatamine elus edasi ei aita. „Tegevust peab olema, siis lähevad need ajad kuidagi üle," nendib ta. „Negatiivsus ei vii kuhugi, see on tupiktee!" on noormees täna kindel.

Väga suureks toeks on Jakobile olnud ema, vend Alden ja Põhja-Eesti Pimedate Ühing. Mainimata ei saa jätta ka Jakobi truud sõpra, juhtkoer Life'i.

Juba 2017. aasta sügisel läks ta õppima pimemassööriks. „Olin kuulnud, et paljud pimedad panevad harju kokku, seda ma teha ei tahtnud," möönab ta. Samuti hakkas Jõgisuu uuesti spordiga tegelema. „Uurisin välja, et võiksin suusatamisega paraolümpiale jõuda, see on praegu üks siht," ütleb mees, kes täna käib suusatamas koos saatjaga.

Üheks suureks kireks, mis on aidanud Jakobil taas positiivsust leida, on pillimäng. Muuseas, ka intervjuu ajal tõi ta teisest toast 1940. aastal valmistatud lõõtsa ja võlus sealt välja lõbusaid meloodiaid. Klahvidele vaadata ei olnud mingit vajadustki. „Ma olen muusikakoolis akordionit õppinud ja ühe lisa-aasta veel võtnud, sest mul →

"Ma ei lepi eitava vastusega. Tahan jälle nägijaks saada!

Vend Alden (paremal) on keerulisel teekonnal palju toeks olnud.

"Tänaseks käin DanceActis tantsimas nägijatest edasijõudnutega ja Puuetega Inimeste Koja eakate rühmas.

oli viimasel aastal üks eriti äge õpetaja, kes oli Peterburi konservatooriumi haridusega. „Ta oli täielik oma ala korüfee," kiidab mees. Pimedate puhkpilliorkestris mängib ta suurt trummi.

Ta lisab, et ka tants on teda väga palju aidanud. „Eelmisel aastal ma näiteks käisin neljal kursusel samaaegselt, et erinevaid õpetajaid näha," ütleb ta „Tänaseks käin DanceActis tantsimas nägijatest edasijõudnutega ja Puuetega Inimeste Koja eakate rühmas. Kusjuures see eakate rühm on mulle selliseid tantsuvõtteid õpetanud, mida ma pole kuskil varem näinud," räägib tantsulõvi, kel varasemast kogemus ka näiteks Merle Klandorfi käe all õppimisest.

„Nägijana ma isegi ei võtnud väga tüdrukuid tantsima, näiteks Kihnus pidudel. Nüüd tunnen, et rohkem tantsukaarte on taskus," ütleb ta rõõmsalt.

Aktivistist mees läks nüüd ka uuele kursusele – kirjeldustõlke konsultandiks. „Järjest rohkem Eesti filme tuleb kirjeldustõlkega. Ma olen nüüd konsultant, kes vaatab kirjeldustõlgi töö üle," selgitab Jakob. "See on selline tiimitöö, kus fail liigub kahe inimese vahel, ja kirjeldamise juures tuleb teatud reegleid järgida," ütleb ta.

Et pimedate elu läheks paremaks

Lisaks kultuurihuvile jagub Jakobil ideid selleski vallas, kuidas pimedate elu paremaks ja huvitavamaks muuta. Näiteks sel suvel käis ta testimas uut valget keppi. „Läti noored tulid ideele, et kui miski või keegi on pimeda kõrval, siis kepp vibreerib või piiksub sulle kõrvaklappidesse," kirjeldab Jakob. „Jalutasime siis seal kahekesi ühe vanema meesterahvaga kepid käes, aga mina ütlesin, et see peab pigem eestoimuvast märku andma," arvustab ta abivahendit.

Mehel on idee korraldada välismaal ka üks treeningpäev. Tahan teha juhtkoertega treeningpäevi välismaal, näiteks Barcelonas. „Me jalutaksime treppidel ja mägedes, oleksime linnas ja läheksime randa," mõtiskleb ta. Projekti mõte oleks pakkuda pimedatele võimalust rohkem maailmas ringi käia.

„Ma arvan, et väga paljud pimedad pelgavad reisimist, aga hea meelega läheksid, kui selline projekt saaks rahastuse," usub Jõgisuu.

Ka oma poolelioleva magistriõppe arhitekti erialal kavatseb tegus noormees ära lõpetada. Üks põnev projekt saab aga teoks juba maikuus. Nimelt aitab Jakob korraldada rahvusvahelist noortevahetust erivajadustega noortele. Kogunemispaigaks pakkus Jakob oma kodusaare Kihnu. See ehedalt säilinud kultuuriga koht on tema sõnul ideaalne paik ka teiste kultuuridega jagamiseks.

„See on mandrist eraldatud ja elu käib täitsa omas tempos," jutustab Jakob. „Seal on mingid traditsioonid, mis on jäänud püsima," ütleb ta. „Näiteks pidudel on tüdrukutel, ükskõik, mis vanuses, pikad seelikud ja valged mustrilised sukad. Seal ei näe, et naine käiks peol teksade või miniseelikuga," sõnab ta.

Teema „Maskid" sündis Jõgisuu sõnul arutelust selle üle, et erivajadustega inimesi ei võeta ühiskonnas pahatihti võrdsetena. "Inimestele pannakse eelarvamuste põhjal mingid maskid ette. Me tahame need maskid ära võtta ja näidata, et oleme täiesti võrdväärsed," selgitab Jakob.

Prioriteediks siiski nägijaks saamine

Ehkki toimetamisi ja eesmärke on Jakobil rohkem kui küll, on prioriteediks siiski terveks saamine. „Praegu olen palunud inimesi appi endale kliinikuid leidma, vahel oleme neid siin poole ööni otsinud," jutustab Jakob. "Neil on palju erinevaid meetodeid." Tänu sellele on leitud muuhulgas juba 12 tippkliinikut Ameerikas, kellega tal on aktiivne meilivahetus.

„Mitu kliinikut on vastanud, et teil on kõik stabiilne, käige lihtsalt korduvalt kontrollis ja uuringutel ja kõik on hästi," jutustab Jakob. „See ei ole minu jaoks vastus. Ma tahan nägijaks tagasi saada."

„Otsisime üles Euroopa kliinikud ning kirjutasin ka Indiasse ja Iisraeli," kirjeldab Jakob lootusrikast protsessi. Tänu heade inimeste toetusele on esimene reis Zürichisse juba tehtud.

„Eesti on väga ilus riik, ma hindan väga siinset loodust ja IT-arengut ja ka meie arste, aga meditsiini poolest, nii palju, kui ma olen uurinud, ollakse palju arenenumad nt Iisraelis ja Iraanis."

Päev pärast meie intervjuud sõidabki Jakob arstlikule konsultatsioonile Tel Avivi. „Lähen sinna väga suurte ootustega," tunnistab mees. „Ideaalis loodan kuulda, et neil on meetod ja näiteks juunis-juulis saame raviga alustada," loodab ta.

Jakobi teekonnale saad kaasa elada ja teda toetada läbi Facebooki - vaata Jakob Jõgisuu kontot.

ELU
ERIALASID LÕIMIV UUENDUS
Euroopa Liit
Euroopa
Regionaalarengu Fond
Eesti
tuleviku heaks

Erilised lapsed vajavad erilisi mänguasju

Poodide mänguasjariiulid on pilgeni asju täis, igas vanuses ja erinevate huvidega lastele – alates kaisukatest kuni elektriliste mänguasjadeni. Viimased eeldavad enamasti head peenmotoorikat, silma ja käe koostööd, liikuvust ning tasakaalu. Kahjuks kõigile ei ole loodus kinkinud neid omadusi. Kas erivajadusega lapsed peaksid elektrilistest mänguasjadest loobuma? Tallinna ülikooli tudengid tõestavad vastupidist!

TEKST: Annika Nässi, Tallinna ülikooli eripedagoog-nõustaja magistriõppe tudeng FOTOD: Erakogu

Ka erivajadusega laps peaks saama mängida teda arendavate mänguasjadega. Just selle mõttega algatasid alushariduse pedagoogid Britt Puusepp, Maiken Soosalu, Epp Teekivi ja eripedagoog-nõustajad Jaanika Mürk ning Annika Nässi ELU kursuse raames elektrooniliste mänguasjade kohandamise projekti „Õpime mängides“.

Missugune peab olema erilise lapse lelu?

Kärt Mere 2006. aasta artikkel “Puudega laps ja mänguasi” toob välja, et puudega lastele mänguasjade valimisel ja valmistamisel on oluline arvestada lapse eripäraga ning kasutada erineva sisu, tekstuuri, suuruse ning kujuga lelusid. Puudega lapsele on parim mänguasi selline, mis on valmistatud just talle ja tema eripära arvestades. See info aitas meeskonnal kohandamiseks vajaminevad lelud poest välja valida. Peab ütlema – see oli raske ja aeganõudev ning sobivaid mänguasju otsiti kaua. Järgmiseks koguti infot kohandamise kohta. Saadi teada, et poes müüakse valmislahendusena sobivaid lüliteid, mida on võimalik kohe mänguasjale lisada, kuid see tekitab iga mänguasja lisamaksumuseks umbes 90 eurot. Kuna summa tundus tohutult suur, siis otsustati kohandada elektrilisi mänguasju nii odavalt kui võimalik. Projekti kogusummaks sai 60 eurot, mille eest osteti erinevaid elektroonikadetaile: patareisid, vedrusid, juhtmeid, kruvisid. Meie ELU grupp koosnes neidudest, kellel polnud eelnevalt ühtegi kokkupuudet elektritöödega. Projekti õnnestumisse panustas TLÜ süsteemiadministraator Tanel Toova, kes aitas osta õiged vahendid, tutvustas materjale, elektroonikatermineid ja töövõtteid. Õpiti kasutama lülitite tootmiseks vajaminevat 3D-printerit ning kohandati ümber hüppav ja haukuv koer, laulev põhjapõder, õppemäng Tornaado ja palle viskav elevant. Kõik mänguasjad said külge suure lüliti, mille abil kohmaka peenmotoorikaga laps saab iseseisvalt elektrilise mänguasjaga mängida.

Nüüd, kui grupp on oma tooted valmis saanud, külastatakse Käo ja Hilariuse põhikooli, kus tutvustatakse kohandatud mänguasju ja testitakse nende vastupidavust. Projekt lõpeb maikuus, kui toimub lõppüritus Eesti Puuetega Inimeste Kojas, kus jagatakse saadud kogemusi.

→

Kuidas projekt sündis?

Mõned aastad tagasi alustas Tallinna Ülikool (TLÜ) uue kursusega ELU, mis on erialasid lõimiv projekt – erinevate erialade üliõpilased tulevad kokku ja lahendavad üheskoos ühiskonnas tekkinud murekohti. Jaanuaris 2019 kogunes projekt „Õpime mängides" Sirje Pihti ja Tiiu Tammemäe juhendamisel. Esimesel kohtumisel tutvustas Anne-Mari Rebane Eesti Tegevusterapeutide Liidu ja Eesti Puuetega Inimeste Koja ühisettepanekut mänguasjade elektroonilise kohandamise võimaluste kaardistamisest.

Mida tasub proovida ning milline lahendus ei jää kestma?

Loe projekti kohta **https://kohandatudlelud.home.blog.** Sealt leiab muuhulgas ka kohandamiseks vajaminevad videod.

Kohandamise infot jagab tudengitele TLÜ Digitehnoloogiate instituudi süsteemiadministraator Tanel Toova.

UUDIS

MTÜ Händikäpp pakub õigusnõustamist

MTÜ Händikäpp alustas õigusalase projektiga, mis on suunatud puuetega inimestele ja nende lähedastele, kes tunnevad, et on sotsiaalsüsteemiga suhtlemisel jäänud ilma vajalikust abist ning vajaksid tuge kohtu poole pöördumisel.
Inimesi, kes on sotsiaalsüsteemiga suheldes kimpu jäänud, palutakse võtta ühendust MTÜ Händikäpaga, kes aitab välja selgitada, kas juhtumiga on tegeldud nii palju, et ainsaks lahenduseks on kohtutee ettevõtmine. Vajadusel saab inimene abi ja nõustamist ka täiendava taotlemise või vaide esitamiseks, sealt edasi võtab töö üle juba advokaat. Kõik kohtuga seotud kulutused tasub inimese eest MTÜ Händikäpp.
Eesmärgiks on projekti raames saada lahendused erinevate teenustega seotud juhtumitele. Seetõttu jätab Händikäpp endale õiguse teha sooviavalduste hulgas valik, kui kohtusse minna soovijaid on rohkem.
Võtke ühendust MTÜ Händikäpp juhatuse esimehe Ave Jaaksoniga e-posti teel: ave@handikapp.ee või helistage tel 734 8328, E–N, kell 10:00–18:00.

Uuri lisa: **www.handikapp.ee**

Milline näeb välja Eesti Pimedate Liidu tegevjuhi üks tööpäev? Saa teada!

Üks päev Mari Sepaga

TEKST: Mari Sepp, Eesti Pimedate Liidu tegevjuht FOTO: Janek Tischler

Kell 6.40 "Sah-sah-sah" kostub hääl läbi une. Loodan, et see hääl uuesti ei kordu. Mõneminutiline vaikus, mille jooksul suigatan uuesti magusasse hommiku-unne. Uuesti kõlab nõudlik "Sah-sah-sah". Avan silmad. Kass Sass istub meie voodis patjade vahel ja tõmbab oma pehme käpaga nõudlikult vastu puidust voodipeatsit. Kuulatan, ehk on abikaasa ärganud. Ei ole. Vaatan kella ja mõtlen, miks ometi ei võinud Sass veel kakskümmend minutit oodata. Tõusen ja kõnnin Sassi järel välisukseni, et ta õue lasta. Magama ei ole enam mõtet minna. Hakkan end algavaks päevaks valmis seadma, valmistan hommikusöögi ja katan laua.

Kell 7.15 tuleb oma toast tütar Liisa, teeme hommikukallid. Senikaua kuni Liisa toimetab, vaatan arvutist üle eelmisel õhtul saabunud kirjad ja hakkan end mõtetes töölainele sättima.

Kell 7.40 Istume hommikust sööma ja arutame päevaseid tegevusi.

Kell 8.10 Teeme Liisaga kallid, Liisa klassiõde ootab juba maja ees, et üheskoos kooli jalutada.

Kell 8.30 Hakkan kontori poole jalutama. Oleme oma linnaelu sättinud täielikult autovabaks – tütre kool, trennid ja huvitegevused ning meie töötoimetused on kõik jalutuskäigu kaugusel. Ma armastan jalutada. Kadriorust Pimedate Liidu kontorisse Raua tänaval kulub jalutades 20 minutit.

Kell 8.55 Jõuan kontorisse. Teen mõnusa tassi teed, istun arvuti taha ja vaatan üle oma *to-do* listi. Täna on kaustikus viis kiireloomulist tegevust ja kümmekond veidi rohkem aega nõudvat toimetust, mida saan järgnevatel päevadel teha. Kalendrisse on kella poole kolmeks märgitud ligipääsetavuse-teemaline koosolek Toompeal. →

Kell 9.10 Esimese asjana tuleb valmistuda homme toimuvaks Pimedate Liidu juhatuse koosolekuks. Prindin välja koosoleku materjalid. Liidu tegevjuhina vastutan eelarve ja tegevuskava täitmise ning majandusaasta aruande koostamise eest. Olen need koosolekul kinnitamisele tulevad materjalid saatnud juhatuse listi. Vaatan juhatuse liikmetelt saabunud kirjad veelkord üle, teen nende põhjal märkmeid ja lisan selgitusi.

Kell 10.00 Oleme palunud juristilt arvamust ühe üldkoosoleku korraldust puudutava küsimuse kohta. Helistan juristile, et see üle täpsustada.

Kell 10.35 Asun vastama saabunud e-mailidele. Ühes kirjas on tore uudis nägemispuudega inimestele lauamängu ALU loojatelt, kes teatasid, et nad on leidnud mängu tootmiseks rahastuse ja varsti võiksime korraldada mängu demonstratsiooni.

Teised e-mailid puudutavad koosolekute kutseid, teemaalgatusi ja on ka üks kiri seoses Liidu äripinnaga. Tegevjuhina on minu tööülesandeks ka Liidule kuuluva äripinna haldamine. Renditulu võimaldab Liidul tegeleda nägemispuudega inimeste huvikaitse ja esindamisega. Samas nõuab see pidevat tööd, hoone korrashoiu korraldamist ja rentnikega suhtlemist. Äripinna haldusega tegeleme koos juhatuse esimees Ago Kiviloga, kes tunneb hoonet läbi ja lõhki. Helistan Agole, et arutada, kuidas selles küsimuses toimida.

Kell 11.55 Olen saanud e-kirjade vastamisega ühele poole. Tunnen, et üks väike lõuna-amps ei teeks paha, käin poes ja võtan salati.

Kell 12.20 Alustan ühe projektitaotluse eelarve ja tegevuskava koostamist. Vahepeal helistab Mati Malm Juht- ja Abikoerte Koolist. Arutame, kuidas ja millal kutsuda kokku juhtkoerte ravikulude katmise teemaline ümarlaud.

Kell 13.55 Telefonis hakkab kostma märguandemuusika – on aeg hakata Toompea poole kõndima. Tuul on veel tugevamaks muutunud ja sajab jäist vihma. Üleeile helistas Helen Kask EPIKojast ja ütles, et EPIKoja juhatuse esimees Monika Haukanõmm ja ettevõtlus- ja infotehnoloogiaminister Rene Tammist kutsuvad kokku koosoleku, et arutada hoonete ja veebide ligipääsetavust. Ehitiste ja rajatiste ligipääsetavus nägemispuudega inimestele on mulle väga südamelähedane teema – oleme teinud Liidus ära suure töö ligipääsetavuse nõuete väljatöötamisel. Kuna Helen mainis, et arutlusele tuleb ka veebide teema, kutsusin koosolekule Liidu juhatuse liikme Jakob Rosina, kes on selle alla spetsialist. Mul on hea meel, et Liidul on väga tugev juhatus, mille kõik liikmed on erinevate valdkondade spetsialistid.

Kell 14.15 Nagu kokku lepitud, kohtun Riigikogu ees Jakobiga ja läheme koos majja.

Kell 14.20 Saabub Helen ja kohe tema järel Külliki Bode Vaegkuuljate Liidust. Külliki ütleb rõõmsalt, et nüüd kohtume juba igapäevaselt, homme ju jälle näeme. Korraks ehmatan, et kas olen midagi jätnud kalendrisse märkimata ja siis meenub, et Külliki ja Kristo Ringas tulevad Töötukassast meie Liidu juhatuse koosolekule, et arutada nägemispuudega inimeste tööteemasid. Registreerimislaua juures on juba kohal ka Tarbijakaitse ja Tehnilise Järelvalve Ameti juhataja Kaur Kajak. Liigume koosolekuruumi.

Kell 14.30 algab koosolek, kus saame teada, et Tarbijakaitse ja Tehnilise Järelvalve Ametisse on võetud tööle inimene, kes hakkab kontrollima uute hoonete ligipääsetavust puudega inimestele. Lepime Kaur Kajakiga kokku, et kui nad korraldavad teabepäeva kohalike omavalitsuse ehitusspetsialistidele, tuleme Liidust rääkima nägemispuudega inimeste ligipääsetavuse tagamisest. Minister teeb suurepärase ettepaneku, et märge ligipääsetavuse tagamisest võiks olla ka Ehitusregistris. Loodan väga, et see mõte teoks saab.

Kell 15.40 Lahkume Riigikogu hoonest. Jakob peab sõitma Raadiomajja intervjuud salvestama, mina kontorisse. Otsustame sõita ühe taksoga. Jakob tellib Taxify. Me mõlemad räägime kiiresti ja kogu sõidu jooksul ei teki sekundikski vaikusehetke. Kui Jakob on Raadiomaja ees taksost väljunud, tekib hetkeks vaikus, mille katkestab taksojuhi ühteaegu ootamatu ja armas küsimus: "No ja millal siis Jakobi Peruu reisist saadet saame näha?" Jään talle kahjuks vastuse võlgu. Oleks me hetkekski oma tööjutus pausi teinud, oleks targemaks saanud nii taksojuht kui ka mina.

Kell 16.00 Tagasi kontoris. Kirjakasti on lisandunud paar-kolm e-maili, millele hakkan vastuseid koostama.

Kell 16.30 helistab Mart Kivastik, kes on tulnud Tallinna filmi esilinastusele, mille alguseni on paar tundi aega. Olen saanud tänaseks päevaks kavandatud tegevustega ühele poole ja otsustan tööpäevale joone alla tõmmata. Kutsun Mardi külla. Olen ka oma sõbrad oma töövaldkonda kaasa haaranud. Korraldasime mõned aastad tagasi teiste puudeorganisatsioonidega festivali "Puude taga on inimene" ja minu vastutusala oli teater. Palusin Mardil meie festivali jaoks lühinäidendi kirjutada. Mart kirjutas ja sündis lavastus "No näed siis!", kus Pääru Oja mängis pimedat poissi ja Carmen Tabor koristajatädi. Etendust mängiti mitmeid kordi ka pärast festivali.

Kell 18.30 saabub Liisa tennisetrennist. Istume õhtust sööma.

Pärast õhtusööki teeb tütar oma koolitöid ja mina arutan abikaasaga meie pereettevõtte teemasid.

Kell 22.20 soovime Liisale head ööd. Võtan oma lemmikkirjaniku Sergei Dovlatovi elu kajastava raamatu "Kolm linna" ja sätin enne magamajäämist lugema. Heidan pilgu jalutsis magavale Sassile ja püüan talle sisendada: "Teeme homme nii, et enne kella seitset ei tõuse!" ■

Foto: Erakogu

In memoriam Auli Lõoke (20.02.1955 – 26.03.2019)

Auli oli missioonitundega inimene, kes pika jutu asemel eelistas konkreetseid samme ja tulemust. Väärt eesmärgi nimel istus see abivalmis inimene – ema, abikaasa, vanaema, omastehooldaja, tegevjuht – ratta selga ning ei hoolinud ajast ega töömahust, kuni temale oluline asi sai tehtud, läbi ja ellu viidud. Liialdamata saab öelda, et vajaduse korral seadis ta tahaplaanile enda huvid, vajadused ja une.

Auli oli ELILi tegevjuht ja süda aastatel 2003–2017, edasi jätkas nõunikuna. Ta seisis puudega inimeste heaolu eest tunduvalt rohkem kui nägid ette tema tööülesanded. Kitsaskohtadele lähenes ta alati palju laiemalt ja ei piirdunud ainult liikumispuudega inimestega. Auli aitas kõiki abivajajaid Narvast Kuressaareni ja Põlvast Tallinnani.

Auli kaasabil on ELIList saanud arvamusliider, kelle seisukohtadega arvestavad nii endised kui praegused ministrid ja Riigikogu liikmed. Ta töötas Liidu tegevjuhina, kuid tema tegevus oli tema igapäevasest palgatööst oluliselt mahukam nii ajaliselt, ülesannetelt kui töömahult. Aulit kannustas teadmine, et töö tahab tegemist, väärt ühiskondlik eesmärk täitmist, abivajaja aitamist.

Aastatel 2003–2008 oli Auli puudega inimeste foorumi eestvedaja.

Auli eestvedamisel on ellu kutsutud ka mitmed heategevusprogrammid. Heaks näiteks on Kanal 2 saade „Tantsud Tähtedega“ aastatel 2006–2010 ja 2009. aasta heategevusprojekt „Aitame liikumispuudega lapsi kõndima", mille tulemusena osteti Eestisse esimene kõnnirobot lastele ning jagati liikumispuudega lastele toetusi. Heategevuskrossi „Tanel Leok & sõbrad“ (aastatel 2009–2013) abil koguti toetusi õnnetuses liikumispuude saanud lastele, mille toetustegevused ulatusid aastasse 2017.

Seda loetelu, mis Auli ära tegi, saaks lõputult jätkata.

2016. aastal tunnustas president Aulit Eesti Punase Risti III klassi teenetemärgiga. Peaminister ja regionaalminister on Aulit autasustanud 2013. aastal kodanikupäeva aumärgiga.

Aasta Tegu 2012 ürituse raames anti Aulile Soome Invalidiliitto kõrgeim tunnustus "Invalidiliiton kultainen ansioplaketti", et tunnustada ja tänada teda pikaajalise koostöö eest Soome ja Eesti puudega inimeste ühenduste vahel.

Oleme õnnelikud, et saime Sinuga, Auli, koos kulgeda pikki aastaid. Jääd helgena meie südametesse... Ühineme leinas ja langetame pea. Tunneme kaasa Auli lähedastele. Jääme puudust tundma alati optimistliku meele ja hea sõnaga Aulist. Täname Sind kõige eest, mida jõudsid meie inimeste heaks teha...

Kaaslased Eesti Liikumispuudega Inimeste Liidust

Korralda oma üritus meie juures!

EPIKoda pakub ligipääsetavaid saale töisteks ja pidulikukes sündmusteks

Väike saal (41,6 m²) kuni 16-le inimesele.
Suur saal (84,0 m²) kuni 50-le inimesele.

Asume:
Tallinna kesklinnas, Toompuiestee 10.
e-mail: epikoda@epikoda.ee
tel: 661 6629

Rohkem infot: www.epikoda.ee/kontakt/ruumide-rent/

EESTI PUUETEGA INIMESTE KODA
THE ESTONIAN CHAMBER OF DISABLED PEOPLE