



erinevus
rikastab

AJALEHT

2. detsember 2011



Pimedate Ööde Filmifestivali juht Tiina Lokk võttis festivali kavasid inimõiguste filmiprogrammi. Sel aastal keskenduti puuetega inimeste võrdsele kohtlemisele.

PEETER LANGOVITS

«KULTUUR ÜHENDAB?!»

Igal aastal 3. detsembril tähistatakse üle maailma Ühinenud Rahvaste Organisatsiooni poolt ellu kutsutud puuetega inimeste päeva. Sel aastal tähistatakse puuetega inimeste päeva juba 20. korda, juhtides ühiskonna tähelepanu puuetega inimeste väärkohtlemisele, õigustele ja vajadusele. Sel päeval tuletatakse meelde, et olukorra parandamise ja heaolu tagamise küsimustega tuleb tegeleda järjepidevalt kõigis eluvaldkondades.

Eestis on rahvusvahelist puuetega inimeste päeva tähistatud alates 1995. aastast. Sel aastal tähistatakse Eesti Puuetega Inimeste Koja eestvedamisel seda päeva traditsiooniliselt kujunenud konverentsiga teemal «KULTUUR ÜHENDAB?».

Kultuur on lai mõiste, hõlmates endasse sellised valdkonnad nagu keel, teadmised, oskused, traditsioonid, uskumused, väärtushoiakud, moraal, kombed, õigus jne. Kuid kultuuri võib näha ka kitsamalt, kui võimalust toita oma vaimu, luua midagi oma maitse kohaselt ning nautida teiste loodut.

Konverentsil otsime vastuseid küsimustele, kas puuetega inimestel on samad võimalused kultuurielus osalemiseks ja kultuuri loomiseks nagu kõigil teistel ühiskonna liikmetel? Eestis elab ligi 130 tuhat inimest, kellel on määratud puude raskusaste. Puudest tingitud erivajadused võivad olla väga erinevad; kuid võrdväärselt ligipääsuks kultuuri-

elule on enim tähelepanu vaja pöörata nägemis-, kuulmis- ja liikumispuudest tulenevatele takistustele. Seega, kas kultuur on kõigile või hoopis väikese arvu inimeste privileeg? Kas kultuur on põhiõigus? Kui jah, siis mis on suurimad takistused oma õiguste realiseerimisel?

Konverentsil saavad sõna nii Euroopa Parlamendi Liige Adam Kosa, EV Õiguskantsler hr Indrek Teder, sotsiaalminister hr Hanno Pevkur ning paljud teised oma arvamust oma-vad inimesed.

Konverentsi «KULTUUR ÜHENDAB?!» programm on kättesaadav Eesti Puuetega Inimeste Koja koduleheküljel www.epikoda.ee.

JÜRI JAANSON:

«Kultuurivaldkonnas on asjad paremad kui igapäevaelus. Tundub, et kultuuriinimeste empaatia- võime on keskmisest suurem ja seetõttu võtavad nad erivajadustega inimeste vajadusi lihtsamalt, vabamalt omaks.»



Mida tähendab «Tallinn kõigile»? Aga «Kino Kõigile»?

Möödunud aastal alustas Eesti Disainerite Liit Tallinna kaardistamisega. Hinnati kõnniteid ja sissepääse, analüüsiti transpordisüsteemi, vaadati üle siltide ja viitade süsteemi – ikka selleks, et aimu saada, kui ligipääsetav ja inimsõbralik linn üldse on. Veelgi lähemale mindi kinodele. Kui lähedale, sellest loe lk 6 ja lk 7.

Tehnikaülikool – näoga ühiskonna poole

«Kommunikatsiooniekspert ja TTÜ õppejõud Agu Uudelepp on viidanud, et ühiskonna jaoks on «aheldamata» puudega inimene, kes ei ole ohver ega kulukas koorem ühiskonnale ülal pidada, umbes seal, kus asuvad ausad poliitikud, õnnelikud vanainimesed, ufod või jõuluvana – tegelikult me väga nende olemasolusse ei usu,» kirjutab Tallinna Tehnikaülikooli erivajadustega tudengite nõustaja Sven Kõllamets. / lk 10



Kuidas muuta oma veebilehekülge ligipääsetevaks?

Milline peaks olema veebilehekülge, mis arvestab kõigi inimeste vajadustega? Kas Eesti avaliku sektori veebileheküljed on ligipääsetavad? / lk 11

Suure südamega poiss

Uku ise arvab, et on kasvult liiga lühike, sest mis muu saab olla põhjuseks, et ta ei suuda mänguväljakul joosta sama kiiresti kui teised lapsed või pelgab ronida aias kasvava õunapuu otsa. Kui lisada juurde naabriposi eputamine selle üle, kui osav ta kõiges on, on tulemuks üks õnnetu poiss. / lk 14

Ratastooli atleet

Müüdid on murdmiseks – enamik inimesi ei suuda seda, mida teeb 19-aastane ameeriklane Aaron Fotheringham. Tegemist on noormehega, kes sündis seljaajukahjustusega, mille tõttu tema jalad ei tööta. Kuid see ei takista teda BMX võistlusi võitmast! / lk 15

Õeldakse PÖFF, mõeldakse

ENE LÄKK

PÖFFi juht TIINA LOKK räägib sellest, kuidas filmifestival laieneb kultuuriüritusest inimõiguste eest võitlejaks maailmas.

Pimedate Ööde Filmifestival PÖFF tuli tänavu välja uue algatusega teha kinosaalid ligipääsetavaks ka erivajadustega inimestele. Mida see idee endast õigupoolest kujutab?

Tänavu, juba kuuendat aastat oli Pimedate Ööde Filmifestivali kavas inimõiguste filmiprogramm. Sellel korral oli üheks fookuseks puuetega inimeste võrdne kohtlemine. Avamisel arutleti teemal «Kino kõigile?» ning tutvustati PÖFFi ja Eesti Disainerite Liidu koostöös valminud uurimust, kas ja kui ligipääsetavad on Coca-Cola Plaza ning Solarise kino saalid kõigile, ka vaegnägijatele, vaegkuuljatele ja ratastooliinimestele. Töö oli eriti väärtuslik just selle poolest, et kaasatud oli ka testgrupp, kuhu kuulusid erinevate puuetega inimesed. Samuti olid töörühmas mõlema kino esindajad. Ilma kinode nõusolekuta poleks see uurimistöö valminud.

Inimesed tavaliselt ei mõtle puuetega inimestele enne, kui endal või oma pereliikmel pole sellist vajadust tekkinud? Kuidas see idee sündis?

See on pikem lugu, mis ei tekkinud ühest sõrmenipsust. Enne PÖFFi inimõiguste programmi käivitamist olin Tšehhi samateemaliste dokumentaal-filmide festivali žüriis. Nägin ühekorraga nii palju inimõiguste dokumentalistikat, mis tõi kogu maailma ilu ja valu minuni, et otsustasin võtta inimõiguste filmid PÖFFi programmi. Seda enam, et Eestis olid sel ajal inimõiguste filmid hästi kiduralt esindatud. Ka Eesti Televisoonis ei näidatud neid tol ajal üldse.

Aga paljuski määrab ära ühe või teise inimõiguste aspekti käsitlemise see, kust saame raha. See on pidev kompromissi otsimine – jääda iseendaks, aga otsida rahastust sellele, mida peame tarvilikuks kajastada. Meil on olnud aastatepikkune koostöö Avatud Eesti Fondiga, mille tulemusel oleme saanud väga erinevaid inimõigusi käsitleda. Kui Tallinna Tehnikaülikooli Õiguse Instituut alustas kampaaniaga «Erinevus rikastab», saime minna süvitsi ka võrdse kohtlemise temaatikasse.

Peale selle pöördus läinud aastal meie poole laste ombudsman Indrek Teder, kes tegi ettepaneku käsitleda meie lastefilmide festivalil ka laste õiguste teemat. Ja kuidagi iseenest tekkisid meil ka sidemed Eesti Puuetega Inimeste Kojaga, kellega puutusin kokku, kui kandideerisin tänavustel Riigikogu valimistel. Siis sain tõeliselt sellel teemal otsa peale. Olen seotud ka Heleni kooliga.

Nii et täna kajastab PÖFF pea kõiki inimõiguste aspekte. Aga samas ei oska, ei jõua, nii kiiresti ja nii palju kui tahaks.

Kõne all olevale ideele andis gaasi väike seik, mida nägin Wiesbaden's festivali ajal, kui ootasin peatuses busi. Nägin, kuidas kõrvalmajast väljus ratastooliinimene. Nägin, kui vabalt ta liikus tänaval, kuidas ta tegi oma igapäevaseid toiminguid, ostis midagi kioskist, läks poodi, tal ei tekkinud mingit tõrget. Seal olid sellised trepid, mille kõrvalt oli võimalik rahulikult oma tooliga minna.

Milline on puuetega inimeste olukord Eestis? Kas nad saavad sama hästi hakkama? Hakkasime sel suvel konkreetselt tegelema erivajadustega inimeste probleemidega. Leidsime oma mõtetele kiire rakenduse, kui kuulsime, et Eesti Disainerite Liit veab parasjagu projekti «Tallinn For All». Arvestades

meie tegevusvaldkonda, tegime ettepaneku võtta luubi alla ka kinod ja Ettevõtluskõrgkooli Mainor Disaini õppetooli viimase kursuse tudengid võtsidki uurida Coca-Cola Plaza ja Solarise kinode ligipääsetavuse erivajadustega inimestele.

Mida näitasid Eestis kahe kino põhjal tehtud uurimistöö tulemused?

Tahan rõhutada just seda, et ei tohiks hakata süüdistama neid kinosid ja näitama näpuga puudustele. Vastupidi, neid tuleks tunnustada selle eest, et olid nõus osalema uurimistöös ja soovivad oma kinosaalet muuta ka erivajadustega inimestele kättesaadavaks. See tõstab nende mainet.

Miks pidid nemad rohkem sellele mõtlema, kui kõik teised asutused ja ettevõtted?

Küsimus on kõigepealt selles, kuidas puudega inimene üldse kinoni pääseb. Milline mõtlematu inimene on Tallinna kõnniteed projekteerinud nii kõrgete äärtega? Ärme räägi siin ainult erivajadustega inimestest. Räägime ka jalgratturitest, räägime noortest emadest, väikestest lastest, vanuritest. Kuski mujal maailmas ei näe 20 cm või kõrgemaid kõnniteeääri, kuhu pole tehtud mitte ühtegi kallet! Usun, et see kõik on lihtsalt hoolimatuses, mitte aga pahatahtlikkuses kinni.

Üks ehitaja mäletab määrust «Nõuded liikumis-, nägemis- ja kuulmispuudega inimeste liikumisvõimaluste tagamiseks üldkasutatavates ehitistes», teine seda ei mäleta. Nii valmis meil tunnel, kus ühes otsas on puudega inimesele sissepääs, aga teises otsas seda pole.

«Puuetega inimeste vajadused kattuvad 80 protsendi ulatuses tervete inimeste omadega, eriti eakate ja lastega emade vajadustega. Ma ei tõmbaks piiri, et siin on erivajadustega ja siin normaalne ühiskond.»

Kuidas on olukord mujal maailmas. Kas filmifestivalidel arvestatakse puuetega inimestaga? Kas sealsetest kinodest oleks meil eeskuju võtta?

Maailma filmifestivalidel pole puuetega inimeste olukord palju parem kui meil. Kino esimeses reas on tavaliselt kolm tooli ära võetud ja need kohad jäetud ratastooliinimestele. Sellega oleks nagu kõik erivajadused kaetud. Tegelikult on kõik festivalid enam-vähem võrdsel tasemel ja selle teemaga pole eriti palju tegeletud. Ei ole nii, et mujal maailmas on selle peale oluliselt rohkem mõeldud. Tänav- ja linnapildis on parem olukord, aga kultuuriasutused on kõik samas lähtepositsioonis. Võibolla ma eksin, sest pole erilist uurimust teinud, aga võtan selle järgi, mida olen ise festivalidel näinud. Kõige paremini on erivajadustega inimestega arvestanud Karlovy Vary festival, mis mul kohe meelde tuleb. Seal on kõige rohkem ridu jäetud puuetega inimestele ja kõige mõistlikumalt eraldatud kohtade arv – sellest siis ka väga palju erivajadustega inimesi seanssidel. Aga teistel festivalidel pole ma mitte ühtegi ratastooliinimest seanssidel näinud.

Meie ühiskonnas kohtab sageli suhtumist, et mis see puudega inimene sinna kinno kipub. Istugu parem kodus. Kuidas küll seda mõtteviisi muuta?

Selline mõtlemine puudutab kõiki endisi sotsialistlikke maid. Ma arvan, et need juured on õudselt sügaval alateadvuses. Nõukogude ideoloogia ajal ei olnud Stalin mitte viimane, kes koristas ära kõik vigased ja sandid (siis nimetati neid inimesi just niimoodi), et



nad ei «risustaks» meie tänavapilti. Eksisteerisid üksikud saared, vaimuhaiglad, kuhu korjati ära kõik, kes nägid teistmoodi välja. Meil oli üks rassistlikumaid ühiskondi.

Ma arvan, et selline mõtlemine istub meil veel väga mitmeid põlvkondi kuklas. Eesti praeguses ühiskonnas, mis on enneolematult muskli ja džauli keskne, arvatakse, et näiteks kõik üle 50aastased võiksid kobida surnuaeda, panna endale rätikud ümber ja oodata seal surma, unustades, et ka nad ise saavad kunagi vanaks ja vajavad tingimusi nagu erivajadustega inimesed. Puuetega inimeste vajadused kattuvad 80 protsendi ulatuses tervete inimeste omadega, eriti eakate ja lastega emade vajadustega. Mina ei tõmbaks piiri, et siin on erivajadustega ja siin normaalne ühiskond.

Kas kavatsete sellesse aktsiooni tõmata ka teised kinod?

Ma ei oska niimoodi öelda. Kinode olukord on üleüldse vilets, võtame või Sõpruse kino. Mis sa siin kaasad, ei saa

juba ehitusspetsiifika tõttu midagi teha. Kuhu sa sinna ehitad mingi kaldtee? Sinna saab ratastooliinimene ainult inimusklijõul sisse.

Muidugi, püüame kaasata ka teisi kinosid, aga kõik sõltub sellest, milline on nende valmidus seda uurimust teha ja teiseks, kust saada raha puuduste kõrvaldamiseks. Ei maksa unustada, et iga kino on eraettevõtte. Ja meie kinod ei ole rikkad, filmiäri ei ole megaäri. Me ei saa kedagi sundida, et nüüd peate tekitama need ja need ümberehitused. Ma olen praegu väga ettevaatlik, sest ei tea veel, kas saaks käivitada mingi riikliku programmi või kas saaks Euroopast mingeid rahalisi vahendeid. Me oleme alles tee alguses, oleme tõsiselt sellesse maailma sisenenud alates tänavusest Tartuffi festivalist. See on olnud aeglane sisenemine, ma ei arvanud, et see maailm nii detailirikas on. Üks asi on tahtmine, teine asi on arusaamine sellest, kui tohutult palju asju on tegemata. Nüüd tuleb mõelda, kust see ressurs peaks tulema. Ja siin ma ei oska täna mingeid vastuseid anda.

Programmi «Tallinn For All» üheks põhimõtteks oli see, et osutada tähelepanu võimalikele muudatustele, mis nõuavad suhteliselt väikest raha. Puudustele, mis tingitud kas hoolimatusest või teadmatuses, mida saaks kerge vaevaga muuta. Et sellest ei kujuneks järjekordne projekt, mis jäetakse sahtlisse. Kas võib loota, et neist kinodest saavad näidiskinod?

Kui rääkida Coca-Cola Plaza ja Solarise kinost, siis tundub nii mõnigi asi, mis uurimistöös välja toodud on, esmapilgul jube lihtne, aga nõuab siiski teatud finantse. Asi seegi, et vajakajäämised sai välja toodud. Praegu sõltub edaspidine tegutsemine kinode vabast tahtest. Aga see oleks suur asi, kui saaks mingid mudelkohad teha, kuidas peaks olema – näidiskohad, milline võiks olla see ruum meie ümber, kus kõik tunneksid end hästi. Ja alustada kas või siltidest ja viitadest, mis peavad olema selged, lihtsasti arusaadavad ja kaugele nähtavad. Nende ümbervahetamine ei tähenda maja ümberehitamist.

KINO KÕIGILE



Tiina Loki arvas oleks suur asi, kui saaks teha näidiskohad, mis näitaksid milline võiks olla ruum meie ümber, kus kõik tunneksid end hästi.

AUTOR: PÖFF

Pimedate Ööde Filmifestival on kasvanud välja kultuuriürituse raamist. PÖFFist on saamas üks inimõiguste eest võitleja ja «normaalsete inimeste» mentaliteedi mõjutaja. Kas on plaanis veel mingis suunas laieneda?

Tegelikult oleme tänaseks päevaks suhteliselt vähe veel suutnud teha. Sellepärast, et üritame päris põhjalikult selgeks teha, milles meie võimalused üldse on ja mida kogu see maailm endast kujutab. PÖFF on piisavalt suur kultuurinähtus, mis toimib oma alafestivalide kaudu aastaringiselt, nii et vähemasti oma valdkonnas, aga mitte ainult, suudaksime ehk midagi ära teha ja mõjutada kindlasti. Kuna meil on vahvad sponsorid, siis saaksime ehk koos oma partneritega midagi liikuma panna. Paljud neist tegelevad juba selle valdkonnaga ilma meietagi, aga järgmisel aastal loodame ühendada jõud ja koos edasi liikuda.

Asjal on ka pragmaatiline külg. Olen aru saanud, et Eestis pääsed pal-

ju kaugemale, kui liidad pehmetele väärtustele kõva väärtuse, vaimsetele väärtustele materiaalse külje. Kui me räägime materiaalsest küljest, on suur sihtrühm, mis Eestis on kasutamata – see on invaturism. Meil puuduvad lihtsalt selleks tingimused. See ei ole mitte väikene arv inimesi, kes selle tõttu Eestisse tulemata jääb. Tingimuste loomiseks võiks alustada sellisest väikesest asjast nagu teenindajate koolitamine. Kui mina oleksin spetsiaalse koolituse ta ettekandja, siis ei tuleks ma selle peale, et koputaks vaegnägijale öla peale, kui ulatan talle teetassi. Need on küll imepisikesed, aga väga olulised detailid.

Need on asjaolud, mida peame silmas ka oma vabatahtlike koolitamisel, ikka eesmärgiga, et PÖFF saaks kõigile kättesaadavaks. Soovisime, et meie vabatahtlike hulka tuleks ka mõni puuetega inimene. Sel korral tuli ainult üks kuulmispuudega inimene. Samas hakkasime mõtlema, mismoodi saame oma kontorisse kutsude erivajadustega inimesi PÖFFi tegema, kui asume kolmal korral ja meie majas pole

lifti. Oleme pidanud kohtuma nende- ga väljaspool maja.

Mis on tulevikuplaanid just filmide osas?

Näitasime nii Tartuffe ajal Tartus kui ka viimasel PÖFFil nägemispuudega inimestele kirjeldustõlkega filme. See on sama nagu lapsele raamatu ettelugemine või filmirahvale tekst, mida saab lugeda montaažilehelt. Näitleja loeb kõrvaklappidesse nii dialoogi kui tegevuse kirjeldust. Tõsi, väga kiireid ja tekstirohkeid filme niiviisi näidata ei saa. Need seansid olid mõeldud ka tavapublikule, kes tahtsid panna oma meeled proovile ja tunda, kuidas on olla nägemispuudega. Neid inimesi oli palju.

Järgmine etapp, mida tahame teha, on filmid spetsiaalsete subtiitritega (emotsioonide kirjeldustega) vaegkuuljatele. Ka see nõuab aega ja spetsiaalseid oskusi. Tegutseme ikka selles suunas, et veel rohkem võimaldada kino nautimist kõigile ja viia seda mõtteviisi filmifestivalidele üle kogu maailma.



Triin Lepik ja Liis Laigna «Imetegijas».

FOTO: ANTS LIIGUS

Pärnu «Endla» teater teeb imesid

Tõelise imega eesti teatri ajaloos sai hakkama Pärnu «Endla» – teatri hooaja avalavastus «Imetegija» etendus nelja tõlkega, mis andsid vaegkuuljatele ja – nägijatele võimaluse etendusest osa saada.

Etendus räägib pimekurdid kirjanikust ja ühiskonnategelasest Helen Kellerist ja tema õpetajast Annie Sullivanist. Terve lapsena sündinud Helen kaotab paariaastaselt nii kuulmise kui nägemise, meeleehtlikuks muutunud olukorra peres päästab noor õpetaja Annie.

Idee etendada «Imetegijat» nelja tõlkega hakkas teatris vaikselt veerema kevadel. Pärnis esimene initsiatiiv tuli lavastaja Kalju Komissarovilt, kes lavastusega tööd alustades kontakteerus kohe Eesti Pimekurtide Tugiliidu ja Tallinna Heleni Kooliga, kes olid lahkelt nõus lavastuse teema avamisel abiks olema.

Suvel kontakteerus teatriga ka Jüri Jaanson, kelle soov oli leida vaegkuuljatele võimalusi teatrikülastusteks. Kirjeldustõlke idee tekkis üsna esietenduse-eelselt, et ka mittimed Heleni Kooli õpilased etendusest osa saaksid.

Need neli tõlget, mida esietendusel ja külalisetendustel kasutati on – viipekeelne tõlge, subtiitrid ja helivõimendus, lisaks veel kirjeldustõlge vaegnägijate tarvis kõrvaklappidesse. Huvi etenduste vastu oli suur, esietendus võeti vastu püsti aplodeerides.

Lähemal ajal «Endla» rohkem nelja tõlkega «Imetegija» etendusi ei planeeri, kindlasti aga tuleb kevadel mõni subtiitrite või kirjeldustõlkega etendus. Kuupäevadest on veel vara rääkida, kuna kevadhooaja mängukava on hetkel planeerimisel. Vaikselt soojendatakse «Endlas» ideed ka ühest lasteetendusest, kus oleks kaustusel vähemalt kirjeldustõlge ja viipekeelne tõlge.

Väga suureks abiks «Endla» teatrile olid Eesti Pimekurtide Tugiliit, Tallinna Heleni Kool, Pärnu Pimedate Ühing, Pärnumaa Kurtide Ühing ja Tallinna ja Harjumaa Vaegkuuljate Ühing.

Teater omalt poolt püüab Eesti Pimekurtide Tugiliitu aidata lavastuse raames käima lükatud kampaaniaga «Teeme koos imesid», mille tulu läheb nägemis- ja kuulmispuudega laste muusikaõpingute toetamiseks.



Teobeebi. Foto autor kanadalanna Christina Anne McCallum kaotas nägemise 22aastaselt ja on ametlikult pime. Pointe-aux-Prairies Nature Park'is tehtud foto kandideerib detsembrikuise ajakirja «National Geographic» Kanada väljaandesse.

Pimedad fotograafid ?!

Tundub uskumatu, kuid see on tõsi – ka vaegnägijad ja isegi pimedad tegelevad fotograafiaga. Ja mitte ainult hobi korras, näiteks kasutas ajakiri «Playboy» pimedaid fotograafe ühe oma fotoseeria tegemisel ning mõni pime fotograaf on leiba teeninud lausa professionaalse fotograafina.

Võibolla ongi just nägemismeele abita tehtud fotod need, mis on tehtud kõige selgema pilguga, mis salvestavad vaid kõige olulisema – asjade põhiolemuse?

Kel rohkem huvi, lugegu pimedate fotograafide blogi <http://blog.blindphotographers.org/> Ja vaadaku pilte http://www.flickr.com/groups/blind_photographers/

MIS ON «AJALEHT»?

See ajaleht räägib paljudest erinevatest inimestest, sellest, millest nad mõtleavad ja mis neile rõõmu või muret teeb.

Näiteks riigikogu liige Jüri Jaanson soovib, et kehvasti kuulvate inimestega arvestataks rohkem. Filmifestivali perenaine Tiina Lokk tahab, et kinno saaks ka ratastooliga inimesed. Et ka pimedad ning kurdid inimesed saaksid filmide kohta seletuse. Veel räägib ajaleht mõtetest, kuidas muuta Tallinn ligipääsetavamaks.

Sellest, milline peaks olema hea internetilehekülg. Tallinna Tehnikaülikooli pingutusest teha ülikoolis õppimine võimalikuks kõigile.

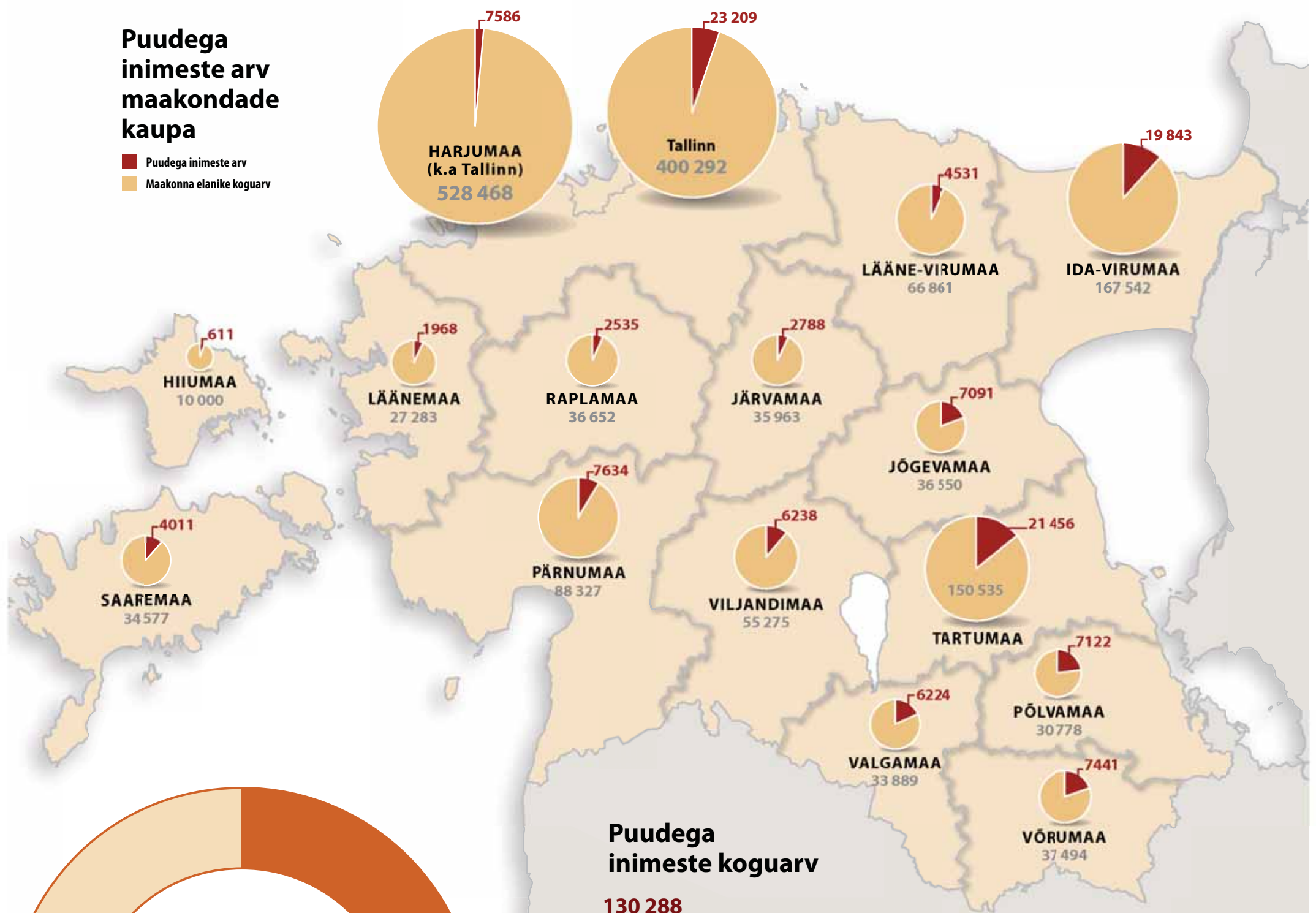
Juttu on Soome maal asuva kultuuripealinna Turku kohta, kuidas nemad kultuuri kõikide inimesteni viia soovivad.

Ameerika poisist, kes teeb ratastooliga saltosid. Ajalehest saab teada, kust saab abi ja toetusi.

Puudega inimesi on Eestis üle 130 tuhande

Puudega inimeste arv maakondade kaupa

■ Puudega inimeste arv
■ Maakonna elanike koguarv



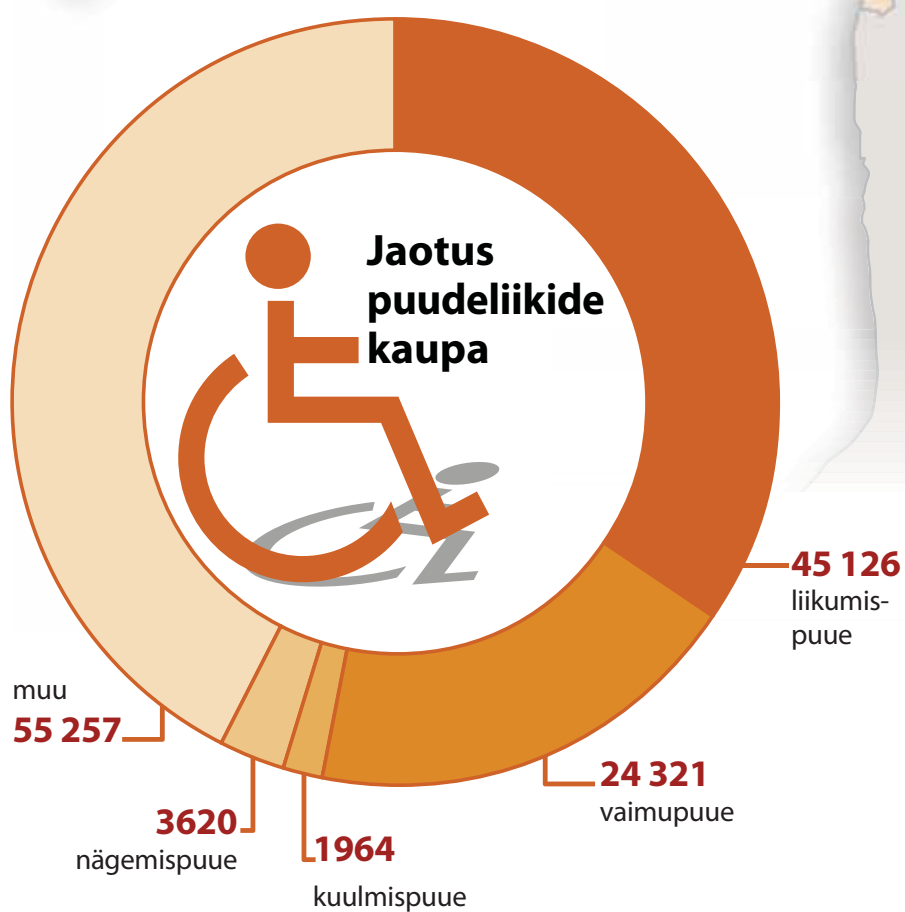
Puudega inimeste koguarv

130 288

98 561

130 288
puudega

1 340 194
Eestis elanikke



Puudega lapsed

2010. aastal lisandunud

8 071

10 030

20 544

19 150

15 815

Puudega lapsi
(kuni 15-aastaseid)

Keila
elanike arv

2010. a lisandunud
puudega inimesi
(tuvastati puue esmakordselt)

Viljandi
elanike
arv

2010. a Eestis
sündinud lapsi

Eesti puudega inimeste uusim statistika on seisuga 10.11.2011:
Allikas: Sotsiaalkindlustusamet

Rahvastikuandmed
Allikas: linnade koduleheküljed, Statistikaamet

KAS SA TEADSID, ET...

KARIN HANGA,
Eesti Puuetega Inimeste Koja tegevjuht

Kas Sa teadsid, et puudega inimestele, puudega laste vanematele ja puudega inimese tööandjale on seadustes ette nähtud mitmeid soodustusi ja toetusi?

Puue on inimese anatoomilise, füsioloogilise või psüühilise struktuuri või funktsiooni kaotus või kõrvalekalle, mis koostoimes erinevate suhestumuslike ja keskkondlike takistustega tõkestab ühiskon-

naelus osalemist teistega võrdsetel alustel (puuetega inimeste sotsiaaltoetuste seadus).

Oluline mõista, et:

- tervisekahjustus üks ei ole veel puue
- puue on tervisekahjustuse ja keskkondlike ning muude takistuste koostmõju tulemus
- puue on ajas muutuv, sest tervisekahjustus, toimetulek ja keskkond võivad muutuda – paremuse või halvemuse poole

- seetõttu on vajalik ka „puude tõestamine“ teatud ajaperioodi tagant (-5a). Ei uurita, „kas jalg kasvab alla“, vaid seda, kas toimetulek on muutunud, kõrvalabivajadus suurenenud või vähenenud.

Kuidas toimub puude raskusastme tuvastamine?

Puude raskusastme või püsiva töövõimekaotuse tuvastamiseks peab inimene täitma arstliku ekspertiisi taotluse (kättesaadav Sotsiaalkindlustusameti kodulehelt) ja

esitama selle elukohajärgsele Sotsiaalkindlustusameti piirkondlikule osakonnale (pensioniametile). Taotluses annab inimene informatsiooni oma toimetuleku, kõrvalabivajaduse, lisakulude jpm kohta. Tervisealast informatsiooni küsitakse ka isiku perearstilt ja vajadusel eriarstilt. Lastele koostatakse puude tuvastamiseks rehabilitatsiooniplaan. Sotsiaalkindlustusamet tuvastab puude raskusastme, lisakulud ja püsiva töövõimekaotuse dokumentide alusel. Puude määramise järgselt on inimesel õi-

gus taotleda riiklikke sotsiaaltoetusi ja -teenuseid.

Töövõimekaotus alates 40 protsendist annab inimesele õiguse taotleda töövõimetuspension. Töövõimetuspension on asendusissetulek, mis kompenseerib seda, et inimene ei saa osaliselt või täielikult töötada. NB! Kui inimesel on tuvastatud töövõimekaotus (isegi 100%) ei tähenda see, et inimene ei tohi ametlikult töötada. Töövõimetuspension makstakse edasi, juhul kui isik leiab uue ja võimetekohase töö.

Jüri Jaanson: nähtamatute puuetega arvestamine on keerulisem

LEA LARIN

Tippsoudjast riigikogu liige Jüri Jaanson leiab, et kui inimlikul tasandil ollakse puuetega inimeste vastu abivalmid, siis ühiskonna tasandil puudub piisav teadlikkus puuetega inimeste vajaduste arvesse võtmisel.

Kuidas teile tundub, kas Eesti ühiskonnas arvestatakse puuetega inimestega, on selles osas mingi areng toimunud?

Eesti inimesed on valdavalt tolerantset ja mõistlikud. Kui kellegi probleeme teatakse, siis ka vastavalt lähenetakse ja võimalusel arvestatakse. Igapäevaseid näiteid arvestamisest ja abivalmidusest näeme igal pool. Näiteks on üha rohkem loodud rajatisi liikumispuudega inimeste tarbeks.

Küll aga puudub piisav teadlikkus ja arvestamine ühiskonna kui terviku tasandil. Keskkonna, seahulgas suhtluskeskkonna loomisel tahaks rohkem näha erivajadustega inimestega arvestamist.

Tuleb ka mõista, et puuded jagunevad kaheks selle järgi, kas nad on nähtavad või ei. Nähtavad puuded on tavaühiskonnale arusaadavamad (kui inimesel puudub jalg, siis saame aru, et tal on liikumisega raskusi). Nähtamatute puuetega (nägemis-, kuulmispuue jms.) arvestamine on keerulisem ja seetõttu on raskemini mõistetavamad neist puuetest tingitud takistused ühiskonnas toimetulemisel.

Olete jõudnud maailmas absoluutsesse tippu sportlasena, nüüd ka poliitikuna, olles valitud Riigikogu saadikuks – kas vaegkuulja jaoks on selline teekond olnud oluliselt raskem? Mida soovitate noortele?

Kuna kuulmine on verbaalse kommunikatsiooni oluline töövahend, siis on kuulmispuue loomulikult oluliseks takistuseks suhtlemisel ja info hankimisel. Kuulmispuudega inimese jaoks on tavaühiskonnas hakkamasaamine raskem, aga mitte võimatu. Ühe mõtena läksingi Riigikokku selleks, et anda eeskuju ja julgustust erivajadustega, sealhulgas kuulmispuudega inimestele ühiskonnas toimetulekuks. Noortele soovitatakse kindlasti oma unistuste teostegemist ja selle nimel sihikindlalt tegutseda. Küll aga ei tohi püüda puudest põhjustatud takistuse varju ja elada oma elu nn. «õpitud abituse» raames.

Detsembri alul toimub Eestis Rahvusvahelisele puuetega inimeste päevale pühendatud konverents, mille teemaks sel aastal on «Kultuur ühendab?!». Kas teie arvates on Eestis puuetega inimestel kultuurile lihtne ligi pääseda?

Minu arvates on kultuurivaldkonnas asjad paremad kui igapäevaelus. Tundub, et kultuuriinimeste empaatiavõime on keskmisest suurem ja seetõttu võtavad nad erivajadustega inimesi



Jüri Jaanson soovib noortele oma unistuste teostegemise nimel sihikindlalt tegutseda.

LIIS TREIMANN

meste vajadusi lihtsamalt, vabamalt omaks. Heaks näiteks on siinkohal Pärnu «Endla» teater, kus võeti osadel etendustel kasutusele vaegkuuljatele ja kurtidele vajalikud vahendid.

Kas te Riigikogu saadikuna puutute puuetega inimeste probleemidega ka töö tõttu kokku?

Jah, Riigikogus puutun puuetega inimeste probleemistikuga kokku nii töö raames ehk sotsiaalkomisjoni töös kui ka isiklikult, suheldes puudega inimestega.

Kas Riigikogu pääseks külastama liikumispuudega inimest? Kas kuulmis- või nägemispuudega inimesel oleks Riigikogu külalisena võimalus istungist osa saada?

Liikumispuudega inimene pääseb Riigikokku küll, aga kahjuks mitte otsest teed pidi, vaid lossi hoovi kaudu. Majas sees saab ta vabalt liikuda, kuna lift on olemas. Kuulmis- ja nägemispuudega

inimesel on võimalik Riigikogu külalisena istungist osa võtta tavakülalistajatega võrdsel tingimustel. Lisaks veel, et need vaegkuuljad, kelle kuuldeaparaadidel on raadioühenduse võimalus, saavad Riigikogu istungist osa samal viisil kui minagi, s.t. kõik saalis mikrofonesse räägitav jõuab raadioside kaudu otse kuuldeaparaatidesse.

«Keskkonna, seahulgas suhtluskeskkonna loomisel tahaks rohkem näha erivajadustega inimestega arvestamist.»

Mis on Eesti ühiskonnas puuetega inimeste seisukohast kõige positiivsem?

Minu meelest on kõige positiivsem erivajadustega inimeste osalemine ko-

daniküühiskonnas läbi oma paljude organisatsioonide. Organisatsioonid on palju ja see võimaldab neil endist ja oma vajadustest ühiskonnale teada anda.

Samas, kui toon näite, et kuulmisprobleemidega inimeste arv on Eestis umbes 50 000 ja neid on ühinenud kohalike organisatsioonide kaudu Eesti Vaegkuuljate Liitu pisut üle 1500, siis on ka siin arenguruumi veel küllaga.

Mis on Eesti ühiskonnas puuetega inimeste seisukohast kõige negatiivsem?

Eks ikka see, millest me ühiskonnas võrreldes tavakodanikuga puudust tunneme, ligipääsetavus. Info kättesaamine, transpordivahendile saamine, eluruumides ringiliikumine on taas näited eri puute vajadustest.

Mis on teie arvates kõige tähtsam asi, mille parandamine/muutmine

aitaks Eesti puuetega inimesi oluliselt?

Ma arvan, et üheks olulise väärtusega sammuks on ÜRO puuetega inimeste õiguste konventsiooni ratifitseerimine. Seda konventsiooni ootame lähiajal kooskõlastusringidelt Vabariigi Valitsuse kaudu Riigikokku. Selle konventsiooni ratifitseerimine mõjuks erivajadustega inimeste eneseväärikusele positiivselt, sest selle sammuga võtab avalik sektor omale selge kohustuse luua puudega inimestele tavakodanikuga võrdväärsed arengu- ja keskkonnatingimused.

Erivajadustega inimeste võimalusi ja olukorda parandavaid seadusakte tuleb aga järjest välja. Käesoleval hetkelgi on tuleb Riigikogu istungil esimesele lugemisele tervishoiuteenuse korraldamise seaduse ning tööturuteenuste ja – toetuste seaduse muutmise seaduseelnõu, mille järgi Töötukassa hüvitab tööandjale puudest tingitud takistuse kõrvaldamise kulu sõltuvalt mõistlikkusest varasema 50% asemel 50 kuni 100% töökoha ja -vahendi kohandamise maksumusest.

Kas praegu on Eestis puuetega inimeste õigused teie arvates piisavalt kaitstud, või saaks seda senisest paremini korraldada? Kas puuetega inimeste õiguste teemaga võiks tegeleda eraldi ombudsman?

ÜRO puuetega inimeste õiguste konventsiooni ratifitseerimisest rääkin just eelmise küsimuse all. Ombudsmeni teemat oleme Riigikogus õiguskantsleriga arutanud ja jõudsime järeldusele, et kuna õiguskantsleri töörihmas töötab üks inimene ainult erivajadustega inimeste problemaatikaga, siis hetkel ei ole vajadust eraldi ombudsmeni ametikoha loomiseks. Sellega kaasneksid ka suured kulud ja need peavad olema põhjendatud. Kui aga olukord peaks kontrolli alt väljuma, siis tuleb asi muidugi ümber vaadata.

Mis on Eestis kuulmispuudega inimeste suurim probleem? Kuidas seda lahendada?

Probleem on kahepoolne. Ühelt poolt kvaliteetsete abivahendite, eelkõige kuuldeaparaatide kättesaadavuse nõrk tase, teiselt poolt jälle ühiskonna üldine sissekujunenud käitumistase, kuhu ei mahu arvestamine inimestega, kes füüsilisest takistusest tingitult pole võimeline infot samaväärsel moel vastu võtma.

Mõni hea näide, kuidas midagi tehakse, planeerides, luues on puuetega inimestele mõeldud?

Kahjuks mul otsest sellist head näidet meelde ei tulegi. Samas näiteks on planeeritavates uutest avalikes ja eluhoonetes liikumispuudega inimeste vajadustega arvestamine projekteerimismäärde osa. Küll aga tuleks avalikes hoonetes (konverentsisaalid jms.) arvestada kuulmispuudega inimeste vajadustega.

Mul oleks hea meel, kui keegi mind küsimuses tõstatatud näiteni juhataks.

KAS SA TEADSID, ET...

Riiklikud sotsiaaltoetused puudega inimestele:

- Puudega lapse toetust makstakse igakuiselt kuni 16-aastasele puudega lapsele puudest tingitud lisakulude hüvitamiseks ja rehabilitatsiooniplaanis ettenähtud tegevusteks. Toetuse suurus 2011. aastal keskmise puudega lapsele 69,04 eurot; raske või sügava puudega lapsele 80,55 eurot.

- Puudega tööealise inimese toetust makstakse igakuiselt puudega tööealisele inimesele puudest tingitud lisakulude hüvitamiseks. Toetuse suurus sõltub lisakulude suurusest ja see on vahemikus 16,62 eurot kuni 53,70 eurot.

- Puudega vanaduspensionialise inimese toetust makstakse igakuiselt keskmise, raske või sügava puudega vanaduspensionialisele inimesele puudest tingitud lisakulude hüvitamiseks ja rehabilitatsiooniplaanis ettenähtud tegevusteks. Keskmise puudega isikule 12,79 eurot; raske puudega isikule 26,85 eurot ning sügava puudega isikule 40,91eurot.

- Puudega vanema toetust makstakse igakuiselt kuni 16-aastast last ja põhiliselt koolis, gümnaasiumis või kutseõppeasutuses õppivat kuni 19-aastast last kasvatavale vanemale (sh puudega üksikvanemale, eestkostjale, ühele puudega abikaasast). Toetuse suurus on 19,18 eurot.

- Õppetoetust makstakse igakuiselt mittetöötavale puudega õppurile, kes õpib gümnaasiumi 10.–12. klassis, kutseõppeasutuses või kõrgkoolis ja kellel on puudest tingituna õppetööga seotud lisakulutusi. Õppetoetust ei maksta juuli- ja augustikuu eest. Õppetoetus sõltub lisakulude mää-

- rast ja selle suurus on 6,39-25,57 eurot.

- Töötamistoetust makstakse 16-aastasele ja vanemale töötavale puudega inimesele, kellel on puudest tingituna tööga seotud lisakulutusi. Toetusega hüvitatakse kulutused peavad olema tehtud töötamise ajal ning lisakulude olemuse kohta on vaja esitada kirjalik selgitus. Toetuse suurus on kuni 255,70 kolme kalendriaasta jooksul.

- Rehabilitatsioonitoetust makstakse 16-65-aastasele puudega isikule, kui ta

- saab rehabilitatsiooniteenust vastavas rehabilitatsiooniasutuses. Toetuse suurus on 51,14 eurot.

- Töölase täiendamise või tasemekoolituse korral on puudega inimesel võimalik taotleda täiendkoolitustoetust kuni 613,68 eurot kolme kalendriaasta jooksul.

- Infot riiklike sotsiaaltoetuste ning vajalike lisadokumentide kohta saab Sotsiaalkindlustusameti kodulehelt www.esib.ee, rubriik »puuetega inimestele», sotsiaaltoetused ning samuti pensionametitest ja infotelefonil 16106.

Sihiks «Tallinn kõigile»

ENE LÄKK

Eesti Disainerite Liit käivitas projekti Tallinn For All ehk «Tallinn kõigile». Mida see tähendab, räägib liidu juht Ilona Gurjanova.

Eesti Disainerite Liit on projekti Cities For All maaletooja. Eestis kannab see nime Tallinn For All ehk «Tallinn Kõigile». Mis on õigupoolest selle projekti sisu?

Läinud aasta Disainiöö käivitasime projekti Tallinn For All, mille eesmärgiks oli läbi praktilise kogemuse ja sotsiaalse kaasatuse saavutada käegakatsutavad tulemused linna ligipääsetavaks ja mugavamaks muutmisel. Rothermanni kvartalis kogunesid eesti ja prantsuse erineva disainivaldkonna tudengid, disainerid, füsioterapeudid, välismaised ja kohalikud eksperdid, linna ning erivajadustega inimeste esindajad. Sellest aktsioonist võttis osa kokku 80 inimest, kes jagunesid teemade kaupa ning mõne päeva jooksul liiguti gruppides mööda linna. Alustati Tallinna kaardistamisega, hinnati kõnniteede ja sissepääsude vastavust lapsevankrite ja ratastoolidega liikumiseks, analüüsiti transpordisüsteemi, auditeeriti siltide ja viitade süsteemi, hinnati avaliku teenuse kvaliteeti (infopunktid), kogeti, kui lihtne on turistil sadamast või lennujaamast eksimata oma hotelli jõuda.

Mis on Tallinn For All eesmärk? Ega see pole üks projektidest, mille käigus peetakse konverentse, korraldatakse töötubasid, lüüakse lärmi, et siis kõik varsti unustada?

Selle projekti eesmärk oli aasta jooksul projekteerida kümme uut toodet või teenust–ligipääsetavuse lahendust, uut ärimudelit. Töögruppidesse oli kaasatud erivajadustega inimesed, kes andsid nõu ja juhtisid tähelepanu sellistele asjaoludele, mille peale poleks nendeta tulnud.

Kõikides tegevussuundades toimus pidev koostöö ka Tallinna linna esindajatega, et tehtu riivil ei jääks, vaid leiaks võimaluse ellurakendamiseks. Tudengite juhendajateks olid universaalsidaini mõtteviisi kandjad erinevatest riikidest, kelle erinevad kogemused kulusid meile kõigile ära. Aga tegelikeks tööde teostajateks said tudengid viiest kõrgkoolist: Eesti Kunstiakadeemia, Eesti Ettevõtluskõrgkool Mainor, Saint-E'ienne Kunsti- ja Disainikool, TÜ Pärnu Koolidž ja Tallinna Tervishoiu Kõrgkool ning nende juhendajad.

Käsitleti järgmisi teemasid: milline on olukord tee leidmisega Tallinnas; kas tänavamööbel kõlbab ka erivajadustega inimestele; kui ligipääsetavad on avalikud tualetid; millisel tasemel on avalik teave ja objektide märgistamine; ühistranspordi infograafika jne. Uurimistöös kasutati universaalsidaini meetodikat, mille eesmärk on hea di-



Eesti Disainerite Liidu juht Ilona Gurjanova.

AUTOR: PELLE KALMO

Tallinn kõigile

Projekti raames käsitleti järgmisi teemasid

- milline on olukord tee leidmisega Tallinnas
- kas tänavamööbel kõlbab ka erivajadustega inimestele
- kui ligipääsetavad on avalikud tualetid
- millisel tasemel on avalik teave ja objektide märgistamine
- ühistranspordi infograafika

saini põhimõtete rakendamine kogu tehiskeskkonna kujundamisel ja keskkonna muutmisel kõigile avatuks ning inimväärsaks.

Milliste tulemusteni jõuti? Mitu projekti sõelale jäi?

Aasta tagasi Disainiöö ajal alustasid tudengid mentorite juhendamisel kaardistatud probleemidele lahenduste väljatöötamist. Kokku oli siis kümme grupp. Pärast Disainiööd suheldi edasi internetikeskkonnas. Kevadel aga kohtuti teist korda Tallinnas peetud rahvusvahelise seminari Mobi-

lity 2010 käigus, kus tutvustati juba tööjärgus olevaid projekte.

Lõpptulemusena jäi sõelale neli projekti: Tallinna ühistransport, Gulliver Map, PÕFFi ligipääsetavus ja Abivahend pimedatele. Esimene neist «Tallinna ühistransport» on koostöös Tallinna linnaga juba ka töös ja selle esimesi tulemusi saab näha loodetaval tuleval suvel. Töö «Gulliver Map» antakse üle Tallinna linnavalitsusele ja loodetavasti leiab see kasutamist. Ka uurimistöö «PÕFFi ligipääsetavus» on juba rakendust leidnud ja aktiivselt töös.

Projektist Tallinn For All oli kasu kõigile. Kõigepealt tudengitele, kes said endale suure kogemustepagasi reaalse projektiga töötamisel ja kindlustasid endale koha tööturul. Kindlasti võitsid sellest puuetega inimesed, kelle vajadusi need projektid eelkõige arvestavad. Pealegi läbi projekti Tallinn For All tõstatas taas kord erivajadustega inimeste teema. Kindlasti võitis sellest Tallinna linnavalitsus, kes sai endale mitu head projekti ja nende elluviijat ning lõpuks võidavad kõik tallinlased ja ka eestimaalased, kui need projektid saavad lõpuni elluviidud.

KAS SA TEADSID, ET...

Riiklikud sotsiaalteenused puudega inimestele:

Rehabilitatsiooniteenus - eesmärk on toetada puudega inimeste iseseisvat toimetulekut, soodustada töötamist ja ühiskonnas osalemist. Puudega laste puhul on olulisel kohal arengu ja hariduse omandamise toetamine. Teenuse raames hinnatakse iga inimese vajadusi (millist abi oleks vaja) ja pakutakse nõustamist ja teenuseid erinevate spetsialistide poolt (sotsiaaltöötaja, psühholoog, logopeed jt). Samuti soovatakse abivahendeid ning õpetatakse uusi oskuseid, et puudele/tervisprobleemile vaatamata paremini hakkama saada. Rehabilitatsiooniteenus raames ei pakuta ravi, sh taastusravi ega sanatoorseid protseduure. Rehabilitatsiooniteenust saavad taotleda

igas eas puudega inimesed, tööealised psüühilise erivajadusega inimesed, kellel on määratud püsiv töövõimekaotus vähemalt 40% ja alaealised õigusrikkujad. Rehabilitatsiooniteenus taotlus tuleb esitada elukohajärgsele pensioniametile, kes saadab koju suunamiskirja teenusele. Sobiva rehabilitatsiooniasutusega peab inimene ise ühendust võtma 21 päeva jooksul. Lisainfo: www.ensib.ee, rubriik »puuetega inimestele», Rehabilitatsiooniteenus ning www.riigiteataja.ee (sotsiaalhoolekande seadus).

Erihoolekandeteenused psüühilise erivajadusega inimestele.

Nendeks on
1) igapäevaelu toetamise teenus
2) töötamise toetamise teenus

3) toetatud elamise teenus
4) kogukonnas elamise teenus
5) ööpäevaringsed erihoolusteenused
Erihoolekandeteenused on suunatud täisealiste isikutele v.a ainult dementsuse diagnoosiga vanaduspensionistidele isikutele, kellel on raskest, sügavast või püsivast psüühikahäirest tulenevalt välja kujunenud suurem kõrvalabi, juhendamise või järelevalve vajadus ning kes vajavad toimetulekuks professionaalset kõrvalabi. Erihoolekandeteenustele suunamiseks peab olema koostatud rehabilitatsiooniplaan sh täpsustatud isiku vajadus erihoolusteenuse saamiseks. Lisainfo: www.ensib.ee, rubriik »puuetega inimestele», erihoolusteenused või elukohajärgselt pensioniameti juhtumikorraldajalt.

www.riigiteataja.ee (sotsiaalhoolekande seadus) – erihoolusteenused.

Tehnilised abivahendid.

Abivahend on seade või vahend (toode, instrument, varustus või tehniline süsteem), mis aitab inimesel konkreetset häirunud tegevust sooritada võimalikult lihtsalt. Erinevate abivahendite maailm on väga lai – siia kuuluvad nii nägemis-, kuulmis-, liikumis- ja olmeabivahendid kui arvukad muud tootegrupid. Abivahendeid soodustingimustel saavad taotleda lapsevanem ja eestkostja oma lapsele, tööealine isik, kellel on tuvastatud töövõimekaotus alates 40% (kuulmispuude puhul alates 30 db) või on määratud puude raskusaste; insuliini süstiv diabeetik glükomeetrite ostmiseks ning vanaduspensionär.

Abivahendi vajadust tõendab arstitõend (pere- või eriarsti tõend) või rehabilitatsiooniplaan, millele on märgitud vastava abivahendi vajadus. Esmataotlusel tuleb tõendiga pöörduda kas elukohajärgsesse maavalitsusse või kohaliku omavalitsusse sotsiaaltöötaja juurde, et saada isiklik abivahendi kaart. Abivahendi kaardiga saab pöörduda abivahendeid müüvasse ettevõttesse, kes peale isikupoolse omaosaluse maksmist laenutab või müüb vajalikud abivahendid ning samuti nõustab ja juhendab, kuidas abivahendit kasutada. Kallima ja keerulise abivahendi taotlemise protsess on aeganõudev, otsuse langetab maakondlik ekspertkomisjon või riiklik ekspertkomisjon. Lisainfo: www.sm.ee, rubriik puudega inimestele, abivahendid.

Solarise ja Coca-Cola Plaza kinod on ühinenud aktsiooniga «Kino kõigile!»

ENE LÄKK

Pisipuudused, mida me ei märka, on erivajadustega inimestele kultuuriasutuste külastamist segavaks teguriks.

Kui EEK Mainor Disaini õppetooli tudengid Merike Saks, Reena Rist ja Katrin Kobolt, Kalle Pabuti juhtimisel mässasid alles oma uurimistööga «Gulliver Map», mis on üks projekt Tallinn For All sõelale jäänud töödest, pakuti neile veel põnevamat tööd teemal «PÖFFi ligipääsetavus» ehk «Kino kõigile?»

Kõik algas sellest, kui Pimedate Ööde Filmifestivali juht Tiina Lökk, kelle südameasjaks on erivajadustega inimeste teema, kuulis disainerite liidu projektist Tallinn For All. Lökk pakkus disainitundengitele teemat «Kino kõigile?», mis uuriks kinode ligipääsetavust erivajadustega inimestele. Alustati Coca-Cola Plaza ja Solarise kinost. Töö eesmärgiks oli muuta kinod ligipääsetavaks ja kasutajasõbralikuks erinevatele kasutajagruppidele. Võtta kasutusele süstematiseeritud viitade süsteem ja võimaldada takistustevaba liikumisteedkonda välisuksest kinosaalideni. Proovida seda teha vaid kosmeetiliste parandustega hoonet kapitaalselt ümberehitamata.

Moodustati testgrupp, kuhu kuulusid vaegnägija, vaegkuulja, ratastoolinimene ja rulaatori kasutaja ning universaalsidaini õppejõud Kalle Pabuti ja Karin Lilienberg. Töögruppi kuulusid ka mõlema kino esindajad, kes küll esialgu olid veidi tõrksad selle aktsiooni suhtes, ent nüüd on asunud koostööle. Koos kaardistati puudused alates sissepääsust kuni kinosaalideni välja. Suureks abiks olid erivajadustega inimeste nõuanded, ilma nendeta poleks puudusi leitudki.

KUIDAS KINNO PÄASEB?

Võtab kodus kõigepealt lahti kinode koduleheküljed ja uurib kava. Edasi klikib erivajadustega inimeste leheküljele ja teeb kindlaks, millisest uksest saab kinno ja kuidas? Kust ja kuidas saab osta piletit? Kas majas on inva- või üldkasutatav lift? Kuidas neisse pääseb? Kus asuvad invatualetid? Kas on ka saale, mis arvestavad erivajadustega? Muidugi peaks see olema häältutvustusega lehekülj. Paraku praegu sellist kodulehekülge veel ei ole. Pärast selle uurimistöö valmimist saab loodetavasti olema.

Millistele tulemustele jõuti? Coca-Cola Plaza hoones on kolm sissepääsu, millest kaks on kaldteed. Hobujaama tänava sissepääs aga ei ole kasutatav vaegliikujale. Rulaatori kasutajal, kes liigub niigi väga aeglaselt, on raske hakata otsima ümber suure maja teist, kaldteega sissepääsu. Ehk aitaks silt telefoninumbriga, kust saaks vastavat infot ja vajadusel ka turvatöötaja abi. Paljude sissepääsude juures torakavad silma metallist porirestid, mille aukudesse jäävad kinni nii vaegnägija kui vanuri kepp ja tagatipuks võib ka pimedat juhtkoer seal oma käpad



Solarise kassade ees reguleerivad järjekorda lintidega piiratud järskude pööretega koridorid.

FOTOD: LIGIPÄÄSETAVUSE KAARDISTAMISE TÖÖRÜHM



Kinosaalides häirib vähene saalide valgustatus.

veristada. See ei puuduta ainult kinosid, sellist resti näeb paljudes avalikes hooneteski.

Kummaski kinos pole lihtsat ja abistavat viidasüsteemi, mis suunaks kassade juurde. Coca-Cola Plazal on kassad nähtavad vaid ühest uksest sisenedes. Solarises asuvad kassad teisel korrusel, väga kirjus interjööris, mistõttu neid on raske märgata. Siin oleksid abiks kontrastsed infoviidad juba välisuksest alates. Kassa juures aga tahaks infot invalifti kasutamisevõimaluse kohta. Sageli on see mõttetult keeruline. Kassade ees reguleerivad järjekordi järskude pööretega lintkoridorid, kuhu takerduvad nii ratastoolid kui pi-



Coca-Cola Plaza Hobujaama tänava poolne sissepääs ei ole kasutatav ratastooli või lapsevankriga.

medad oma koertega. Sirged koridorid oleks siin kindlasti parem lahendus.

AGA KINOSAALI?

Testrühmas osalenud noor vaegnägija kaotas nägemise mõned aastad tagasi. Senimaani oli ta olnud Coca-Cola kino sagedas külastaja. Pärast õnnetust muretses ta endale juhtkoera, kellega koos käib kinos edasi. Coca-Cola Plazal on olemas lamamiskohaga ruum koera jaoks. Kui Solarise kino turvatöötaja esialgu kahtles, kas koeraga pimedat sisse lasta, siis nüüd on see küsimus lahendatud. Loomale on tekitatud ruum, kus ta oma perenaist jääb ootama ja turvatöötaja juhatab vaegnägija saali.

PÖFFi algatusel valmivad juba ka kirjeldustõlkega filmid vaegnägijatele. Tartuffi ajal oli esimene selline seanss ja lõppenud PÖFFi ajal sai samuti kuulata kirjeldustõlkega filmi. Selliseid filme hakatakse näitama esialgu üks kord kvartalis.

Vaegkuuljal tekkis probleem Coca-Cola Plaza piletikassas, kus klienditeenindaja ja kliendi vahel on klaas, mis segab vaegkuuljatel suhtlemist. Tuleb lisada, et kõrge lett teeb ka ratastoolis inimesele piletit ostmise keeruliseks.

Vaegkuuljatele oleks abiks, kui kinosaaali ukse juures oleksid infoviidad, mis viitavad nõrgimale helitugevusele kinosaaalis. Oleks hea, kui kinos kasu-

tataks silmusvõimendit, mille abil vaegkuulja saab keerata oma kuulumisaparaadi õigele lainesagedusele. Teretulnud oleksid subtiitrid olenemata filmi keelest. Vaegkuuljad oleksid tänulikud, kui dialoogile oleks lisatud ka emotsioone kirjeldavad subtiitrid.

Kuidas pääseb ratastoolinimene saali? Tuleohutuse tõttu eraldavad kinosaalet koridoridest lävepakud, mida ratastooliga ületada on raske. Abiks oleksid siin laugete või ümarate servadega pakud. Teretulnud on see, et osades Solarise kino saalides on eemaldatud esirea keskmised pingid. Need on mõeldud ratastoolile, et saaks istuda oma kaaslaste kõrval. Mõlema kino osades saalides aga on esirea ja ekraani vahel väga väike vahemaa, pealegi asub ekraan liiga kõrgel. Solarise kino ei müügi kolme väiksema saali esimesse viide ritta pileteid.

TUALETID JA TREPID

Kuidas on lood invatualettidega? Kahe kino peale kokku tuvastati, et invatualetti on raske pääseda, sest selline asub ainult ühel korrusel. Ukse saab lahti küll nupuvajutusega, aga nupp on nii kõrgel, et ratastoolist sinnani ei ulatu. On invatualetti, mida ei saa seestpoolt sulgeda ja puudub ka abikutsungi nupp.

Solarises selgus, et keskuse maja suletakse kell 23. 00, viimane kino-seanss aga lõpeb hiljem. Kui keskus on suletud, suletakse ka lift ja välja pääseb vaid trepi kaudu. Pole kuigi keeruline saada lifti ja kino sulgemise ajad sünnrooni.

Merike Saks, Reena Risti ja Katrin Kobolti uurimistöö tõi välja veel terve hulga pisipuudusi, mis ei ole suured, aga mille kõrvaldamisel saaks ehk Coca-Cola Plaza ja Solarise kinost kohad, mis on eeskujuks teistele kultuuriasutustele.

KAS SA TEADSID, ET...

Sotsiaaltoetused ja -teenused kohalike omavalitsusest

Kohalikul omavalitsusel on võtmeroll puudega inimestele vajaliku abi osutamisel. Sotsiaalhoolekande seadus § 26 toob välja, et puuetega isikutele teiste inimestega võrdsete võimaluste tagamiseks, nende aktiivseks osalemiseks ühiskonnas ja iseseisvaks toimetulekuks valla- või linnavalitsus:

- loob võimalused puudest tingitud takistuste vähendamiseks või kõrvaldamiseks ravi, õpetuse ja tõlketeenustega;
- loob koostöös pädevate riigiorganitega võimalused puuetega inimeste konkurentsivõimet tõstvaks kutseõpetuseks;
- sobitab koostöös pädevate riigiorganitega töökohti ja loob rakenduskeskusi;
- korraldab invatransporti;
- tagab puuetega inimestele juurdepääsu

üldkasutatavatesse hoonetesse;

- määrab vajadusel tugiisiku või isikliku abistaja;
- korraldab eestkostet ning seab hoolduse.

Valla- või linnavalitsus korraldab abi vajava puudega isiku toimetuleku sotsiaaltoetuste osutamise, sotsiaaltoetuse maksmise, vältimatu sotsiaalabi ja muu abi osutamise teel.

KOV pädevuses on ka sotsiaalnoustamine, toimetulekutoetuse jt toetuste maksmine, kodu- ja eluasemeteenused, laste ja vanurite hoolekanne, kinnipidamisasutusest vabanenud isikute hoolekanne. Osalise riigipoolse finantseerimisega korraldavad kohalikud omavalitsused lapsehoiuteenust raske- ja sügava puudega lastele ning lapsehoiuteenuse mitteosutamisekorral muud puudega lapse peret toetavaid teenuseid.

Seega on kohaliku omavalitsuse pädevuses väga mitmete sotsiaaltoetuste korraldamine, osutamine ja finantseerimine. Kahjuks on erinevates Eesti omavalitsustes puudega inimestele pakutavad toetused ja teenused väga erinevad. Lisainfo: www.riigiteataja.ee (sotsiaalhoolekande seadus), www.sm.ee, rubriik puudega inimestele.

Erinevad inimesed – erinevad vajadused

KARI KÄSPER



Eesti ühiskond on mitmekesine, sealhulgas on meie hulgas palju neid, kes on oma puudest tulenevalt mõne erivajadusega. Kui ühiskond ei paku erivajadusega inimestele kohandatud keskkonda, jääb ühiskond ilma selle inimese panusest. Seega on puue sotsiaalne ja poliitiline, kogu ühiskonna küsimus. Erivajadusega inimese ligipääs tööle, avalikele teenustele ja muule ei pea olema inimlikust kaastundest motiveeritud vastutulek, vaid ühiskonna üks põhihuvidest.

Erivajadusega inimesele ligipääsu paremaks tegemiseks saab igaüks oma panuse anda. Näiteks otsisime sobivat kontoriruumi Tallinna kesklinnas, mille üheks oluliseks eelduseks oli võimalikult hea ligipääs erivajadustega inimestele. Sobiva pinna leidmine osutus palju keerukamaks, kui alguses arvasime, sest ratastooliga ligipääsetavat kontoripinda oli vähe.

Lõpuks saime kokkuleppele ühe suure büroo-kompleksi omanikuga, et nad loovad ligipääsuvõimaluse ning pärast mitmeid meeldetuletusi ühe sissepääsu juurde invalift tekkiski. Selles büroohoones, kus töötavad sadad inimesed, on osaliselt tänu meile täna vähemalt osa büroopindu sellised, kus saavad töötada ka liikumispuudega inimesed. Büroohoone omanik ei läinud kalli invalifti tõttu pankrotti, vaid pigem saavutas olulise konkurentsieelse renditurul.

Nii nagu muude erinevuste puhul, varjutab puue sageli kõik ülejäänud isikuomadused. Sageli on puue esimene ja ainus omadus, mida märgatakse ning millest tulenevalt kujundatakse oma arvamus ja hoiakud. Tegelikult on see vaid üks väike osa inimesest, mis ei pruugi kuidagi takistada ühiskonnaelus osalemist, töötegemist või meele lahutamist. Ainsad piirangud tulenevad sageli ühiskonna oskamatuses erivajadustega arvestada.

Erivajadustega inimestele mõeldes teeme sageli elu kergemaks kõigi jaoks, mõtleme välja nutikaid ja innovatiivseid lahendusi. Trepil asemele ehitatud kaldteest on lisaks ratastooliga liikujale kergem üles minna ka lapsevankrit lükkaval vanemal või jalgratturil.

Erivajadustega inimeste ligipääsu puudumist õigustatakse sageli raha puudumisega. Aga mulle tundub, et pikemas perspektiivis on ligipääsu puudumise majanduslik ja sotsiaalne hind ühiskonna jaoks tunduvalt suurem.

Erivajadustega inimestele mõeldes teeme sageli elu kergemaks kõigi jaoks, mõtleme välja nutikaid ja innovatiivseid lahendusi.

Mõned mõtted advendiajal südamest südamesse

HELMEN KÜTT, riigikogu liige

Käes on aasta kõige kauneim aeg. Aeg, mil nii lapsed kui täiskasvanud ootavad alateadlikult väikest imet! Lootus ja usk on tihti just need, mis inimestel ei lase käsi rippu lasta ja aitavad edasi elada.

Oktoobris peeti Paide kultuurikeskuses esimene üle-eestiline omastehooldajate foorum ja ka riigikogu sotsiaalkomisjonis arutati omastehooldajate murede, soovide ja ootuste ning riigi võimaluste üle.

Suhtun väga tõsiselt endise riigikogu ja sotsiaalkomisjoni liikme Mai Treiali poolt uuele sotsiaalkomisjoni koosseisule saadetud XI Riigikogu sotsiaalkomisjoni «testamenti» tegemata, kuid lahendamist vajavate probleemide loetelust.

Oma pöördumises avaldab ta muret raske puudega täiskasvanutele üldnarkoosis läbiviidava hambaravi puudumise ning rasketele ihtüoosi haigetele naha-hooldusvahendite ja teiste hooldusvahendite kättesaadavuse pärast.

Loodetavasti aitab omastehooldajate ja puuetega inimeste probleemide teadvustamisele kaasa ka oktoobrist ilmuma hakanud ajakiri «Puutepunktid», mis oma esimesest numbrist alates võitis lugejate huvi. Jääb vaid loota, et väljaandjad ja peatoimetaja Tiina Kangro suudavad ja jõuavad leida vahendeid, et seda tasuta jagatavat ajakirja pikalt edasi teha saaks. Toimetuse on ise nimetanud, et «Puutepunktid» on ajakiri erivajadustega inimestele ja nende pereliikmetele; spetsialistidele, kes puudega inimeste ja nende lähedastega töötavad; poliitikutele ja ametnikele, kellest sõltuvad seadused, strateegiad ja poliitikad.

Valitsus on esitanud riigikogule menetlemiseks uue, 2012. aasta riigieelarve, mis läbis 16. novembril riigikogus teise lugemise, tõsi küll – opositsiooni sisulisi ettepanekuid arvestamata.

Kuidas siis edasi? Tegelikult on meil suured ressursid. Pean siin oluliste partneritena silmas inimesi, kes teavad, milliseid teenuseid nad vajavad ja on kindlas-



Helmen Kütt.

FOTO: ERAKOGU

ti kõige paremad eksperdid hindama tänaseid teenuseid ja võimalusi. Erivajadustega inimeste huve kaitsvad liikumised ja organisatsioonid, nagu Eesti Puuetega Inimeste Koda oma maakondlike kodadega, on teinud ära suure töö.

«Hooldajate läbipõlemine on suur risk perele ja kindlasti ka riigile.»

Põhjalikud sotsiaalteadlaste analüüsid ja uurimused peaksid olema aluseks otsuste langetamiseks. Samuti tuleks poliitikutel kuulda võtta erialase väljaõppega spetsialiste. Selleks, et pikk tee läbida, tuleb alustada esimesest

sammust. Esmalt tuleb avameelselt ja võimalusel emotsioonidevabalt selgeks rääkida nii omavalitsuste kui riigi kohustused ja võimalused.

Seda nii rahaliste toetuste kui ka teenuste osas. Täna valitseb kahjuks olukord, kus taksoveo reeglid on üle Eesti sarnased, kuid erivajadustega inimestele pakutavad teenused ja rahalised toetused sõltuvad inimese geograafiliselt asukohast ja antud omavalitsuse võimalustest. Kahjuks tihti ka kohapealsetest poliitilistest prioriteetidest ja koalitsioonilepingutesse kirjutandust.

Valitsevale olukorrale pole kindlasti kiireid lahendusi ja võimalusi. Edasiminekuks on juba see, et lepitakse kokku edasised tegevused. Samuti tuleks alustada koostööd ja lahenduste otsimist

kohe, mitte oodata järgmisi kohalike omavalitsuste või riigikogu valimisi, et siis poliitilist profiiti kogudes anda lubadusi.

Olen ellusuhtumiselt parandamatu optimist, kes usub, et erakondade vahel on võimalik otsida ühisosa ning leida erakondade üleseid lahendusi vähemalt sotsiaalpoliitika vallas. Olen kindel, et ühiskonna ja riigi tugevuse määrab kõige nõrgema lüli tugevus. See, kuidas hoolime ja toetame, mitte ei halletse abivajajaid on kindlasti teema, kus tuleb leida tasakaal nii teenuste kui toetuste vahel. Seda hoolimata rahaliste vahendite nappusest ja sellest, et kohalike omavalitsuste olule on pandud suurem koorem, kui on neil on võimalusi inimeste abistamiseks. Usun, et just koostöö ja mitte süüdlaste otsimine on lahenduste võtmeks. Ise olen valmis oma teadmised, kogemused ja aja sellesse panustama.

«Alustame lastest ja liigume edasi, ärme ootame, millel ühe abivajaja asemele on kaks.»

Minu kirjapandud mõtted ei ole mõeldud loosungite ega tühjade sõnakõlksudena. Probleemide ja murede korral olen alati mõelnud nii, et kui vaid probleemist rääkida ja mitte lahendusi välja pakkuda, olen ka ise osa probleemist. Kui aga pakun välja kas või mõne lahenduskäigu, muutun osaks lahendusest.

Paraku puuduvad täna kõigi hooldustvajavate jaoks piisavad rahalised vahendid, aga alustame siis lastest ja liigume edasi. Ja ärme ootame, millel ühe abivajaja asemele on vaja vahendeid kahele abivajajale. Hooldajate läbipõlemine on suur risk perele ja kindlasti ka riigile.

Tegelikult on riigile ju ka majanduslikult kasulik, kui vähemalt tänased tööealised omastehooldajad saaksid töötada ja maksta riigile makse. Olles rahulikud, et tänu teenustele ja iga hooldatava erivajadusest tulenevale vajadusele on tagatud juhtumipõhine lahendus.

Helmen Kütt on hariduselt sotsiaaltöö magister, kes on juhtinud Viljandi Linnavalitsuses 18 aastat sotsiaalametit. Alates selle aasta aprillist töötab SDE liikmena riigikogus, olles sotsiaalkomisjoni liige.

Positiivne näide, kuidas puuetega inimeste vajadustele on mõeldud? Vastavad Eesti saadikud Euroopa parlamendis



INDREK TARAND,

Eesti saadik Euroopa parlamendis, Roheliste / Euroopa Vabaliidu fraktsioon

Minu jaoks on imetusväärne see viis, kuidas Tallinna Vanalinna Kool käsitleb puuetega inimeste osavõtuvõimaluste loomist ühiskondlikust elust. Ja ma ei peagi siinkohal silmas niivõrd liikumispuudega laste tarbeks vahendite loomist koolimajas koruste vahel liiklemiseks, aga kogu seda vaimset võrgustikku, mis koolis on loodud. Tänu koolile pole minul olnud tarvis peaaegu üldse oma lastele seletada nägemis- või kuulmispuudega laste samaväärtuslikkust. See on neile koolis ammu selgeks tehtud väga lähimõeldud ja delikaatse tegutsemise kaudu. Ma muidugi ei saa siinkohal märkimata jätta, et selle kooli ruumiprobleemid ei ole leidnud mõistmist Tallinna linnavalitsuses, millest on kahju. Üritan omalt poolt lin-

naisasid nende vaimses vähesuutlikuses aidata.

Euroopa Parlamendis on mulle silma torganud, et jalutuile on kättesaadavaks tehtud sellised elektrimootoriga liikumisevahendid, mis näevad niisugused välja, et pahathti tunnen kiusatust neid rolle- reid isegi proovida... Samuti olen näinud, kuidas Adam Kosa saab plenaaristungil viipekeelset tõlketeenust, sest ta ei kuule ise. Muidugi, sellised teenused on kulukad, ent usun sellele kulutatud raha otstarbekamaks kui näiteks parlamendiliikmete dokumendikiristude vedamise eest IKEA'le makstava.



SIIRI OVIIR,

Eesti saadik Euroopa parlamendis, Euroopa Demokraatide ja Liberallide Liidu fraktsioon

Võib tekkida küsimus, et kas Euroopa Parlament tehes ettekirjutusi pea igas eluvaldkonnas neid ka ise järgib – näiteks kas parlamendihoone on ligipääsetav ja seal liikumine mugav kõigile? Olen märganud, et siin on kasutusele võetud mitmeid lahendusi, mis aitavad liikumis- ja nägemispuudega inimestel hõlpsamalt orienteeruda. Liftikõlaritest teadustatakse enne sisenemist lifti suund (üles/alla) ning korrus, kus peatatakse, et nägemispuudega inimesed saaksid neid mugavalt kasutada. Lisaks sellele, et Parlamenti külastab arvukalt puudega inimeste gruppe kasutavad neid lahendusi igapäevaselt ka

mitmed liikumisraskustega parlamendisaadikud. Parlamendiliikmete parklas on reserveeritud näiteks spetsiaalsed parkimiskohad puudega inimestele, mis asuvad lifte läheduses. Saadikutel, kel on liikumispuue on võimalik meie pikkades koridorides kasutada elektrilisi ratastoole, nende parkla on kohe sissepääsu kõrval. Näen iga päev kolme-nelja saadikut oma pärlmutter kirsipunas n. mini autos ringi vüras. Maja sissepääsud on varustatud kaldteedega. Lisaks on palju Parlamendi ja muud infomaterjali kättesaadav punktikirjas. Pean oluliseks, eriti avalike hoonete puhul, et nende ehitamisel või ümberehitamisel mõeldaks uus lahendus läbi ka erivajadustega inimeste seisukohalt – ülalmainitud detailid on puuetega inimestele eluliselt olulised, kuigi ei tundu teistele nii tähendusriikastena.



CORBIS/SCANPIX

Kes kaitseb puudega inimeste õigusi?



MONIKA HAUKANÕMM
Eesti Puuetega Inimeste Koda

Nii kirjutavas kui kujutavas meedias on puuetega inimestega seotud teemad leidnud kajastamist päris tihti. Kuid ikka ja jälle tehakse seda võttes, kus räägitakse puudega inimeste liiga suu-
rest arvust, riigi toetuste mitte-
sihipärasest kasutamisest, maks-
tavate pensionite ja toetuste suu-
rusest ja koormast eelarvele, osutatavate teenuste paljususest ja maksumusest mis käib üle jõu jne. Jääb mulje, et puudega inimesed kurnavad Eesti ühiskonda, nad on saajad ja tarbijad; mitte täisväärtuslikud ühiskonnaliikmed, kes saavad samuti anda oma panuse Eesti elu edendamisse.

Kui puudega inimesele anda võimalus osaleda ühiskonnaelus, võtta neid kui aktiivsed liikmed, kes õpivad, töötavad, kasvatavad lapsi, tegelevad huvialadega, osa-

levad poliitilises ja kultuurielus, saame juba rääkida tervemast ühiskonnast, kes väärtustab iga oma liiget, aitab vähendada puudest tulenevaid takistusi ning loob eeldused, et inimene saaks läbi oma tegevuste ühiskonda panustada.

Selle asemel kogevad kogevad puudega inimesed tihti erinevaid takistusi igapäevaelus ning ebavõrdset kohtlemist või lausa bürokraatlikku omavoli. Kui puudega inimene tunneb, et tema õigusi on rikutud, siis kuidas ja kus ta saab oma õiguste eest seista? Kas inimesed on tegelikult kaitstud omavoli ja ükskõiksuse eest?

Kogemustele tuginedes julgen arvata, et enamus inimesi jääb oma õiguste ja vajaduste eest seismisel hätta, seda nii teadmatus-
sest, hirmust, jõuetusest, lootusetusest kui teisalt võimaluste piiratusest. Olemasolev süsteem ei toeta puuetega inimeste võitlust oma õiguste eest. Millised on puudega inimese võimalused praegu kehtivas õiguslikus raamistikus:

- pöörduda maavanema poole. Maavanem teostab kontrolli sotsiaalteenuste kvaliteedi üle ning kontrollib, kas rahasid on kasutatud sihipäraselt. Maavanem saab teha rikkumiste ilmnemisel

ettekirjutusi või siis määrata sunniraha. Maavanema roll aga on piiratud ning sisulist abi ja tuge inimesele ei paku. Lisaks on igas maakonnas järelevalve praktika erinev, palju oleneb juhusest – kuhu inimene elama on sattunud.

- pöörduda soolise võrdsõiguse ja võrdse kohtlemise voliniku poole. Kahjuks taas on tegemist piiratud võimalusega, kuna voliniku pädevuses on puuetega inimeste osas tegeleda pöördumistega, mis on seotud tööga või kutseõppega; kuid mitte sotsiaalhoolekande, tervishoiu või haridusega.

«Olemasolev süsteem ei toeta puuetega inimeste võitlust oma õiguste eest.»

- pöörduda õiguskantsleri poole. Õiguskantsleri pädevuses on teostada normikontrolli ja vaadata, kas õigustloovad aktid on põhiseaduse ja teiste seadustega kooskõlas; kas avalikke ülesandeid täitvad asutused on käitunud korrektselt; lisaks viib õiguskantsler läbi lepitusmenetlusi. Puudega inimesed ei ole õiguskantsleri poole pöördumisel väga aktiivsed

ning abi konkreetse juhtumi lahendamisel ei pruugi olla kiire.

- pöörduda kohtusse. Parim, kuid aeganõudvaim ning kulukaim õiguse nõudmise võimalus. Igal inimesel on oma õiguste kaitseks õigus pöörduda kohtusse, kuid selleks peab olema suur hulk pealehakkamist, julgust ning finantsilisi vahendeid. Enamus puudega inimesi pigem loobub oma õigustest kui pöördub kohtusse, kuna ollakse veendunud, et kohtuvaidlus käib üle jõu nii emotsionaalselt kui rahaliselt.

Bürokraatliku omavoli vastu võitlemiseks on ka Eestis aeg algatada avalik arutelu teemal, kas vajame puuetega inimeste ombudsmani?

Kas vajame veel ühte täiendavat võimalust enne kohut, kes käsitleks iseseisvalt ja erapooletult üksikisiku ja riigivõimu vahelisi erimeelsusi? Puuetega inimeste ombudsmani institutsiooni loomise eesmärgiks peab olema kiirem ja ühetaoline kaitse kõigile puuetega inimestele ja seda moel, kus tegelik ligipääs oma õiguste kaitsmiseks on paremini tagatud, kui pöördumisel auväärse ja austatud, kuid niigi ülekoormatud kohtusüsteemi poole.

Lõpuks võidaksid õiglusest nii puudega inimesed, ametnikud kui kogu ühiskond tervikuna.

1 küsimus

KUIDAS EDENEB PUUETEGA INIMESTE ÕIGUSTE KONVENTSIOONI RATIFITSEERIMINE?

HANNO PEVKUR

sotsiaalminister:

Tänaseks on ÜRO puuetega inimeste õiguste konventsiooni ratifitseerinud üle 100 riigi, nende hulgas 19 Euroopa Liidu liikmesriiki. Ka Eesti on liikumas jõudsalt ratifitseerimise suunas. Konventsiooni ratifitseerimisega soovib riik tunnustada kõigi puudega inimeste õigusi ning põhivabadusi, näiteks õigust iseseisvale elule, haridusele, tööle, juurdepääsetavusele nii rajatistele kui teabele ning sõna- ja arvamusvabadusele.

Konventsiooni ratifitseerimise seaduse eelnõu on esimeses kooskõlastusringis kõigi ministriumite, Eesti Puuetega Inimeste Koda ja Eesti Inimõiguste Instituudi poolt kooskõlastatud. Eesti Linnade Liit ja Eesti Maaomavalitsuste liit kui kohalike omavalitsuste katusorganisatsioonid ei kooskõlastanud eelnõu, põhjendades seda muuhulgas kohalike omavalitsuste rahaliste vahendite puudusega konventsioonist tulenevate kohustuste täitmiseks. Eelnõu on saadetud kooskõlastamiseks ka justiitsministeeriumile, kust on käesolevate ridade kirjutamise ajaks tagasiside veel laekumata.

Puuetega inimeste õiguste konventsiooni ratifitseerimine on Vabariigi Valitsuse tegevuskava üks selleaastastest prioriteetsetest ülesannetest, seetõttu saadetakse ratifitseerimise seaduse eelnõu pärast Justiitsministeeriumi tagasiside laekumist esimesel võimalusel edasi Vabariigi Valitsusele ning eeldatavasti on seda võimalik teha veel käesoleval aastal. Seejärel liigub eelnõu edasi juba Riigikokku.

Konventsiooni ratifitseerimisega võtab riik eesmärgi puudega inimeste olukorda järjepidevalt parandada. Ratifitseerimise järgselt töötatakse puudega inimeste õiguste ja iseseisva toimetuleku parandamiseks välja riiklik puudega inimeste õiguste kaitse strateegia ning selle iga-aastased tegevuskavad.

KAS EESTIS ON TAGATUD PUUETAGA INIMESTE LIGIPÄÄSETAVUS KULTUURILE?

RAGNAR SIIL

kultuuriministeeriumi kaunite kunstide asekanstler

Puuetega inimeste vajadustega arvestamine nii kultuuriobjektide ehitamisel kui sisutegevuste kavandamisel peaks olema iga kultuuriasutuse töö lahutamatu osa. Koos üldise teadlikkuse kasvuga on tõusnud on kultuuriasutuste valmisolek ja võimekus nende teemadega tegelemisel. Olen kindel, et viimasel kümnel aastal on olukord tunduvalt paranenud.

Pea kõikide uute kultuurihoonete ehitamise kui vanade renoveerimise käigus on maksimaalselt silmas peetud ratastoolis liikujate vajadusi. Liikumispuudega inimesed on sagedased muuseumide, teatrite ja raamatukogude külastajad ning on hea meel tõdeda, et renoveeritud majade puhul juurdepääs kultuurist osasaamiseks tagatud. Kui osadesse saalidesse on juurdepääs lifti puudumisel raskendatud, on teatrid alati valmis aitama ratastoolide tõstmisel. Osades teatrites on vaegkuuljatel võimalik kuulata kõrvaklappidest lava otsehel. Hetkel on teatrid koostöös Riigikogu liikme Jüri Jaansoniga kaardistamas võimalusi kasutada teatrites veelgi enam puuetega inimestega arvestavaid lahendusi.

Kuigi juurdepääsuga seotud mured renoveerimata hoonete ning kultuuriväärtslike ehitistes asuvate asutustega on aastatega vähenenud, on täna veel selliseid raskendatud juurdepääsuga kohti kultuuriasutuste üldarvust siiski palju.

Teine probleem puudutab vaimset kaasatust, seni ei ole piisavalt suurt tähelepanu pöördunud vaegkuuljate ja –nägijate kultuurist osasaamise võimaluste suurendamisele. See on ülesanne, millega tuleb kultuuriasutustel kindlasti tegeleda. Kindlasti aitab selle protsessi kiirenemisele kaasa puuetega inimeste enda aktiivsus kultuuri tarbida. Täna on mitmetes kultuuriasutustes loodud võimalused puuetega inimeste kaasamiseks (sh viipekeelsed giidid), kuid asutuste endi sõnul kasutatakse neid võimalusi äärmiselt harva. Seega on vaja panustada teavitustööle, kaardistades juba täna kultuuriasutuste poolt pakutavad võimalused ja jagades seda infot Eesti Puuetega Inimeste Kojaga.

Konkreetsete näidetena tuleb kohe meelde Kumu, mille ehitamisel on silmas peetud puuetega inimeste vajadusi. Eesti Draamateater on oma tegevuse eest pälvinud tänuratta «Ratastoolis noore hea sõber». Kuigi suurem osa Eesti muuseumide ekspositsioonidest pole puuetega inimestele kohandatud, siis hea näitena võiks tuua 2011. aastast Eesti Vabaõhumuuseumi, kus projekti «Taktiiline muuseum» raames loodi vaegnägijatele võimalus saada osa ekspositsioonist.

Loodan siiralt, et juurdepääs kultuuriasutustele muutub jätkuvalt aasta-aastalt üha paremaks.



IVARI PADAR,
Eesti saadik Euroopa parlamendis, Sotsiaaldemokraatide fraktsioon

U sun, et see pole uudis, et ringi liikudes parlamendisaadikuna Brüsselis ja Strasbourg'i vahet, on mulle väga positiivselt silma hakanud, kuidas suhtutakse puuetega inimestesse. Alustuseks tuleb ütelda, ja ma loodan, et ma ei eksi, et Euroopa Parlamendi teenistusse on võetud õige palju puuetega inimesi. See on väga positiivne näide, et puuetega inimestel on võimalik leida oma roll elus ja töötada 100%-lt samal tasemel inimestega, kel puudeid ei ole. See puudutab mitte üksnes töötajaid, vaid ka saadikuid.

Inimeste jaoks, kel on liikumispuuded, on Europarlamendis kasutusel akujõul liikuvad rolleri tüüpi sõiduvahendid, mille kasutajaid on mitmeid. Rääkimata eriliftidest ja kaldteedest.



TUNNE KELAM,
Eesti saadik Euroopa parlamendis, Euroopa Rahvapartei (Kristlike Demokraatide) fraktsioon

Kuivõrd puuetega inimeste üha püsivaks praktilise elu kitsaskohaks on normaalse juurdepääsu võimalus avaliku elu pakutud võimalustele, siis on mulle meelde jäänud 2010.a. novembrist Santiago de Compostela palverännumuuseumi väga praktiline invalift, mis kokkupandavana lihtsustab oluliselt ruumimahukuse probleemi.

Minu tööalases tegevuses on juba üle kahe aasta olnud innustavaks eeskujuks Europarlamendi esimene kurt-tumm rahvaesindaja, praegu 36-aastane ungarlane Adam Kósa, kes kuulub Euroopa Rahvapartei fraktsiooni. Ta on hariduselt jurist ning Ungari kuulmispuudega inimeste ühingu president ja ka Ungari puuetega inimeste nõukogu president.

On mitte üksnes huvitav, vaid moraalset optimismi sisendav näha teda mitte lihtsalt istumas ja viipekeelset tõlget kuulamas (selles abistavad teda kaks spetsialisti), vaid tegutsemas aktiivsemalt kui ehk keskmine parlamendiliige. Minule jätab alati sügava mulje Kósa esinemine täiskogu istungil: ta seisab püsti ja väljendab end käte ning huultega, samas tõlgib ees istuv abiline selle kuuldavasse ungari keelde ning järgnevalt edastavad kümned tõlgid tema sõnumi kõikidesse ametlikes keeltesse. See on hinged kosutav tõend, et puudega kaaskodanik võib võrdsest ja täisväärtuslikult osaleda Euroopatasandi seadusandlikus töös. Meie poliitilise fraktsiooni istungeil on Kósa paigutatud istuma esiritta, et tema ette mahuksid abilised.

Adam Kósa kuulub saadikute gruppi, kelle algatusel võeti juunis 2011 vastu Europarlamendi deklaratsioon tööstustoodete pakendite reljeefses punktikirjas märgistamise sisseviimise kohta, vastu võtmisel on deklaratsioon Euroopa hädaabiteenuse (112) kättesaadavusest puuetega inimestele. Ta on aktiivselt osalenud parandusettepanekute ja kõnedega Euroopa puuetega inimeste strateegia (2010-2020) ettevalmistamisel ning tõstatanud Euroopa Komisjoni ees küsimusi viipekeele kasutamise õigusest EL-s, reisinavigatsiooni abist kahjustatud nägemisega isikutele, intellektuaalsete tööde ja kunstiteoste kättesaadavusest puuetega inimestele jne.

Ülikool peab olema näoga ühiskonna poole ning arvestama selle eripäradega

SVEN KÖLLAMETS

TTÜ erivajadustega üliõpilaste nõustaja

Tallinna Tehnikaülikool on viimase kümne aasta jook-sul oma tegevusega tõesta-nud, et ei ole sugugi utoopi-line eeldada, et ülikool või kutsekool suudab vastu võt-ta, arendada ja eneseteos-tust pakkuda kõigile vaim-selt võimekatele isikutele, füüsiline puue või kõrgem vanus pole siin erand.

Enamasti me ei mõtle sellele, et eri-vajadusega inimene võib olla täisväärtus-lik ühiskonna liige ja vahel me isegi ei tea, et kellelgi erivajadus on. Leonardo da Vinci ja Albert Einstein olid düsleksikud, Isaac Newton kokutas, Walt Disney, Thomas Edison, Georg Washingtonil ja Alexander Bellil olid õpiraskused, Cae-saril ja Leninil epilepsia, Peeter I astma ja Churchill oli liikumispuudega. Eestis puudub selge ülevaade, palju on koolides ja ülikoolides düsleksikuid, kui palju noo-ri õpiraskuste või düsleksia tõttu täna koolist või ülikoolist välja langeb ja kellel neist oleks sarnaselt eelpoolmainitud suurmeestega olnud samasugune po-tentsiaal ühiskonda panustada.

Kommunikatsiooniekspert ja TTÜ õppejõud Agu Uudelepp on viidanud, et ühiskonna jaoks on «aheldamata» puudega inimene, kes ei ole ohver ega kulukas koorem ühiskonnale ülal pida-da, umbes seal, kus asuvad ausad po-lititukud, õnnelikud vanainimesed, ufod või jõuluvana – tegelikult me väga nen-de olemasolusse ei usu. Viitab ju sõna «invalid» algse tähenduses, et veidi kehtetud tegelased tulevad teevad just-kui vääradi asju – nt tulevad ülikooli oodates takistusteta ligipääsu. Rääki-des puuetega inimestest kõrghariduses, räägime me tegelikult sama elementaa-rsetest soovidest, ligipääsust ja kvali-teedinäitajatest, mis on endastmõiste-tavad kogu ühiskonnale.

ENESESTMÕISTETAVAD SOOVID?

Igähe jaoks on esmatähtis, kas ta tunneb end turvaliselt, iseseisva ja täis-väärtuslikuna, kas ta näeb oma elul ees-märki, väljakutset, arenemisvõimalust või on temas ja teda ümbritsevas ühis-konnas valdav pigem arusaam, et tema soovid ja lootused on utoopilised ja teostatamatud. Puudega üliõpilasel, nagu igal inimesel on oluline teada, et teda pole muudetud ohvriks ja abivajajaks seal, kus ta lihtsate võimalustega oleks saanud olla iseseisev ja sõltumatu.

See eeldab iseseisvust ja eneseteos-tust ka pisiasjades. Pisiotsused jätta seekord sisse lülitamata auditooriumi helivõimendustehnika, kirjutada loengus tahvlile, elektroonilisi õppemater-

jale laiali jagamata, eelistada kõnnitee-de ja sissepääsude juures 5 cm kõrge-mat äärekivi, valida viis kraadi järsem kaldtee, jätta paigaldamata käsipuu või lift võivad mõne teisiti nägeva, kuulva või liikuva inimese jaoks tähendada in-fokadusid ja iseseisvuse, õppimisvõime ning motivatsiooni kadumist – kokku-võltikult huvitava ja arendava õppe-protsessi ootamatut lõppu.

Eneseteostuseks tahab igaüks olla sil-distatud inimese, mitte abivajava ohvri-na. Inimene lepib, et ta vahel vajab kaas-inimese abi, kuid ta tahab seda vajada nii vähe, kui võimalik ja otsustada ise, millal ta seda vajab. Asjad, mida peetakse puue-tega inimestele ehitatuks, aitavad oluli-selt ka koristajaid, pakilaadijaid, lapse-vankriga külalisi, jalgrattureid.

Tänases demograafilises situatsioo-nis, kus räägime pensioniea tõstmisest ja elukestvast õppest, ei piisa enam li-gipääsust vaid auditooriumisse, on va-ja ka kõigile loetavaid õppematerjale ning ligipääsu tudengiklubi- ja -üri-tusele

«Pisiotsused: jätta seekord sisse lülitamata auditooriumi helivõimendustehnika või kirjutada loengus tahvlile elektroonilisi õppematerjale laiali jagamata võivad tähenda palju.»

Ülikool peab tagama, et erivajadus-tega õppuri põhienergia ei läheks õp-pimise asemel pidevale korduvalle sel-gitustööle, taotluste esitamisele ja talle sobimatute õppematerjalide töötlemi-sele. Kvaliteetsed õppematerjalid, laia-põhjaline nõustamine ja iga tudengi vaimse ja füüsilise tervisege tegelemi-ne on kaasaegse õppeprotsessi osa, mis peab olema kättesaadav nii puudega kui puudeta üliõpilasele. Kui ise vaja-likku õppeainet või tingimusi pakkuda ei saa, tuleb teha koostööd teiste üli-koolidega ja partneritega ning leida so-biv võimalus.

NÄOGA ÜHISKONNA POOLE

Tasub mainida, et TTÜ oli üks esi-mesi Eestis, kes pakkus uue sajandi al-guses väljastpoolt Tallinna tulnud ra-stastoolikasutajale elamisvõimalusi ühiselamus. On teada, et ka nõukogu-de ajal õppis tollases TPI õhtuses õp-pes mitmeid põlümeliiti põdenud hili-semaid insenere ja teadlasi. 2011. aas-tal astus TTÜsse sisse rekordiline arv erivajadustega tudengeid ning tänaseks elab TTÜ ühiselamutes juba pooltosi-nat ratastel veerevat tudengit.

Jääb üle vaid nõustuda hariduspro-ktor Kalle Tammemäega, et ülikool peab olema näoga ühiskonna poole ning arvestama selle koosseisu eripä-radega. Varem või hiljem tasub see ära. Ehk on see innovaatiline «väljaspool kasti» mõtlemine üks paljudest tule-vastest Eesti edu pantidest.



Tehnikaülikooli esmakursuslastele korraldatud üritus. Sven Köllamets vaatab, kuidas tütarlapsed-esmakursus-lased üritavad takistusrada läbida. AUTOR: ERAKOGU

Arvestame erivajadustega

Tallinna Tehnikaülikooli õp-peprorektor Kalle Tamme-mäe, milline on täna üli-kooli seisukoht erivajadus-tega õppurite osas?

Uues õppetegevuse strateegias si-saldub peatükk erivajadustega inimes-te juurdepääsu ja õppimisvõimaluste erisuse kohta. Ülikool peab arvestama ühiskonna kogu liikmeskonnaga ja olema võimalikult hästi valmis eriva-jadustega õppurite vastuvõtuks.

Kuidas leida mõistlik tasakaal suur-te kulude ja võimaliku tulevase suu-re kasu vahel?

Siin on oluline, et iga ruumilise või tehnoloogilise muudatuse korral tuleb läbi kaaluda selle erivajaduslik aspekt. Usun, et see on juba saamas üldise kultuuri osaks.

Millisena te näete hetkel TTÜ võimekust ja teadlikkust pimedate õpetamisel?

Vastavat pedagoogilist kompetent-



Kalle Tammemäe. AUTOR: ERAKOGU

si on vähe, see akumuleerub ja levib aeglaselt. TTÜ inseneripedagoogika keskus, mille üheks rolliks on tehnika-valdkonna õpetajate ja õppejõudude koolitamine ning enesetäiendamise, saaks olla ka selle kompetentsi kand-jaks ja levitajaks.

Kas kuulmispuudega üliõpilastele mõeldes oleks võimalik auditooriumite mürataset vähendada?

Rääkides kuulmispuudega üliõpi-lastest ja mürataset vähendavatest tehnoloogilistest lahendustest, siis sel-

liste seadmete lisandumine auditooriumitehnikasse oleks kahtlemata te-retulnud, eriti Tehnikaülikoolis. Olu-liselt lihtsam on nende integreerimi-ne uutesse ehitatavatesse auditoorium-itesse, palju kulukam olemasoleva-tesse. Lootust on, et lähiaastatel ava-nevad uued tõukefondide meetmed tulevad ka siin appi.

Kuidas aidata õppejõududel koos-tada sobivaid õppematerjale ja juu-rutada selliseid õppemeetodeid, mis vähendaksid puudest tulenevaid in-fokadusid?

TTÜ-s on käesoleval aastal moo-dustatud Haridustehnoloogia keskus, mille spetsialistid on valmis nõusta-ma õppejõude materjalide etteval-mistamisel, kuidas arvestada erivaja-dustega tudengitega. Samuti saab anda soovitusi tehniliste erivahendite või -rakenduste kasutamise osas. Osa lahendusi on kaasaegsetesse süstee-midesse sisse ehitatud, kuid neist ei olda tavakasutaja rollis reeglina tead-lik. Ka haridustehnoloogiakeskus peab veel selles osas arenema ja juur-de õppima.

KAS SA TEADSID, ET...

Toetused, teenused ja soodustused seos-es töötamisega

Tööturu mõistes on puudega inimene see, kellel on määratud puue või kes on tunnis-tatud osaliselt või täielikult töövõimetuks. Lisaks puuetega inimestele toetatakse ka pikaajalise tervisehäirega töötuid ja töötavaid inimesi, kellel pikaajaline tervisehäi-re takistab töölesaamist või töötamist.

Tööturuteenused

Kui töölesaamist või töötamist takistab töö-taja puue või pika-ajaline terviseprobleem, siis on tööturuteenuste ja -toetuste seadu-se (lühend TTTS) alusel võimalik saada mit-meid eriteenuseid:

- tööruumide ja töövahendite kohandamine (läbi kohandamise muudetakse töö-keskkond või töövahend puudega inime-sele ligipääsetavaks ja kasutatavaks nt uksepakkude eemaldamine, kaldtee, tua-lett jm). § 20;
- töötamiseks vajaliku tehnilise abivahen-di tasuta kasutada andmine – liikumis-, nägemis- või kuulmispuudega töötajale (§ 21);
- abistamine tööintervjuul – nt juhul, kui töötaja vajab abi tööandjaga suhtlemisel (§ 22);
- tugiisikuga töötamine – teenus neile ini-mestele, kes puudest või pikaajalisest tervisehäirest tulenevalt vajavad tööko-

hal abi ja juhendamist (§ 23).

- Samuti on puudega töötul võimalik ka-sutada kõiki teisi tööturuteenuseid: tea-vitamist teenustest ja -toetustest; saada töövahendust ning tööturukoolitust, kar-jäärinõustamist, tööpraktikat, tööharju-tust, rakendust avaliku töö kaudu. Lisaks on olemas palgatoetus, ettevõtluse alus-tamise toetus ning mitmeid täiendavaid abimeetmeid projektidest (nt psühholoo-giline- ja võlanõustamine, hooldustee-nuste kulu hüvitamine jm).

Nimetatud abi saamiseks on vajalik pöö-rduda piirkondlikkusse Töötukassa osa-konda.

Lisainfo www.tootukassa.ee, www.riigitea-

taja.ee (tööturuteenuste- ja toetuste sea-dus).

Puudega inimese töökoht

Töötervishoiu ja tööohutuse seaduse § 101 lg 4 alusel tuleb puudega töötaja töö, töö-vahendid ja töökoht kohandada tema ke-halistele ja vaimsetele võimetele. Kohan-damine seisneb tööandja ehitise, tööruu-mi, töökoha või töövahendi puudega isiku-le ligipääsetavaks ja kasutatavaks muut-mises. See nõue kehtib ka üldkasutatava-te liikumisteede ja olmeruumide kohta, mi-da puudega töötajad kasutavad. Lisainfo: www.riigiteataja.ee Tööinspeksioon: www.ti.ee

Pikendatud põhipuhkusis töövõimetuspensionäridele

Töölepinguseaduse § 57 alusel on töövõi-metuspensionit saava töötaja iga-aastane puhkus 35 kalendripäeva (kui seadus ei sätesta või töötaja ja tööandja ei ole kokku leppinud teisiti). Õigusest saada pikemat puhkust peab töötaja tööandjat teavitama (kui tööandja ei tea, et olete töövõimetuspensionit saav isik). 28-t kalendripäeva üle-tav puhkuseosa hüvitatakse tööandjale riigieelarvest kui tööandja esitab Sotsiaalkindlustusametile vastava avalduse. Lisainfo: Sotsiaalkindlustusameti koduleht www.esib.ee, www.riigiteataja.ee (tööle-pinguseadus)

Turku2011 võtmesõna on ligipääsetavus

PAULIINA MÄKINEN
Turku 2011 projektikoordinaator

Kui 2010. aastal oli Turku üks neljast finalistist Euroopa Liidu äsjaloodud «Access City Award» nimelisele auhinnale, kus hinnatakse linnade saavutusi elukeskonna ligipääsetavaks tegemisel, siis käesoleval aastal on Kultuuripealinn Turku 2011 pingutanud, et kõigil oleksid võrdsed võimalused kultuuriprogrammist osa saada.

Ligipääsetavus ja võrdne võimalus osaleda on olnud üheks põhiväärtuseks Turku 2011 kultuuripealinna aasta planeerimisel. Turku 2011 programmis hõlmab ligipääsetavus füüsilist, keelelist ja majanduslikku võrdsust ning laiaulatuslikku võimalust osaleda. Ligipääsetavust rõhutavad nii programm kui ka avatud kommunikatsioon ja uute kommunikatsioonitehnoloogiate kasutamine.

KULTUURIPEALINN KÕIGILE

Füüsiline ligipääsetavus tähendab seda, et Turku2011 sihtasutuse enda ja ürituste toimumise ruumide puhul on arvestatud nii palju kui võimalik liikumisalaste erivajadustega inimestega. Turku 2011 sihtasutus juhendab ja toetab ürituste läbiviijaid, et nad võtaksid arvesse ligipääsetavust, näiteks laenu-tades vajadusel kaldteid projektide läbiviijatele.

2011Kulma – kultuuripealinna informatsioonipunkt ja Logoma – kultuuripealinna pealava, on liikumispuudega inimestele ligipääsetavad. Nende ees on parkimiskohad puudega inimes-

tele, samuti on olemas invatualetid. Ka juhtkoerad on teretunud. Kõikide esinemispaikade ligipääsetavust saab kontrollida internetist, loodud abikeskusest saab aga vajadusel tellida endale saatja.

Keeleline kättesaadavus tähendab, et Turku2011 eesmärgiks on pakkud kommunikatsiooni, teenuseid ja kultuuri nii paljudes erinevates keeltes, kui võimalik, võttes arvesse ka puudega inimeste erivajadusi. Seda on ellu viidud varustades esinemisi viipekeelse tõlkega vaegkuuljatele ja kuulatava kirjelduse – kirjeldustõlkega vaegnägijatele. Kõiki projekte julgustatakse seda praktikat järgima.

Majanduslik kättesaadavus tähendab, et programmis on suur hulk tasuta või odava hinnaga üritusi. Osalevatel projektidel soovitatakse pileti hinnad kujundada sel viisil, et madalama sissetulekuga inimesed saaksid Kultuuripealinna aasta üritustel osaleda soodsamalt. Samuti soovitatakse erivajadustega inimeste abilistele (saatjad, tõlgid) võimaldada üritustel osalemist tasuta.

KOOSTÖÖ PUUETEGA INIMESTE ORGANISATSIOONIGA EHITAB SILDU

Laiaulatuslik osavõtt seab sihiks pakkuda võimalikult paljudele kultuuripealinna aastas osalemise võimalust, tähendab avatud suhtlust, paindlikke programme ja uute auditooriumiteni jõudmist. Paljud etendused ja üritused on mõeldud uute auditooriumite kaasamiseks uuendades oma valdkonna traditsioonilisi toimimisviise. Mõnedki projektid kaasavad auditooriumi aktiivselt programmi loomisesse, paljude



Varbatahtlikud ja kultuurisõbra programmis osalejad viivad Carl Larssoni näitust vaatama. AUTOR: TURKU2011/KARI VAINIO

ürituste puhul pakutakse vabatahtlikele osalemist nii projekti planeerimises kui elluviimises.

Kultuuripealinna üritused katavad kaugel suurema ala, kui pelgalt kesklinn ning kultuuripealinna tegemistest antakse teada ka spetsiaalselt lihtsas keeles teadete abil.

Turku2011 on loonud omaenda vabatahtlike programmi, mis on avatud kõigile, kes tahavad kultuuripealinna aastas osalist olla. Rohkem kui 400 erinevast rahvusest nimest on programmiga ühinenud.

KYNNUS (*künnis soome keeles*), organisatsioon, mis esindab puuetega inimesi on kultuuripealinna aasta raames koostöös teiste organisatsioonidega tutvustanud laia valikut kaasaegset kunsti ja kultuuri. Näiteks Silta (*sild soome keeles*) filmifestival, mis käsitleb erinevusi; Integreeritud Tantsu ja Teatri päevad, kus esinesid ka puudega inimesed ja avatud disainikonkurss – Coolest Aid Ever (Lahe-daim abivahend), kus otsiti loomulikult lähedaimat abivahendit; lisaks korraldati «Päev ratastoolis», mille

raames kutsuti üles inimesi veetma oma tööpäeva ratastoolis.

Rahvusvahelise puuetega inimeste päeva puhul etendub 3. detsembril Turku vabatahtlike tuletõrjajate majas muusikal «Taika», kus astuvad teiste seas lavale Signmark, Pertti Kurikan Nimipäivät ja Heavy Load.

Turku2011 on väga tugevalt toetanud ka »Kultuurisõbra« programmi, mida finantseerib Soome haridus- ja kultuuri-ministeerium. Idee on välja õpetada vabatahtlikke, kes toimiksid puuetega inimeste jaoks kultuurialaste sõpradena.

Veebilehed ja erivajadusega kasutajad

HEGLE SARAPUU

Estis loodud veebilehtede kasutatavusega erivajadustega inimeste seisukohast on olnud probleeme algusest peale. Paljud ettevõtted – aga ka riigiasutused – ei soovi või ei oska nende inimeste vajadustega arvestada. Enamik veebiloogiaid näib arvavat, et neil teki-ivad sellised veebilehed iseenesest. Paraku see nii pole. Seetõttu ongi allpool toodud lühike ülevaade asjadest, millele mõtlema peaks.

KVALITEETNE VEEBILEHE TEHNILINE «GRAMMATIKA»

Enamik meie veebilehti ei vasta tehniliselt kvaliteetse lehe koodistandarditele, mida võiks nimetada ka tehnilisteks «grammatikavigadeks», kuna paljud arendajad ei viitsi seda kontrollida.

Erivajadusega inimestele tähendab see, et spetsiaalselt nende jaoks loodud arvutiprogrammid (nt ekraanilugejad) või seadmed ei suuda veebilehe sisu neile kättesaadavaks teha.

PIISAVALT TAUSTAST ERISTUV SISU

Veebilehe erivajadusega kasutajad ei ole ainuüksi pimedad, vaid ka prillikandjad, vaegnägijad ja värvipimedad.

KAS SA TEADSID, ET...

Lapsepuhkus
Töölepingu seaduse § 63 lg 2 toob välja, et puudega lapse emal või isal on õigus saada lapsepuhkest üks tööpäev kuus kuni lapse 18-aastasest saamiseni, mille eest tasutakse keskmise töötasu alusel. Poolte kokkuleppel on võimalus päevi liita. Puhkusetasu hüvitatakse tööandjale riigieelarvest Sotsiaalkindlustusameti kaudu. Lisainfo: Sotsiaalkindlustusameti koduleht www.ensib.ee, www.riigiteataja.ee (töölepinguseadus)

Tasustamata lapsepuhkus
Töölepingu seaduse § 64 lg 1 alusel on emal või isal, kes kasvatab kuni 14-aas-

Nende inimeste jaoks on üks olulisemaid nõudeid piisav kontrastsus teksti ja tausta vahel. Seetõttu on halvavad lahendused helehall või helesinine tekst valgel taustal. Kontrastsuse mõt-miseks on internetis palju erinevaid abivahendeid. Vähetähtis ei ole ka teksti suurendamise võimalus, kuna väiksema kontrastsusega teksti on võimalik suuremas kirjas siiski paremini lugeda.

PILTIDE, VIDEOOTE NING HELI TEKSTILINE ESITAMINE

Kui ekraanilugeja loeb veebilehe sisu ette, ei suuda see kirjeldada pilte või seda, mis videos toimub. Samuti ei suuda ükski seade luua pimekirja helist või videot.

Seetõttu tuleb piltidel, videos ning helis kujutatud sisu kirjeldada ka tekstilisel kujul. Seda saab iga veebilehe toimetaja teha ilma tehniliste abimeesteta.

VEEBILEHE KLAVIATUURIGA KASUTAMISE VÕIMALIKKUS

Kui räägime inimestest, kellel on käsi kipsis, motoorikahäired või nad on sunnitud arvutit varvastega kasutama, teevad nad seda üldjuhul parema meelega klaviatuuri, kui hiirega. Täiesti

väärtusetu on hiir aga pimedatele kasutajatele. Seetõttu peaks kogu sisu ja tegevused olema kasutatavad ka ainult klaviatuuriga.

ARUSAADAVUSE TASEME PARANDAMINE

Avalikkusele kirjutatud veebi sisu peab olema igaühele arusaadav, ka õpimishäirete ning tähelepanupuudlikkusega inimestele. Kui võimalik, tuleks vältida keerulisi seaduse tekste, arvuti-keelt ning kantseliiti. Parim praktika on kirjutada tekst põhikooli madalamale astmele.

Lisaks on oluline ka läbimõeldud pealkirjastamine, erinevate ankeetide väljadele nimetuste määramine ning juhendid ankeetide täitmiseks. Ilma säärase abita on igal inimesel oluliselt raskem ankeetide täitmisest õigesti aru saada.

PIISAVALT PALJU AEGA LUGEMISEKS JA ANKEETIDE TÄITMISEKS

Kujutage ette inimest, kes on sunnitud igat veebis olevat ankeeti või vormi täitma oma varvastega. Kui vorm on pikk, võtab see päris kaua aega. Nüüd kujutage ette, et andmete üleskirjutamise lõpetamisel ütleb veebileht, et pead uuesti tööga otsast pihta hak-

Avaliku sektori veebilehtedest on ligipääsetavad vaid need 12

Hiljuti teostatud avaliku sektori veebilehtede uuring, mille viis läbi Axis Multimedia OÜ tuvastas, et 293 uuritud veebilehest vastas ligipääsetavuse standardile WCAG 2.0 vaid 12 veebilehte (4,1%). Nagu selgus, ei vasta 95,9% avaliku sektori veebilehtedest isegi miinimumnõudmistele.

Vabariigi Valitsus	www.valitsus.ee	AAA
Riigikohus	www.nc.ee	AA
RISO	www.riso.ee	A
Keskonnainspeksioon	www.kki.ee	A
Välisministeerium	www.vm.ee	A
Valga linnavalitsus	http://valga.ee/	AA
Hiiu maavalitsus	www.mv.hiiumaa.ee	A
Rapla maavalitsus	www.raplamv.ee	A
Narva linnakantselei	www.narva.ee	A
Võru linnavalitsus	www.voru.ee	A
Hummuli vallavalitsus	www.hummulivv.ee	A
Otepää vallavalitsus	www.otepaa.ee	A

kama, kuna täitmiseks mõeldud aeg (sessioon) sai läbi.

Sellises olukorras ei ole paljudel inimestel võimalik iialgi tegevust edukalt lõpetada. Varvastega klaviatuuril tippimine on muidugi äärmuslik näide, aga inimesi, kellel läheb veebilehel tavalisest oluliselt kauem aega, on palju.

Hea tava on võimaldada inimestel

tegevusi teha kuni kaksteist tundi, aga on ka teisi alternatiive.

VILKUMISE VÄLTIMINE

Kiiresti vilkuv tekst või mitu vilkuvat veebireklaami on paljudele inimestele üpris kindel võimalus haigushoo küüsi sattuda. Liikuvatest reklaamidest ja tekstidest hoidumine on siin ainus lahendus.

gimusel, isik ei tööta ega saa riiklikku pensionil.

Lisainfo: www.riigiteataja.ee (sotsiaalmak-suseadus)

Soodustused tööandjale tulumaksusea-duse alusel

Tulumaksuseaduse § 13 lg 3 punkt 21): Puudega inimesele, kellel on vajalik kasutada tööle- ja kojusõidu isiklikku sõiduvahendit, võib tööandja maksta hüvitist sõidukulude katmiseks. Tingimus on, et isikul ei ole võimalik/suured raskused kasutada ühistransporti. Hüvitisele on kehtestatud piirmäär 256 eurot kalendrikuus ja sõitu-de kohta tuleb pidada sõidupäevikut.

Samuti ei maksustata tulumaksuga tööandja poolt puudega töötajale (sh töövõimetuspensionit saavale või vähemalt 30% detsibellise kuulmislangusega isikule) antud abivahendeid. Peab silmas pidama, et abivahendite summa ei ületaks 50% töötajale kalendriaasta jooksul makstud väljamaksete summast (tulumaksuseadus § 13 lg 3 punkt 8).

Tulumaksuvabastus laieneb ühtlasi tööandja poolt tehtud kulutustele, mis on tehtud töötaja tööõnnetuse või kutsehaiguse tagajärjel saadud tervisekahjustuse raviks (tulumaksuseadus § 13 lg 3 punkt 10).

Lisainfo: www.riigiteataja.ee (tulumaksuseadus).

Lapsevanemale murevaba päev ja diabeetikule hästi hoitud suhkrud!

MERIKE VIILUP

Seisab majakene vahva, ootab rõõmsalt väikest rahvast. Kallistused, paid ja musid - see kõik ootab MEMME MUSIS. Maitsvad söögid, rõõmsad mängud Une -Mati küllaskäigud. Mina vastan, kui sa küsid. Laps on kallid MEMME MUSIS!

Kesklinna Memme Musi lasteaia rõõmsavärvilised ruumid ja väikelaste sign-sagin teevad olemise Kevade tänavasiseõue armsas puumajakese mõnusalt hubaseks ja soojaks, ühe erinevusega – siia on teretunud ka diabeeti ja toiduallergiat põdevad lapsed ning küsimust «Kuidas sina end tunned?» kuuleb siin tavatult tihti.

«Tuleb küsida, sest laps ei pane mänguhoos enesetunnet tähelegi ja siis peme meie reageerima,» selgitab õpetaja Reet Luhaäär, diabeetikust lapse ema ja vanaema, kes töötab siin 2009. aasta avamisest peale. «Mulle ei ole diabeetikud probleem. Vaatan peale ja tean juba käitumise, näoime, söögiisu ja magamisegi järgi ära, kas veresuhkur on madal või kõrge ja mis juhtub, kui lapsel on silmad kinni.»

Memme Musi ukseid lähevad viiekümnele mudilasele valla hommikul kell kaheksa. Lapsed pudenevad kevad-öielistesse rühmadesse – siin on Meelespead, Kullerkupud, Sinililled. Vahet kellelgi ei tehta, kui välja arvata üheksa pispõnni pidev veresuhkru jälgimine-mõõtmine ja hoolikas süsivesikute lugemine iga toidukorra ajal. «Vastavalt söödud süsivesikute kogusele peab laps saama õige annuse insuliini. Anname valmiskaalutud toidu ja jälgime hoolsalt, et ta selle ka ära sööb,» räägib Kristi Peegel, lasteaia tegevjuht ja väsimatu diabeedilaste eest seisja.

SÖÖMINE JA SUHKRUMÕÖTMINE KÄIVAD KÄSIKÄES.

Pärast hommikusööki kogunevad sãrasilmsed naerusuud tavapãrasesse hommikuringi, kus antakse teada pãeva tegemistest. Lisaks kõikvõimalikele tegevustele on loomulikult vaba mäng, sest laps õpib, kasvab ja areneb läbi mängu. Niipalju kui võimalik, käiakse õues. Enne tuleb diabeedilastel kindlasti veresuhkrut mõõta, sest õues on alati väga intensiivne tegevus. Eriti nüüd, kui paksemad riided ja rapsimist-rahmimist ning energia kulutamist palju. Enne lõunat jälle veresuhkru mõõtmine, sest peab teadma, mida suhkur teeb – kas saab süüa anda või tuleb kiiresti süüa anda. Kui see on kõrge, näiteks 15 mmol/l, ei saa süüa, vaid lisainsuliini ja liikumisega tuleb see langetada vähemalt 10-le. Liikumine paneb insuliini kehas paremini tööle, teinekord tuleb aga lihtsalt oodata. Suhkur ei pruugi olla kõrge ainult toidust või vähesest liikumisest. Piisab, kui mõnikord on väga paha tuju või hakkab tulema mõni viirushaigus.

KAS SA TEADSID, ET...

Rahalised hüvitised haigekassast

Tãiskasvanute hambaraviteenuse hüvitist Ravikindlustuse seaduse § 63 alusel maksab Haigekassa 19,18 eurost hambaravihüvitist nendele isikutele, kellele on riikliku pensionikindlustuse seaduse alusel määratud töövõimetus- või vanaduspension või kes on üle 63-aastased kindlustatud isikud.



Kesklinna Memme Musi lasteaia mudilaste pãevad mõõduvad tãis vahvaid tegemisi. Pildil prantsuse keele tund.

AUTOR: MERIKE VIILUP



Glükomeetriga saab kiiresti ja lihtsalt mõõta veresuhkru taset. Selleks ei ole vaja eriharidust ega steriilset ruumi. Glükomeetrisse pannakse testriba, puhastatakse sõrm, tehakse sõrmeotsale auk, võetakse vere tilk testribale ja näit tuleb ekraanile.

Diabeedilaste veresuhkrut mõõdetakse lasteaia pooleteist tunni vahel kokku kuus korda pãevas -hommikusõögiks, enne õueminet, lõunasõõgi eel, uneajal, ooteks ja enne kojuminekut. Kõike see toimub nagu mõõdamines ja käigupealt, keegi ei pane õieti tähelegi, kuidas õde vaikselt ja kiirelt glükomeetriga toimetab. Ka moodsad sensorilapsed mõõdetakse üle, et olla täiesti kindel, et kõik on hästi. Tehnika võib olla aegajalt ebatõpne või ajalises nihkes, kuid näitab siiski ära, mis lapsega toimub ja aitab ennetada ootamatusi.

GLÜKOMEETER JA MOONAKOTT

«Tavalastega istud trammi ja sõidad, aga meie hakkame diabeedilastel veresuhkrut mõõtma. Kui suhkur läheb madalaks, antakse söögiamps, kui kõrge, lisatakse insuliini. Koos glükomeetriga käib alati kaasas moonakott – võileivad, joogijogurti topsid, mahlapakikesed, mitte kommikott nagu sageli arvatakse. On suhkur juba väga madal, annab kiire abi glükooositabletti,» sõnab Kristi Peegel. «Ei ole kahte ühesugust diabeetikut. Iga organism eri-

nev ja igal lapsel oma eripãrad. Mõnel on suhkur pidevalt madal – siis peab järgi jooksuma ja söötma, kui kibub kõrgeks minema – siis peab söögiga piirama. Mõni on stabiilne – tema pärast pole sisuliselt muret. Täpselt nii nagu lapse tervist nõuab, täpselt sellise hoolde osaks ta siin saab.»

Ka lõunaune ajal kontrollib õde diabeedilapsed üle.

«Üks inimene on alati rühmas, et diabeedilastel silma peal hoida. Ka magamise ajal võib veresuhkur kiiresti muutuda ja siis tuleb kohe reageerida. Peame üldse oma töös valmis olema ka olukorraks, kui lapsel läheb veresuhkur väga madalaks, st tekib hüpo, siis ta ei pruugi enam nt neelata ega suud lahti teha. Teame, et sellisel juhul tuleb määrada suu limaskesti mõõta ja teda korralikult sööta,» räägib õpetaja Reet.

I tüüpi diabeet ehk suhkruhaigus esineb peamiselt lastel. Kõhunäärre ei tooda eluks vajalikku insuliini, mis muudab veres sisalduva glükooosi energiaks ja seda peab süstima. Laste ja noorte haigestumus I-tüüpi diabeeti suureneb maailmas keskmiselt 3% aastas, alla viie aastaste seas alarmeerivalt 5%, Eestis aga viimasel kolmel aastal lausa 9,3%. Täna on Eestis diagnoositud I-tüüpi diabeeti ca 650 lapsel ja noorel. Haigestumise põhjused on ebaselged.

Sümptomid - Laps hakkab rohkem jooma ja pissima. Pissi kogus on tohutu – väike inimene pissib oma poti ääreni tãis. Laps on loid, väsinud, tujutu, võib olla isutu või vastupidi – väga näljane ja hakkab hästi palju jooma, sest kui suhkur läheb kõrgeks, hakkab suu kuivama.

ment, mille on väljastanud hambaraviteenuse osutaja. www.riigiteataja.ee (ravikindlustuse seadus).

Tãiendav ravimihüvitis

Ravikindlustuse seaduse § 47 reguleerib tãiendava ravimihüvitise maksmist.

Õigus mitte muretseda

KRISTI PEEGEL,

Eesti Laste ja Noorde Diabeedi Ühingu esinaine, Memme Musi tegevjuht



Meie lapsed on väga hästi hoitud. Tõotan lasteaia sellest aastast, aga enne käis mu laps siin kaks aastat. Need kaks aastat – üheksast hommikul viieni õhtul tundsin end normaalse inimesena just seetõttu, et ma ei muretsenud oma lapse pärast. Ma tõesti ei muretsenud. Arvan, et igal lapsevanemal on õigus pãeva jooksul mitte muretseda, sest vastasel juhul ei pea vaimne tervis lihtsalt vastu. See on see teenus, mida me Memme Musis püüame pakkuda – lapsevanematele murevaba pãeva ja diabeetikutele hästi hoitud suhkruid.

Meie lastel ongi kõik hästi toredad lasteaia pãevad. Me oleme pisike ja hästi mobiilne lasteaed. Kui õpetajatel tuleb pãhe midagi ägedat teha, siis nad seda ka teevad. Me oleme kesklinnas ja meil on võimalus käia vanalinnas, muuseumis, teatris, näituse-saalis. Rongiga sõidetakse linnast välja piknikule, trolli-trammi-bussiga käiakse tegemas ekstreemsõite, sest lapsevanemad ei vii oma lapsi trammi-trolli-bussiga sõitma. Laevaga käidi Aegna saarel. Ainult lennukiga pole me veel sõitnud! Meie ei tee vahet, kas laps on terve või ta põeb diabeeti, allergiat, astmat – kõik nad saavad igale poole kaasa ja meie oleme neid alati valmis aitama. Ükski pãev ei ole sarnane, aga kõikidele lastele sobib distsipliin, mida lasteaed suudab pakkuda paremini kui kodud.

Tegu on rahalise hüvitisega, mida haigekassa maksab juhul, kui inimene on ostnud soodusravimeid 384 – 1300 euro eest aastas (ei kehti käsimüügi- ja soodustust mitteomavate retseptiravimite puhul). Sõltuvalt kulutatud summadest hüvitatakse kas 50% - 75% kulu-tustest.

Hüvitise taotlemiseks tuleb pöörduda Haigekassa piirkondliku osakonna või klientideenidusbüroo poole.

Lisainfo: (www.haigekassa.ee) ning Haigekassa infotelefonil 16363 www.riigiteataja.ee (ravikindlustuse seadus).

Terve

PIRET MÄENIIT

Kaire Kivirand on kogu elu olnud silmahakkavalt sale ja kindlasti pole vähe nii eakaaslast kui mõlemat sugu pilguheitjaid, kes tema kaunist baleriinivõimelust on kadestanud. Ent helveskaalul võib ootamatult ilmuda karm pahupool, mis sõitib elule tülilikad, kulukad ja kaugeltki mitte kadestusväärsed rööpad.

Viis aastat tagasi diagnoositi Kairel tsõliaakia – haigus, mille puhul tuleb hakata piinliku täpsusega jälgima ja valima, mida süüa tohib ja millest kui kurjamist peab iga hinna eest hoiduma.

Kui keerukas on valida iga pala, mida suhu pistad? Seda enam, kui loomupãraselt kõnana ei tulnud sul ilmselt mõttessegi hakata jãrsku dieeti pidama?

Gluteenitalumatus diagnoositi mul viis aastat tagasi. Esimesed kolm-neli kuud oli küll väga raske orienteeruda, mida üldse süüa võin, seejärel hakkasin tasapisi aru saama ja nüüd olen juba harjunud – poes loen loomulikult kõiki kaupade infosilte, sest pean täpselt teadma, mis mida sisaldab. Sellepãrast kulub iga-pãevastele poesõõkidele ka tohutult aega!

Keeruliseks teeb elu see, et meie kaubanduskeskkonnas on nii vähe gluteenivabu toiduaineid üldse valida ja mis on, need on väga kallid. Ka väljassõõmised on piiratud, sest kunagi ei tea, millisesse toitu on ka varjatud kujul gluteeni puistatud. Õnneks hakkab olukord ses osas paranema.

Kas sinu tavaline pãev mõõdukbi ennekõike menüüsid koostades ja igapãevast toidukraami valides või siiski mitte?

Tavaline pãev algab varakult, et jõuda õigeks ajaks tööle – klientideenidajana on tegemist palju ja põnevust ka. Tõõst vaba aega veedan meelsasti koos perega, loen raamatuid ja nokitsen näputõõd teha. Lisaks tegelen Eesti Tsõliaakia Seltsi abistamisega välissuhtes osas.

Kas teised pereliikmed söõvad sinuga sama või eraldi toitu?

Mul on abikaasa ja peagi kahe ja poole aastaseks saav tütar, neljandaks pereliikmeks on kass. Oma kodu oleme harjunud söõma küll minu tingimuste ja võimaluste kohaselt, aga laps ja mees peavad loomulikult söõma täisteraviljatõõteid – nende jaoks on tavatõõduained kapis alati olemas.

Milliseid legende oled tsõliaakia seoses kuulnud ja milliseid mõistmatusi omal nahal kogenu?

Paljud arvavad, et gluteenitalumatus on mingi moeasi, mida inimesed endale külge poogivad. Kui näiteks külas olles ütlen, et ma ei saa süüa gluteeni sisaldavaid tõõteid, siis ei suudeta sellest aru saada, vaid pakutakse leiva asemel saia või sepiikut, küpsise asemel keeksi vms, teadmata, et kõik gluteeni

elu ilma leivata



Kaire Kivirand on Eesti Tsöliaakia Seltsi välissuhete kuraator. ERAKOGU

Tsöliaakia laastamistöö

Tsöliaakia ehk lihtsustatult gluteenitalumatus on päriliku eelsoodumusega autoimmuunhaigus, mida vallandavad nisust, rukkist, odrast ja arvatavalt ka kaerast valmistatud toidud. Tsöliaakia tekib siis, kui teraviljades sisalduvad valgud kahjustavad peensoole limaskestast, nii et järk-järgult hävivad limaskestast hatud, mille kaudu toitained imenduvad organismi. Hattude hävinedes kujuneb tsöliaakiahaigel elutähtsate toitainete vaegus, millest tulenevadki tsöliaakia tüüpilised haigusnähud – krooniline kõhulahtisus, perioodilised puhitused (coeliac tähendab kreeka keeles suurt kõhtu) kõhuvalud, väsimus ja aneemia. Pahatihti kipub tsöliaakia kaasnema laktoosi ehk piimasuhkru talumatus, mis omakorda tekitab kõhuhädasid. Üks tsöliaakia vorme on ka nn ihutsöliaakia, mille puhul nahale tekib sügelev, väikeste rakkudega lööve. Tsöliaakia sümptomitega inimeste arv on pidevalt kasvanud, hõlmates keskmiselt 1% elanikkonnast, nii et Eestis on tsöliaakiahaigeid tublisti üle kümne tuhande. Tsöliaakia ainus ravi on tähelepanelik gluteenivaba toitumine – sel juhul hakkavad soole limaskestad vähehaaval paranema ja võivad täielikult taastuda. Gluteenivaba dieeti tuleb tsöliaakiahaigel järgida terve oma elu, sest soole limaskest kahjustub ka väiksemast gluteeni määra. Õnneks on teada, et sellised teraviljad nagu riis, tatar, hirss ja mais seda haigust ei põhjusta. Eesti Tsöliaakia Seltsi kodulehekül www.tsoliaakia.ee

sisaldavad toidud on gluteenitalumatu-se puhul keelatud. Arvatakse ka, et gluteenitalumatus võib mööduda – natuke aega pead dieeti ja varsti saad taas tavatoitu süüa. Tegelikult tuleb mul nüüd kogu elu ranget gluteenivaba dieeti pidada. Mis on need ahvatlused, mida väga tahaksid ampsata, aga ei tohi? Tunnan puudust rukkileivast, ema küpsetatud kookidest ja pirukatest. Ja jõulude eel tunnen puudust mulgikapsastest ja verivorstidest.

KAS SA TEADSID, ET...

Soodustused ühistranspordis
Ühistranspordiseadus
27. Tasuta sõit riigisisese liiniveol
Riigisisese liinil (kaasa arvatud kom-mertsliin) raudtee-, maantee- ja veeliik-luses on vedaja kohustatud tasuta veda-ma:
1) eelkooliealisi lapsi;
2) puudega lapsi, sügava puudega 16-aastaseid ja vanemaid isikuid ning sü-gava või raske nägemispuudega isiku saatjat või nägemispuudega isikut saat-vat juhtkoera.
Tõendamise alus – puude raskusastme määramise otsus.

Kuidas kombata taevalaotust

PIRET MÄENIIT
Kas olete kominud kartuli koort, porgandi pinda, tae-valaotust – niimoodi, et suu-date täpisealt seletada, kui-das miski välja näeb? Pihku mahtuvat annab kirjeldada, ent manada silme ette tä-histaevast, pilvelambaid, lai-nete säbru – inimesele, kes pole neid iialgi näinud?

Või luua ettekujutus sügisese vaht-rapuu värvidest, katedraali võlvide kõr-gusest, hõbeda helgist? Liia, kui lisaks pimedusele on inimene ka kurt. Ome-ti on maailm võrdselt kõigi jaoks ole-mas – ja tahab tajumist ka mõne mee-le puudumise kiuste. Sülvi Sarapuu sündis nägijana, kuid varases lapsepõlves talle manustatud kangete ravimite mõjul kaotasid silmad vaatamise jõu. Aga valgust nad tajuvad, mõnikord liigagi valusalt – siis, kui ere päike läbi lahmaka klaasseina otse näk-ku kiiskab. «Arhitektid sellele ei mõtle,» poeatab Sülvi, «kuidas liigne valgus vaegnägijale mõjub, kui valusalt see pi-mestab.» Ju nad ei tea. MTÜ Kakora juhi Sülvi Sarapuu päevad kuluvad ja kuuluvadki sellele, et pimedate vajadu-si rohkem arvestataks, alates nende tundmisest. Ja samavõrd sellele, et nä-gemiseta inimesed saaksid maailma tunda ning nautida seda kõike, milleks igal inimesel on õigus – õppimist, töö-tamist, kultuuri, meelepäraseid harras-tusi.

LIGIPÄÄS EI TÄHENDA VAID INVALIDITE

Tagasihoidlikus Pelguranna korter-kontoris kümnendat aastat tegutsev Kakora – Sülvi Sarapuu loodud töö-rühm Kaunis Kombata Raamat on puute- ehk kompimisraamatute maa-letooja ning valmistaja, ent see on vaid üks ühenduse tegevustest. Oma pea-mise eesmärgina rõhutatud kultuuri kättesaadavaks tegemine erivajaduste-ga inimestele ei ole pelk unistus. Sülvit saab õigusega nimetada ka kirjeldus-tõlke maaletoojaks, kelle eestvõttel ja utsitusel on tänaseks juba ridamisi nii teatrietendusi kui filmiseansse, sealhul-gas suvelõpusel Tartus Tartuffil ja Tal-linnas PÕFFil, kus vaatajaile, kes ei näe, jutustatakse, mis laval/ekraanil parajas-ti on. Mis ühel ja teisel tegelasel seljas, mis ilmed, kes milliseid liigutusi teeb jne. Neid selgitusi saab pikki-d vaid hetkedesse, mil näitlejad ei räägi, nii et kirjeldustõlke tegemine on omaette kunst. «Eestis on vaid üks inimene, kes seda kunsti valdab,» ütleb Sülvi Sara-puu, «samas kui Soomes on juba pikki aastaid kirjeldustõlkide koolitamine omaette eriala.» Aga ta ei kurda, tema tegutseb.

TEGEVUSES 24/7

Oma pereliikmeile toetuva ühingu-ga ja ühtekokku kümne vabatahtliku abiga korraldab Sülvi Sarapuu – lisaks järjepanu uute puuteraamatute valmis-tamisele ja tegijate juhendamisele – kirjanduskursusi ja kuuldemängukur-susi, geelküünalde valmistamise, port-

ree- ja näpumaali kursusi, näitusi ja konverentse, huvireise ja kogemuste-koole, konsulteerib kirjeldustõlke tegi-jaid jpm. Kuidas see kõik 24/7 sisse ära mahub? Kuidas sisustub Sülvi Sarapuu tavaline päev?

«Minu päev algab arvuti avamise-ga,» vastab usutletav oma malbel moel. «Vaatan meilid üle – arvutil on braille’ kirja riba, mis laseb mul lugeda üks ri-da korraga, ja vastu kirjutati pimekir-jas, kümneseõrme süsteemis. Interneti kasutamisel ja minu abivahenditega kättesaamisel on tütar abiks. Valdava osa päevast tegelen töösolevate projek-tide organiseerimisega, aruannete kir-jutamise, ja rahastuse saamiseks tu-leb kirjutada aina uusi projekte. Suht-len päris palju Skype’i teel, see hoiab sõitude arvelt aega kokku ja teeb elu hõlpsamaks. Pimedana kuulumise järgi ja kepiga liikumine on tött-õelda väga väsitav, reuma tõttu vahetatud liigeste pärast on lisaks suur hirm kukkuda.

Noorena, kui olid veel oma liigesed, võis neid torkida,» muigab Sülvi ja li-sab: «Kodust kaugemale minnes peab ikka saatja kaasas olema.» Naine osu-tab kerge pealiigutusega abikaasa Aar-ne suunas, kes kuulab meie juttu deli-kaatsest kaugusest, kuni on aeg Viljan-di poole startida. Sest pärastlõunal al-gab järjekordne loengutsükkel Tartu Ülikooli Viljandi Kultuuriakadeemias, kus Sülvi õpib kultuurikorraldust.

RAAMATUVIRNAST NÄPUOTSANI

«Kolmkümmend aastat tagasi õp-pisin Viljandi Kultuurikoolis klubitööd, nüüd tahaks õpitule uut tuge saada. Kolmas aasta on käsil, peabki hakkama bakalaureusetööle mõtlema,» lausub kahe täiskasvanud tütre ja ametikoolis metallitööd õppiva poja ema, kes kõr-vuti suure lugemisisuga on noorpõlvest peale näputööd armastanud. Seda

enam, et kududes, tikkides, nagu ka pe-su pestes ja triikides saab ühtlasi heli-raaraamatuiks salvestatud teoseid kuu-lata. Kultuurikorralduse stuudiumis tar-vilikku kirjandust on palju, kuid valdav osa sellest eeldab nägemist. «Pole pa-rata, pean paluma neid raamatuid en-dale ette lugeda – kes muu kui ikka oma pere ja vabatahtlikud on mulle selles abiks, sest ka 2010 aastal Priimuse projekti kaudu toimunud heliraamatu-te lugemine lõppes niisama äkki kui al-gas, kuna rahad lõppesid. Pere ongi see, tänu kellele saan oma tegemisi teha.»

«Sõrmeotstega kombitavate siltide kaudu saab mõneti abstraktne mõiste inimõigu-sed ootamatult selgele sisu.»

Uuel nädalal kodus tagasi? «Oi-ei,» on Sülvi kaasavõetud puuteraamatute virna ja tumesinisele linalle tikitud-lit-ristatud tähistava kaarti Aarne abiga kokku pakkides hoobilt energiline. «Tuleval nädalal olemine Tampere-s, näi-tusel nimega «Ebanormaalne näitus», mis käsitleb puuetega inimestele vaja-likke asju, alates nende valmistamise materjalidest. Näiteks kas või sildid.» Sülvi sikutab kotist tagasi pealtnäha ta-valised eksponaatide etiketid, kus ke-nad kalligraafilised kirjed joonistuvad sõrmega katsutavaks. Iga sildi allservas on sama tekst ka punkt kirjas. Samaviisi on kujundatud tualettruumi uksele mõeldud silt – reljefne piktogramm ja braille’ kirjas selgitus kõrval. Sõrmeots-te kaudu saab mõneti abstraktne mõis-te inimõigused minu jaoks ootamatult selgele sisu.

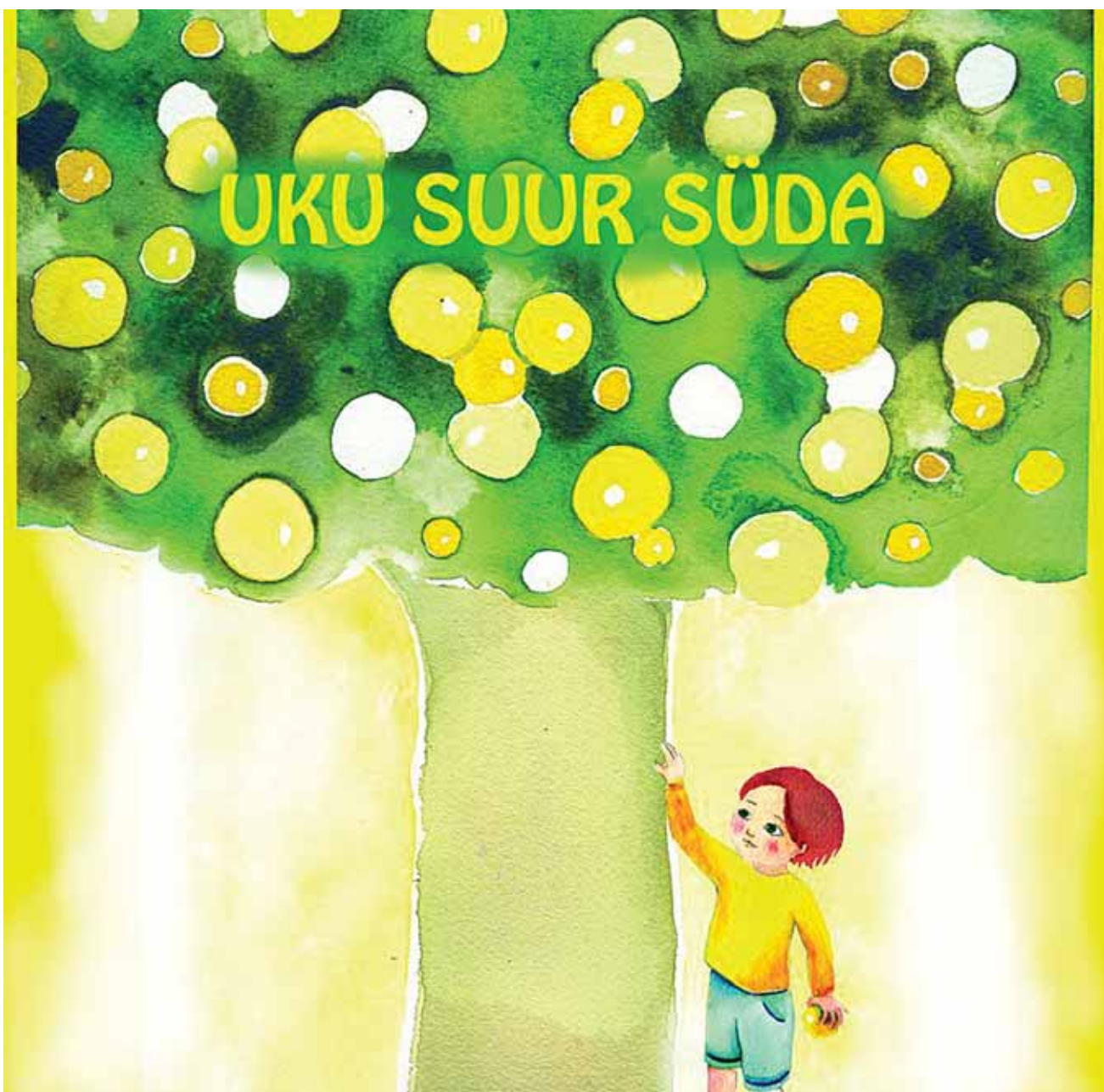


Sülvi Sarapuu loodud tööühm Kaunis Kombata Raamat on puute- ehk kompimisraamatute maaletooja ning valmistaja. ERAKOGU

Liikumispuudega ja pimedat inimest tee-nindava sõiduki parkimiskaart
Liiklusseaduse § 68 ja § 167
Parkimiskaart antakse taotluse alusel väl-ja kohaliku omavalitsuse poolt isikule, kel-lel esineb keskmisele, rasketele või sügava-le puude raskusastele vastav liikumis-või nägemisfunktsiooni kõrvalekalde.

Sõiduki armatuurlauale nähtavale ko-hale paigaldatud parkimiskaart (esikül-jega ülespoole, parkimiskaardi regist-reerimisnumber, kehtivusaeg ja väljaa-ndja peavad olema kontrollijale nähta-vad) annab liikumispuudega juhile ja lii-kumispuudega või pimedat inimest tee-nindava sõiduki juhile erioigused peatu-

misel ja parkimisel sh tasuta parkimi-ne avalikes tasulistes parkimiskohta-des.
Lisainfo: www.epikoda.ee, rubriik seadus-andlus, teotused ja teenused.
www.riigiteataja.ee (liiklusseadus).



Illustratsioonid raamatust «Uku suur süda»



AUTOR: KUDRUN VUNGI

Uku suur süda

HELEN VOOG,

Eesti Puuetega Inimeste Koda, raamatu «Uku suur süda» projektijuht

Laste kasvatamine hoolivateks ning empaatilisteks täiskasvanuteks peaks alga- ma maast madalast. Eel- kooliiga on lapse arengu seisukohast üks olulisemaid perioode. Omandatud posi- tiivsed ja negatiivsed koge- mused ning eakaaslaste ja täiskasvanute eeskujude panevad paljuski paika väärtus- hinnangud ja suhtumise teistesse inimestesse kogu järgneva eluks.

Seetõttu otsustas Eesti Puuetega Inimeste Koda projekti «Erinevus rikastab» raames anda välja 6.-7. aastaste lasteaiast lastele suunatud raamatu, mille eesmärgiks on tõsta tead- likkust sellest, et kõik inimesed ei ole ühesugused. Erinevus ei tee aga kel- lelegi halba ning muudab maailma vaid värvikamaks ning mitmekesisemaks. Oluline on mees pidada, et kaaslastesse tuleb alati suhtuda aus- tusega ja vajadusel osata pakkuda sõbrale abikäsi.

Raamatu «Uku suur süda» peategelaseks on 7-aastane poiss Uku. Tege-



mist on suure südame ning headusest pakatava poisiga. Oma positiivse suhtumise- ga võiks ta olla eeskujuks palju- dele lastele ning miks mitte ka täiskas- vanutele.

Uku ise arvab, et on kasvult liiga lühike, sest mis muu saab olla põhju- seks, et ta ei suuda mänguväljakul joosta sama kiiresti kui teised lapsed või pelgab ronida aias kasvava õuna- puu otsa. Kui lisada juurde naabripoi- si eputamine selle üle, kui osav ta kõi- ges on, on tulemuseks üks õnnetu poiss.

Nukras tujus koju saabunud poissi asub lohutama vanaisa. «Kõige oluli- sem on see, et sul on suur süda!», lohu- tab vanaisa. Nüüd muutub Uku veel

kurvemaks: «Kuidas nii väikesel poisil saab olla suur süda?»

Vanaisa selgitab, et suur süda tähendab, et sa oled heatahtlik kõikide laste vastu. «Inimesi ei saa jagada ilu- sateks või koledateks, headeks või halbadeks, sõbralikeks või kurjadeks. Abivalmis peab olema kõigi vastu!»

Peas keerlemas vanaisa sõnad, mõ- tiskleb Uku enne uinunist selle üle, kui- das teha nii, et kõigil oleks hea ning ot- sustab – alustada tuleb juba homme. Kuidas see Ukul välja tuleb? Mida uut ja huvitavat toob järgmine päev ning kas alati peabki kõike pingutatult tege- ma või algavad suured heateod väikes- test pisiasjadest? Sellest kõigest saabki lugeda raamatust.



Raamatus käsitletakse palju erine- vaid ja tõsiseid teemasid, seejuures on läbivaks erivajadustega inimeste te- maatika.

«Erinevus ei tee kellelegi halba ning muudab maailma vaid värvikamaks ning mit- mekesisemaks.»

Esmapilgil võib see kõik tunduda väikesele inimesele raske ning arusa- matuna. Seetõttu toetavad teksti soo- jad ning lastesõbralikud illustratsioo- nid, mille autoriks on Kudrun Vungi.

Samuti on raamatule lisaks loodud õpetajat toetav juhendmaterjal koos töölehtedega, mis muudab teemade käsitlemise lihtsamaks nii lapsele kui ka pedagoogile.

Kuigi tegemist on juturaamatuga, täidab raamat koos abimaterjalidega ka õppematerjali eesmärgi. «Uku suur süda» peaks valmis saama ja- nuarist ning raamatut koos juhend- materjaliga levitatakse tasuta lasteae- dadele.

Eesti Puuetega Inimeste Koda loo- dab, et raamat aitab kaasa sallivama ning hoolivama ühiskonna kujunemi- sele. Seejuures paneb EPiKoda kõigile täiskasvanutele südamele olla alati las- tele eeskujuks nii sõnades kui ka tegu- des.

KAS SA TEADSID, ET...

Taastusravi

Paljud puudega inimesed vajavad toimetule- ku toetamiseks taastusravi. Eesti Haigekassa koduleheküljel oleva infor- matsiooni alusel on taastusravi suunatud häirunud funktsioonide taastamisele, säili- tamisele või puudega kohanemisele. Tegu on

töövõimet või toimetulekut taastava raviga. Haigekassa tasub taastusravi eest, kui see on osutatud kindlatel meditsiinilistel näidus- tustel. Taastusravi otsustab, kas taastusravi on näidustatud ning millised protseduurid on vajalikud. Taastusravi vastuvõtule saamiseks on vajalik perearsti saatekirja. Teatud taastus-

ravile saavad inimese suunata ka perearsti ise.

Intensiivne taastusravi

osutatakse haiglas kindlatel juhtudel – äge- dad haigused, operatsioonid ja traumad, sel- ja- või pea-ajukahjustus, raske funktsiooni-

häire, halvatus, infarkt jm (Eesti Haigekassa Tervishoiuteenuste loetelu § 15). tasub 100% haigekassa, omaosalust ei ole, kuid täiendavalt võib raviasutus patsiendilt küsida voodipäevatasu 1,6 eurot. on piiriks kuni 6 kuud ägeda haigestumise algusest (va kuni 19-aastaste taastusravi).

Lisaks voodipäevale maksab haigekassa ka protseduuride ning uuringute eest (nt füsio- teraapia, tegeusteraapia, logopeediline abi, isiksuse uuring jm). Kuni 7-aastase või kuni 14-aastase sügava või raske liikumis- või liit- puudega lapsega haiglas viibimisel maks- takse lisaks ka vanema eest.

Aaron «Wheelz» Fotheringham – mees, kes tegi esimese tagurpidi salto

GETTER TIIRIK

Olen kohanud aeg-ajalt suhtumist, et puudega inimestesse peaks suhtuma teatava ettevaatlikkusega või arvamust, et puudega inimesed jäävad huvitava ning aktiivse elu elamisest kõrvale. Müüdid on murdmiseks – enamik inimesi ei suuda seda, mida teeb 19-aastane ameeriklane Aaron Fotheringham. Tegemist on noormehega, kes sündis seljaajukahjustusega, mille tõttu tema jalad ei tööta.

8-aastaselt asus Las Vegasest pärit Aaron tegelema BMX-iga ning on nüüdseks võitnud mitmeid BMX-i võistlusi, olnud korduvalt finaalis nii USAs kui rahvusvahelistel võistlustel, kuid see on tema jaoks teisejärgulise tähtsusega – peamine on sõitmisest saadav rõõm.

2006. aastal tegi Aaron esmakordselt tagurpidi salto ratastooliga, pärast seda tuli kuulsus: esinemised, intervjuud... Kuid Aaron käib esinemas ja juhendamas ka puuetega laste laagrites, õpetades neile nii konkreetseid trikke, mida tooliga teha, kui ka suhtumist – Aaron tahab näidata, et ratastooli ei pea suhtuma nagu takistusse, vaid seda võib võtta mänguasjana.

Palun tutvusta ennast lühidalt – kes sa oled ja mida sa teed?

Minu nimi on Aaron «Wheelz» Fotheringham ning ma olen professionaalne WCMX (ratastooli MX) sõitja. Teen trikke suurtel kaldteedel ning skateparkides oma ratastooliga.

Kuidas sa jõudsid ekstreemspordiga tegelemiseni? Millised trikke sa teed?

Minu vend Brian tegeles BMXiga (trikiratta sõiduga) ning meelitas juba 8-aastaselt mind vaatama ja sealt kaudu ka ise proovima. Trikkidest rääkides, ma võin teha mitmeid: back-flip'e (tagurpidi salto), topelt back-flip'i (topelt tagurpidi salto) ja front-flip'i (ettepoole salto), kui nüüd vaid mõnda nimetada.

Kui palju aega sa ekstreemspordiga tegelemisesse panustad?

Muidugi sõltub see ka ilmast, kuid käin sõitmas peaaegu iga päev.

Palun kirjelda mõnda naljakat/erilist momenti, mis on sinu juhtunud, kas siis igapäeva elus või elamusspordiga tegelemisel?

Lõbusaim moment...hmm, arvata-vasti see, kui Travis Pastrana (USA ekstreemspordlane) kutsus mind ükspäev bowling'usse ja ma tegin talle ära. Hahaa.

Ma olen päris kindel, et inspireerid paljusid noori, kuid kes on sinu eeskujud ja inspireerijad?

Mõned inimesed, kes mind inspireerivad on: Travis Pastrana (USA ekstremsportlane, motosportlane), Chad



Kagy, Bob Burnquist, Mike Box (ehitab mu toole).

Mis on sinu suurim eesmärk?

Minu eesmärgiks on jätkata WCMX spordis piiride ületamist ning arendada rohkem paremaid asju.

Palun kirjelda üht oma tavalist päeva

Ärkan üles, seejärel mõtlen asju välja ning erinevate trikkide peale ning seejärel lähen sõitma ja seda siis õhtuni.

Milliseid trikke sa teed? Palun kirjelda mõnda lühidalt.

Käsi maha, kaldest üles veerandi võrra, hoida kinni ühe käega ja siis tagasi alla veereda! ja ühel rattal kummi venitamine!»

Juhul kui keegi on huvitatud samasuguste trikkide tegemisest nagu sina teed, mida ta teadma peaks?

Kõige tähtsam on kasutada kiivrit ja olla valmis ka ebaõnnestumiseks, kuid tuleb meele pidada, et jätkates ja uuesti proovides sa õnnestud.

Mis on kõige raskem trikk, mida sa teed? Mis on raskeim igapäeva elus?

Raskeim trikk, mida ma teinud

olen, on topelt-tagurpidi-salto. Kõige raskem asi mu päevas on see, kui päike läheb looja, sest see tähendab, et päev on läbi.

Mida sa tead Eestist? Kas plaanid ka meid külastada? Tean, et oled käinud Saksamaal erinevatel võistlustel.

Oleks äge teid külastama tulla ja teha siin ka mõned tagurpidi saltod teile. Jah, olen käinud Saksamaal seitse korda erinevatel võistlustel ja show'del.

Millist varustust sa kasutad?

Kasutan Mike Box Fab Chair'i (ühe



FOTODE AUTOR BARRY BLAND

kindla tootja ratastool), kiivrit, ölkaitsemeid, kindaid ja mõnikord ka kaelkaitset.

Nii ja viimane küsimus. Milliseid soovitusi sa jagaksid Eesti noortele?

Mitte kunagi ei tohi alla anda ega loobuda. Proovige erinevaid väljakutseid ja katsetage selleks, et teha midagi positiivset ning õnnestuda.

Kes soovib täpsemalt tutvuda Aaroni tegemistega ning vaadata Aaroni tehtavaid trikke, siis külastage tema kodulehekülge: <http://www.aaronfotheringham.com>

KAS SA TEADSID, ET...

Funktsioone toetav taastusravi

võidakse osutada nii statsionaarselt kui ambulatoorselt. Haigekassa tasub 80% voodipäeva maksumusest, omaosalusena võib raviasutus patiensidilt võtta 20% voodipäevahinnast ehk 8,96

eurot ühe päeva kohta ja voodipäevatasu (kuni 1,6 eurot). Osutatakse krooniliste haigusseisundite ja nende ägenemiste korral (nt tugiliikumisaparaadi kroonilised põletikud ja haigused, protteesimised, närvi-, lihas- ja kopsuhaigused,

diabeet. Allikas: Eesti Haigekassa Tervishoiuteenuste loetelu § 15 lg 7). Ambulatoorse taastusravi teenused, mille eest tasub haigekassa: füsioteraapia, tegevusteraapia, psühholoogiline kompleksuuring, psühhoteeraapia, mas-

saaž (mööduka või tugeva halvatusesega haigetele), raviuujumine (liikumishäiretega haigetele või liikumispuudega lapsele), ravivõimlemine (sh basseinis), mudaravi (reumatoidse polüartriiti, ning väljendunud liigesejäikusega haigetele), külmvõimlemiskambri ravisean-

si ja/või logopeediliste teenuste eest. Lisainfo: Eesti Haigekassa koduleheküljel, www.haigekassa.ee või www.riigiteataja.ee (ravikindlustuse seadus, Eesti Haigekassa tervishoiuteenuste loetelu).

Koer – vahelüli inimeste maailma vahel

MERIKE VIILUP

Kui hipoteraapia on inimestele teada-tuntud, siis koerateraapia on suhteliselt uus valdkond. Paljud koeraomanikudki pole sellest kuulnud, kuigi on ise lugematuid kordi kogenud oma truu sõbra lähedalolekust õhkuvat mõistmist, seletamatut rahu ja turvatunnet.

Psühholoog Kristi Raava kuulis koerateraapiast esmakordselt, kui otsis oma perre väikest sõpra. Kristi töötab Tallinna 32. Keskkoolis koolipsühholoogina ja on Gordoni perekooli koolitaja. Ta on esimene ja tõenäoliselt ainus koolipsühholoog Eestis, kes kasutab oma töös koera. Kahe ja poole aastane labradori retriiver Rosin on juba üle aasta abiliseks suhtlemistundides ja inimestevaheliste suhtesipundarde harutamisel.

Päevad, mil Rosin on koolimajas, tekitab psühholoogi ukse taha lausa rüblikut järjekord – kõik nad tahaksid süsimusta neljajalgsega sõbraks saada või vähemalt korragi pai teha. Sageli tuleb huviliste arvu piirata, sest ka koer väsib ja peab saama puhkeaja.

KOER ANNAB TOONUST, TREENIB MÄLU JA ARENDAB PEENMOTOORIKAT

Autistlike laste sotsiaalsete oskuste arendamisel on koerast palju abi, sest koer otsib ise kontakti ja on hinnanguvaba. Lapsel on lihtsam loomaga rääkida ja sellisel viisil arendada oma sotsiaalseid oskusi. Kristi Raava soovib autistipoissi paljude oskuste arendamisel. Raamatus räägib ema oma kogemustest, tagasilöökidest ja edusammudest.

Kui koerateraapia eesmärgiks on lapse peenmotoorika arendamine, saab erinevate ajuosade aktiveerimiseks teha koera abil harjutusi. Saab treenida mälu, koordinatsiooni ja kontsentreerumist. Jääb vajaka füüsilisest aktiivsusest, on keha toonuses hoidmiseks loom hea motivaator. Näiteks ratastoolis inimene viskab palli ja koer toob tagasi. Koerata jääb emotsionaalne pool puudu, aga just see annab heaolutunde.

LIHTNE KOOLITADA JA LOOMULT SÕBRALIK

Teraapiakoertena kasutatakse põhiliselt labradori ja kuldset retriiverit. Nad on väga sõbralikud ja hästi koolitavad, seepärast on nad ka pimedate juhtkoerad ja abikoerad.

Koerad tajuvad suurepäraselt inimese emotsioone, tundlikkus emotsioonide suhtes aga väsitab. Töökoerte puhul väga oluline looma mõõdukas töökoormus, et koeral ei tekiks stressi ega ülekoormust, läbipõlenud koeral tekivad nagu inimesel terviseprobleemid ja vahel ka käitumisprobleemid.

Vormis püsimiseks on töökoertel oma rutiin, piirid ja vajadused. «Praeguse treenitusega suudab Rosin osaleda



Psühholoog Kristi Raava ja labradori retriiver Rosin.

AUTOR: MERIKE VIILUP

Teraapiakoer ja koerateraapia

- Teraapiakoer on eritreenu läbinud koer, kes suudab luua ning pakkuda inimestele kontakti leevendades pingeid ja luues sideme ümbritseva maailmaga;
- Loomadega suhtlemine vähendab stressi, ärevust ja üksindustunnet, samas sisendab enesekindlust ja pakub emotsionaalset tuge;
- Animal Assisted Therapy – loomateraapia on eesmärgipärane tegevus, mille raames loom kaasatakse patsiendi raviprogrammi, eesmärgiks parandada patsiendi füüsilist, sotsiaalset, emotsionaalset ja/või kognitiivset funktsioneerimist. Loomateraapia läbiviija on professionaal, kes on läbinud vastavad koolitused;
- Animal Assisted Learning – loomade abil õppimine – õppeprotsess, kuhu on kaasatud loom;
- AnimalAssisted Activities – tegevused loomadega.
- Psüühiliste ja füüsiliste häiretega patsientide ravis aitab loom kaasa meeldivama ja mugavama õhkkonna tekkimisele ja on sotsiaalseks vahelülits patsiendi ning terapeudi omavahelisel suhtlemisel.

Koerasomanikud Andrus ja Ain:

Andrus Allikveer (vasakul), vabatahtlik päästekoerte õpetaja, kahe kuldse retriiveri omanik, Ain Karjus, 9-aastase Elvise peremees

Andrus: «Koertel ei ole etteheidete keelt, ta on jäätult truu, isegi siis, kui midagi valesti teed, ikka oled tema jaoks hea. Koera omamine rikastab – õpid usaldama elu, teisi inimesi ja iseennast, hakkad ümber hindama oma vaateid ning arusaamu. Õpetades koera õpid ka iseennast kehtestama. Koerad toovad naeratuse palgele. Nad toovad rõõmu tegevistesse, olemisse ja viivad muremõtted ära. Tunnen lihtsatest asjadest rõõmu ja saad lasta ennast mõnusasti vabaks.»

Ain: «Koer annab sisemist rahu – kui on kehv tuju, lähed Elvisega välja ja kohe läheb paremaks. Ta ei küsi kunagi midagi, vaatab lihtsalt otsa ja juba ma aiman, mida tal vaja on. Ta ei vihasta, ei ütle sulle halvasti ega ütle ka vastu. Kui oled üksik, siis tead, et keegi on olemas, et keegi ootab.»



maksimum kahes koolitunnis, kolmandas ajab ta juba omi asju – teeb korra, mida palud ja kõik. Püsimine ja tähelepanu on hajunud. Ka loomadel on oma piirid ja neid tuleb arvestada.»

KOER SAAB EI-ST ARU, INIMENE SAGELI MITTE

Emotsionaalselt on lastele loom väga oluline. Õppeprotsess käib koera ja inimese maailma paralleelide peal. «Käsitleme läbi looma erinevaid teemasid ja teeme harjutusi, näiteks EI ütlemit. Arutame lastega, miks on EI ütlemine oluline, miks on oluline sellest aru saada,» selgitab psühholoog. Näiteks vahetunnis lapsed mängivad, müraavad, jooksevad, lükkavad, tõuklevad ja ühel hetkel keegi ütleb – enam ei taha, valus on, aitab. Sellest hoolimata müraavad teised edasi ja lõpuks on keegi haiget või kiusata saanud. Hoogu sattudes võib ka koera mäng lõppeda haiget saamisega. Sellepärast ongi oluline EI-st aru saada.

«Teeme Rosinaga sikutamise mängu,» näitab Kristi. «Mina hoian mänguasjal või riidetükil ühest, koer hammas- teisest otsast, mürame ja siis ütlen Rosinale EI või KÕIK. Ta saab aru, lõpetab ära ja istub maha. Seejärel arutleme lastega, mis saaks edasi, kui koer ei lõpetaks – ühel hetkel võtaks koer hambad mängu. Psühholoog küsib, kas lapsed ise saavad aru, kui sõber ütleb, et enam ei taha müra. Sageli tunnistavad lapsed, et ei saa. Rosin aga saab ja see on hea eeskuju, eriti algklasside õpilastele. Julgemad saavad Rosinaga suhtlemissituatsiooni ise proovida.»

Tunnis õpivad lapsed erinevaid emotsioone, käitumise jälgimist. Kristi on Rosinaga klassis ja laseb lastel vaadelda, kuidas loom ennast praegu tunneb. Aga kuidas inimene tunneb, kui ta tuleb võõras keskkonda? Sageli juhtub, et klassi tuleb uus õpilane ja sellega ei arvestata, et

ta on uus. Kiusamise teemasid räägitakse sama meele – kuidas loomi kiusatakse ja mida tuleks teha.

«Laste ja loomade maailmal on väga palju ühiseid jooni, näiteks lapse teeb rõõmsaks see, mis teeb loomagi rõõmsaks.»

KOER LOOB TURVALISE SUHTLEMISITUATSIOONI

Psühholoog peab oma töös lühikese ajaga võitma võõra inimese usalduse, et rääkida kliendiga kõige olulisematest ja haiget tegevatest teemadest tema elus. Loom aitab ruttu luua turvalise ja pingevaba suhtlemissituatsiooni. Lapsel on turvalisem istuda koeraga maas, samal ajal silitada ja rääkida oma muredest.

Rasked asjad tuleb välja rääkida, saladustega on väga raske koos elada. «Inimestel on suuri ja sügaval südames olevaid saladusi,» teab Kristi. «Need istuvad sees ja ühel hetkel tekivad terviseprobleemid, depressioon, lastel käitumisprobleemid, agressiivsus. Rääkides saavad asjad selgemaks ja jagatud mure on pool muret. Ka sõbrale rääkimine aitab, kuid keerulisemate asjade puhul jääb sõbral professionaali oskustest puudu.» Rääkimise protsess on ka füsioloogilises mõttes oluline. Rääkides saab inimese aju hapnikku, pingelange ja enesetunne paraneb.

Kiusamisvestluste ajal magab Rosin enamasti ohvri jalgade juures. Ta ise läheb ja olukord on juba teine – koer tekitab nõrgemat. Mõnikord hakkavad lapsed nutma, siis paneb koer pea lihtsalt lapsele sülele. Laps hakkab pead vaikelt silitama ja pingelange.

Loomateraapias on loom vahelülits inimeste maailma vahel, inimese ja inimese suhte vahel. Ameerikas kasutatakse loomateraapiat seksuaalselt väärkoheldud lastega. Laps saab traumeerivast olukorrast rääkida läbi looma. See võtab pinget maha, samas jääb mõõdukas distants traumeerivast olukorrast.

Palju on üksindust tundvaid lapsi. Neil on läheduse ja hoolivuse vajadus ja seda on vaja kellegagi jagada. Lapsele võiks võtta koera või mõne väiksema looma, kui vanemate päevad on pikad ja aega lapse jaoks vähe. Koolis käivad paljud lapsed Rosina lähedust nautimas, on keda kallistada ja kellest hoolida. Loomadel on üks imeline omadus – neil on lõputult aega meie jaoks. Kui isa-ema hakkavad lahku minema, siis on väga sageli lapse ainuke sõber koer, kes kuulab, lohub ja alati rõõmsalt ootab.

ÜHISKOND SAAKS RIKKAMAKS

Ameerikas on loomateraapia kohta palju kirjandust ja õppimisvõimalusi. Eestis kontekstis on teraapiast veel vara rääkida. «Minu teada ei ole veel ühtegi väljaõpet saanud spetsialisti. Ennast olen teemaga kurssi viinud kirjanduse abil. Koertega külastused ja koeraga õppimisprotsessi läbiviimine ei vaja spetsiifilist spetsialisti väljaõpet, loomateraapiat saab teha ainult väljaõppinud spetsialist,» nendib psühholoog. Koer peab olema treenitud nii külastusteks kui ka teraapiaks.

Valdkonna arengust saab rääkida siis, kui on olemas koolitatud spetsialistid ja asutuste – haiglad, koolid, hooldekodud jne. valmisolek loomakülastusteks. Välismaal on tavaline, et loomadega käiakse haiglates, koolides ja teistest asutustes. Eestis on esimesed sammud tehtud ja sellest on kogemuste võrra rikkamaks nii inimesed kui ka loomad.

«Erinevus rikastab» on Tallinna Tehnikaülikooli õiguse instituudi projekt, mille eesmärkideks on suurendada Eesti ühiskonna teadlikkust võrdsest kohtlemisest ning võidelda sallimatuse vastu. Käesoleval aastal keskendutakse homofiobia vastu võitlemisele ja puuetega inimeste sotsiaalse staatuse edendamisele. Lisainfo: www.erinevusrikastab.ee

Projekti finantseerivad Euroopa Liit, Sotsiaalministeerium ja Tallinna Tehnikaülikooli õiguse instituut.

Projekti toetatakse Euroopa Liidu tööhõive ja sotsiaalse solidaarsuse programmi PROGRESS (2007-2013) raames.

Programmi haldab Euroopa Komisjoni tööhõive, sotsiaalküsimuste ja võrdsete võimaluste peadirektoraat. Programm loodi selleks, et

toetada rahaliselt Euroopa Liidu eesmärkide rakendamist tööhõive ja sotsiaalse solidaarsuse valdkonnas ning aidata seeläbi kaasa Euroopa 2020 strateegia eesmärkide saavutamisele kõnealuses valdkonnas.

Seitsmeaastane programm on suunatud kõikidele huvirühmadele, kes aitavad välja töötada asjakohaseid ja tõhusaid õigusakte ning kujundada tööhõive ja sotsiaalpoliitikat Euroopa Liidu 27 liikmesriigis, Euroopa Vabakaubanduse Assotsiatsiooni riikides ning Euroopa Liidu kandidaatriikides ja potentsiaalsetes kandidaatriikides.

Täiendav teave: <http://ec.europa.eu/progress>

Ajalehes kajastatu ei pruugi kattuda Euroopa Komisjoni vaadete ja seisukohtadega.



erinevus rikastab