



mitmekesisuse
kuu



Mitmekesisista oma maailma!

tööriistakast koolidele ja
noortekeskustele

Koostaja:
Maris Uusküla

enk | Eesti Noorsoo-
töötajate Kogu



INIMÕIGUSTE
KESKUS

2026





mitmekesisuse
kuu



Mitmekesisuse kuud tähistatakse Eestis ja Euroopas igal aastal maikuus.

Mitmekesisuse päev toimub maikuu teisel kolmapäeval.

Mitmekesisuse kuu ja päeva eesmärk on
märgata ja väärtustada iga inimese
ainulaadsust ning tuletada meelde, et
erinevused on meie ühine tugevus.

Sellest leiunurgast leiad erinevaid
meetodeid, tegevusi ja näiteid, mida saad
laste ja noortega töös kasutada
mitmesisuse kuu ja päeva tähistamiseks.





Põhimõtted sündmuste korraldamisel mitmekesisuse kuul

Loo dialoogi

Otsi võimalusi ühisosa leidmiseks ning teise inimese vaatenurga mõistmiseks.



Toeta omavahelist suhtlust

Planeeri tegevusi, mis aitavad noortel omavahel rääkida, üksteist tunda õppida ja tunnustada.

Näiteks: lauamänguõhtud, kokandusringid, loovuse töötoad jne.

Kaasa noori

Noorte kaasamine ideede ja tegevuste loomisse suurendab osalust ja omanikutunnet.

Lase noortel korraldada tegevusi kasutades inimõigushariduse tegevuste kavandamise ja elluviimise juhendit.

Mõtle ligipääsetavusele

Kujunda tegevused nii, et osaleda saaksid ka need noored, kes tavaliselt ei osale.



Näiteks: paku erinevaid osalusviise ning veendu, et ruumid ja materjalid oleksid kõigile sobivad ja ligipääsetavad.

Loo turvaline ruum

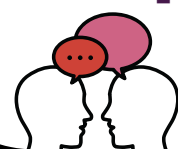
Veendu, et kõik osalejad tunneksid end hoituna ja austatuna ning et vähemused oleksid kaitstud.



Kasuta kaasavat keelt

Sõnumid ja kommunikatsioon peaksid looma mõistmist ja sildu, mitte vastandusi.

Näiteks: teha tegevusi, mis on propageerivad pigem positiivsust.





mitmekesisuse
kuu



Turvalise ruumi meelespea



Füüsiline ja emotsionaalne turvalisus on tagatud – keegi ei tunne end ohustatuna, rünnatuna ega marginaliseerituna.



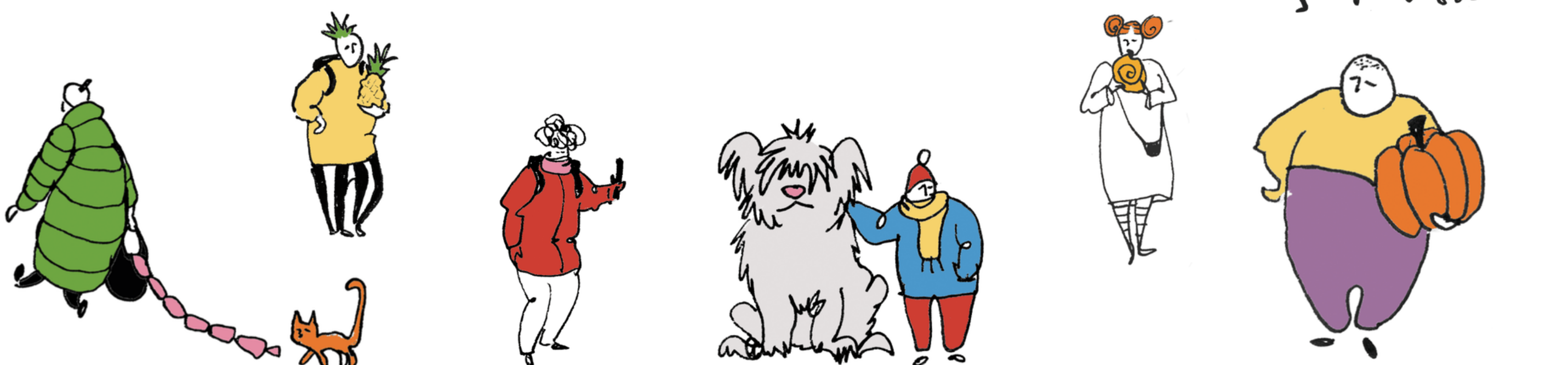
Noorte mitmekesisus (sh sooidentiteet, seksuaalne sättumus, lisavajadused, kultuuriline taust, neuroerinevused jms) on teadvustatud ja nähtav (nt LGBTQ+ kogukonna lipud).



Täiskasvanud/noorsootöötajad oskavad märgata ja sekkuda, kui keegi kogeb ebaturvalist olukorda, ning on teadlikud võimusuhetestja oma rollist nende kujundamisel.



Turvalise ruumi põhimõtetega saad lähemalt tutvuda siit:





mitmekesisuse kuu



Füüsiline ja emotsionaalne turvalisus

Arvestatakse
ligipääsetavust, privaatsust
ja austavat suhtlust.

Kokkulepped

Reeglid sõnastatakse
koos noortega ja neid
uuendatakse
vajadusel.

Mitmekesisuse tunnustamine

Erinevused (nt LGBTQ+,
kultuuriline taust,
erivajadused) on teadlikult
nähtavaks ja väärtustatud.

Turvalise ruumi 7 põhimõtet

Noorsootõtaja roll

Täiskasvanu vastutab turvalise
õhkkonna loomise, märkamise
ja sekkumise eest.

Ennetus ja reageerimine

Probleemide korral
tegutsetakse selgete sammude
ja toetava dialoogi kaudu.

Refleksioon ja areng

Turvalisust hinnatakse
regulaarselt ja keskkonda
arendatakse vastavalt
tagasisidele.

Kaasav suhtlus ja osalus

Kõigil noortel on võimalus
osaleda ja väljendada end
sobival viisil.



Turvalise ruumi põhimõtetega saad lähemalt tutvuda siit:





mitmekesisuse
kuu



Kuidas rääkida mitmekesisusest noortega?



Leppige kokku austavad ja turvalised **kokkulepped**.



Alusta kogemusest, mitte teoriast. **Näiteks:** kasuta lihtsaid olukordi igapäevaelust; lase noorel ise alustada rääkimisega; kasuta lugusid, videoid jne.



Kasuta avatuid ja neutraalseid küsimusi. **Näiteks:** väldi õige/vale küsimusi; kasuta "kas" küsimuste asemel "kuidas" "miks" "mis" küsimusi - kuidas sa ennast tunnend sellest teemast rääkides? Miks sa nii tunnend? Mis sind üllatas?



Luba eri vaateid, aga sea piirid - tuleb selgitada, et arvamusi on erinevaid, reageerida rahulikult.



Erinevad osalusviisid - ei pea vaid arutlema. Võib noortega **joonistada, oma mõtted kirjutada, mängida jne.**



Arutelud siduda päriseluga. Tuua päris olukordi, mis aitab noorel siduda teemat. **Näiteks:** kas teema avaldub koolis/noortekeskuses.

PEA MEELES!

Noortega rääkides kuula rohkem kui räägid, ole oma keele ja hoiakuga eeskujuks ning ära karda vaikust – see on osa mõtlemisest. Väike ja aus vestlus on alati parem kui pikk loeng.





**mitmekesisuse
kuu**



Kuidas kasutada inimõigushariduse tegevuste kavandamise ja elluviimise juhendit tegevuste läbiviimiseks?

Juhend on praktiline tööriist noortele (eesmärgiks ~16–24 a), mis aitab planeerida, korraldada ja peegeldada inimõigushariduse tegevusi või projekte.



See sisaldab 10 selget sammu, mida järgides saab kavandada nii väiksemaid tegevusi (näiteks töötubasid, kampaaniaid) kui ka suuremaid projekte.



See juhend toetab inimõigustest arusaamist ja nende edendamist läbi praktilise tegevuse, mitte ainult teooria.



Inimõigusharidus aitab noortel arendada hoiakuid ja oskusi, et seisata vastu diskrimineerimisele ja edendada õiglust ühiskonnas.



Inimõigushariduse tegevuste kavandamise ja elluviimise juhendiga saad lähemalt tutvuda siit:





**mitmekesisuse
kuu**



Miks on inimõiguste meetodite tööriistakast oluline noorsootöötajale?



See koondab valiku õpetlikke meetodeid ja tegevusi, mida saab kasutada noortega inimõiguste teemade käsitlemisel nii formaalses kui eelkõige mitteformaalses õppes.



aitab arendada olulisi oskusi nagu kriitiline mõtlemine, suhtlemine ja konfliktide lahendamine ning kujundada hoiakuid, mis toetavad võrdsust, tolerantsust ja kaasatust. Samuti aitab see muuta noortega töötamise teadlikumaks, aktiivsemaks ja kaasavamaks õppimisprotsessiks.



Tööriistakast on mõeldud noorsootöötajatele praktiliseks abivahendiks inimõiguste alaste tegevuste planeerimisel ja läbiviimisel noortega. See võimaldab kohandada meetodeid vastavalt konkreetse grupi vajadustele, vanusele ja kontekstile ning toetab sisukaid arutelusid, mis aitavad noortel mõista ja väärtustada oma õigusi, võrdõiguslikkust ning inimväarikust.



Meetodid toetavad erinevate identiteetide, kultuuride ja vaatenurkade mõistmist ning väärtustamist, loovad kaasava õpikeskkonna, kus iga noore hääl on oluline, ning arendavad oskusi stereotüüpide ja diskrimineerimise teadvustamiseks ja ennetamiseks. Keskne fookus on võrdõiguslikkuse ja inimõiguste edendamisel, mis on ka mitmekesisuse kuu põhituum.



Inimõigushariduse tööriistakastiga saad lähemalt tutvuda siit:





mitmekesisuse
kuu



MIDA TEHA?

Praktilised tegevused koolis ja
noortekeskuses





mitmekesisuse
kuu



MIDA TEHA?

**Kutsu külalisi - Eesti Inimõiguste Keskus,
Eesti Noorsootöötajate Kogu, MONDO jt**

Mida nad võiksid rääkida:

- Oma valdkonna põhiteemadest (noorte osalus, inimõigused, globaalne vastutus).
- Päriselulistest näidetest ja kogemuslugudest.
- Praktilistest võimalustest, kuidas noored saavad ise kaasa lüüa või muutust luua.
- Probleemidest ja väljakutsetest ning nende lahendamisest.

Mida nad võiksid teha:

- Viia läbi arutelu või väitlus mõne aktuaalse teema üle.
- Korraldada väikestes gruppides praktiline ülesanne (nt projektidee loomine, juhtumianalüüs, rollimäng).
- Analüüsida koos noortega konkreetset olukorda või näidet.
- Aidata sõnastada noorte enda tegevusplaan või algatusidee.

Arutelu teemad

heaolu • vaimne tervis • identiteet
sooline võrdsus • erivajadused
kultuuriline mitmekesisus
pagulaste kogemused • LGBT+
elamused • mikroagressioonid

TEGEVUS, mida saad koos noortega ja külalistega koos läbi viia

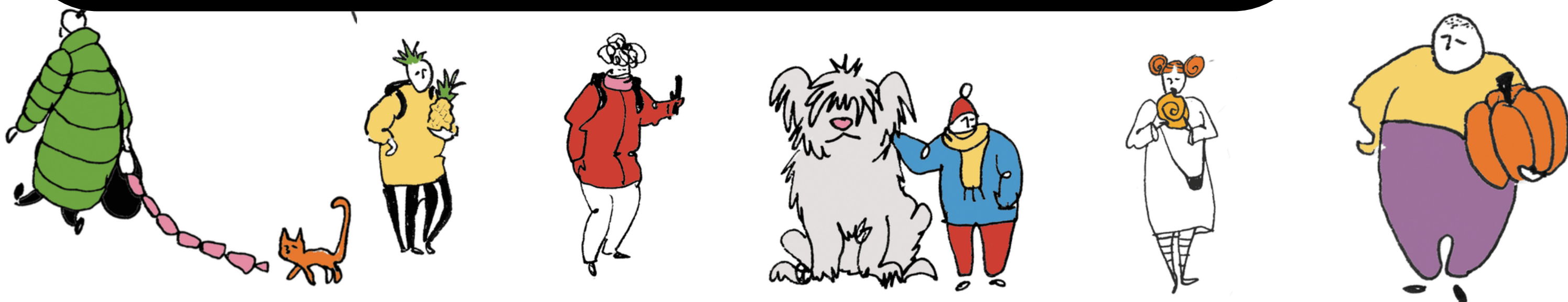
Simulatsioon „Mini-volikogu“ (60 min) on rollimänguline arutelutegevus, kus noored harjutavad otsustamist ja argumenteerimist.

Osalejad jagatakse rollidesse (nt volikogu liikmed, koolijuht, lapsevanem, ajakirjanik).

Arutluse all on konkreetne koolieluline teema, näiteks nutitelefonide kasutamise piiramine või vaimse tervise toe suurendamine. Iga roll esindab oma huve ja seisukohti ning osaleb struktureeritud arutelus.

Arutelu järel sõnastavad „volikogu liikmed“ põhjendatud otsuse (mida tehakse, miks ja kuidas). Tegevus lõpeb lühikese pressikonverentsiga, kus ajakirjanikud esitavad otsuse kohta küsimusi ning volikogu peab oma seisukohti avalikult kaitsma.

Tulemusena mõistavad noored paremini, kuidas demokraatlik otsustusprotsess toimib, õpivad erinevaid vaatenurki arvestama ning arendavad argumenteerimis- ja esinemisoskust.





MIDA TEHA?

TEGEVUS, mida saad koos noortega ja külalistega koos läbiviija

Juhtumianalüüs

Olukord:

10. klassi õpilane Sara kandideerib kooli õpilasesindusse. Klassikaaslane postitab sotsiaalmeediasse avaliku kommentaari:

„Ma ei usu, et tema sobib esindama meie kooli – ta on ju välismaalt pärit ja ei räägi isegi perfektset eesti keelt.”

Postitus kogub kiiresti meeldimisi ja kommentaare. Mõned õpilased kaitsevad Sarad, teised kirjutavad juurde sarkastilisi märkusi. Sara tunneb end alandatuna ja kaalub kandideerimisest loobumist.

ÜLESANNE: Grupiga tuleb mõelda, milles probleem seisneb ning milliseid õigusi on siin rikutud? Mis oleks lahendus?

Toimub arutelu grupis ning hiljem pakub iga grupp lahendusvariante ning analüüsitakse neid.

Eesmärk: Noored analüüsivad, kus jookseb piir sõnavabaduse ja diskrimineerimise vahel, ning arutavad, kuidas sellistes olukordades vastutustundlikult tegutseda – nii kannatanu, pealtnägija kui ka kooli tasandil.

TEGEVUS, mida saad koos noortega ja külalistega koos läbiviija

MINI-DEBATT

Osalejad jagatakse kahte gruppi: poolt (kaitseb väidet) ja vastu (vaidlustab väite). Debatt võiks käsitleda noori puudutavaid ja selgelt vastanduvaid seisukohti sisaldavaid teemasid, näiteks: „Sõnavabadusel ei tohiks olla piiranguid, ka internetis.”

Grupid valmistavad ette 3–4 peamist argumenti ning mõtlevad läbi võimalikud vastuväited.

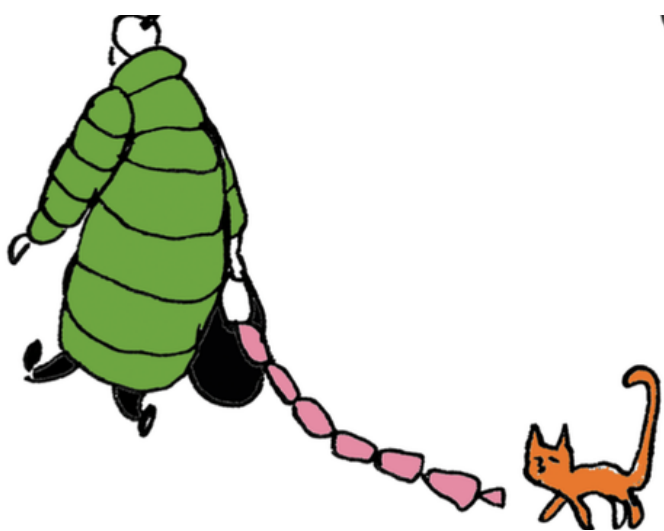
Debatt algab avaväidetega, kus nii poolt- kui ka vastuargumente esindav grupp saavad 2–3 minutit oma seisukoha selgeks ja loogiliseks esitamiseks. Seejärel toimub vasturepliidide ja küsimuste voor, kus pooled reageerivad teineteise argumentidele ning võivad esitada täpsustavaid küsimusi. **Arutelu keskendub** sisulistele põhjendustele ja argumentide analüüsile, vältides isiklikke rünnakuid.

Mõlemad pooled teevad **lühikese lõppsõna:**

- Mis on nende tugevaim argument?
- Milline oli peamine erimeelsus?

Põhimõtted

- Eesmärk ei ole „võita”, vaid harjutada argumenteerimist ja kuulamisoskust.
- Väited peavad põhinema põhjendustel, mitte ainult arvamusel.
- Austav suhtlus on kohustuslik.
- Pärast debatti võib teha refleksiooni: kas keegi muutis oma seisukohta ja miks?



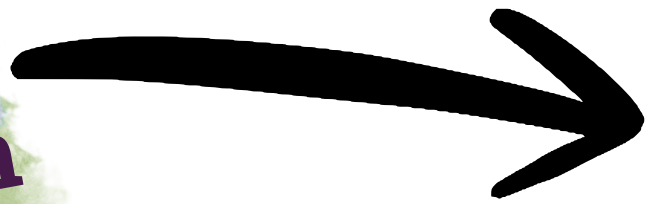


mitmekesisuse
kuu



KORRALDA KULTUURIPÄEV!

Kutsu
kultuuripäeva
korraldama
inimene, kes on
teisest
kultuuriruumist.



Keda kutsuda?

koolide/noortekeskuste
välisvabatahtlikud
kultuuriseltsid, nt Eestimaa
Rahvuste Ühendus, Integratsiooni
Sihtasutus
saatkonnad
ülikoolide välistudengid



TÄHTPÄEVAD/PIDUSTUSED
riiklikud pühad ja tähtpäevad,
traditsioonid



TOIDUKULTUUR
toit kui sotsiaalne süsteem

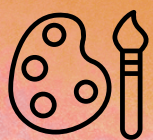
TEEMATSOONID

Muuda noortekeskus/kool
tsoonideks, kus lapsed ja noored
saavad kultuurist rohkem teada.



IGAPÄEVAELU
kus inimesed iga päev
elavad

KUNST JA KÄSITÖÖ
esteetika, meisterlikkus ja väärtused



Alustada väikese
aruteluringiga, mis tutvustab
kultuuri:

lühike esitlus kultuuri kohta
kogemuslugude jagamine
küsimuste esitamine
kultuuride sarnasuste ja erinevuste
leidmine





**mitmekesisuse
kuu**



KORRALDA KULTUURIPÄEV!

KOKANDUSE TÖÖTUBA

Korralda töötuba, kust tutvustatakse toidukultuuri ning valmistatakse selle kultuuri omapäraseid roogasid.

SISSEJUHATUS:

Teha lühike ülevaade toidukultuurist - põhitoorained, kas tegemist on argipäeva rooga või pidutoiduga?

SÖÖGI TEGEMINE:

Jagage rollid noorte vahel ära (kes teeb mida?) ning näidata kindlat tehnikad ka ette (lõikamised, segamised jne).

SÖÖMINE:

Maitske valmistatud roogasid - mis maitseid tuntakse? mis on teistmoodi, mida varem pole proovinud?

TAGASISIDE

Kindlasti tehke refleksiooniring, kus iga noor saab pegeledada, mida ta õppis töötoast?

TRADITSIOONIDE TÖÖTUBA

Korralda töötuba, kus lapsed ja noored saavad praktiliselt proovida traditsioonilisi tegevusi, näiteks laulmine ja tants.

Eesmärk on kogeda kultuuri läbi keha ja hääle, mõista traditsiooni ajaloolist ja sotsiaalset tausta ja luua osalejate vahel ühisruum.

SISSEJUHATUS:

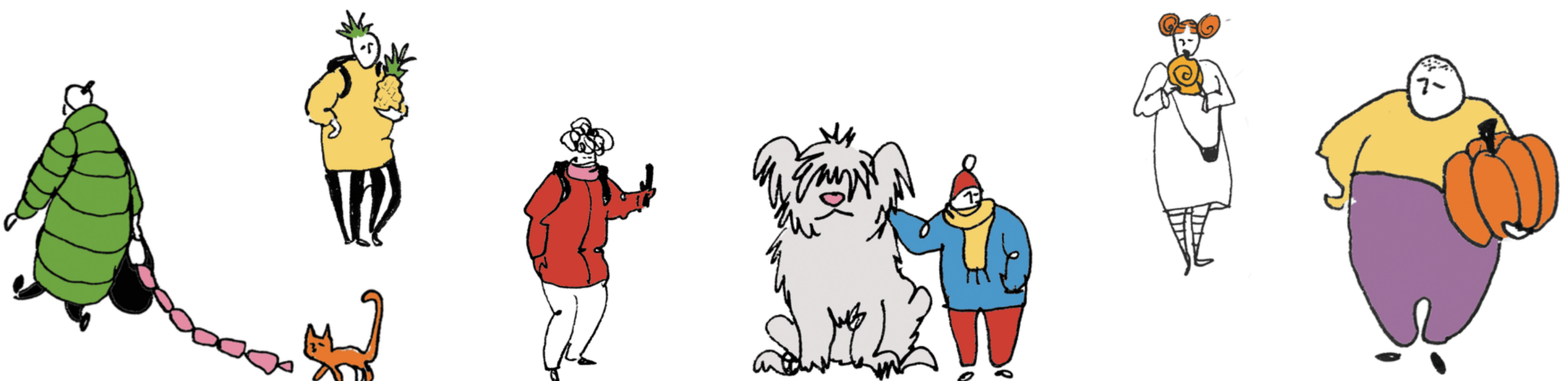
Teha lühike ülevaade traditsioonist - millal teatud tegevust tehakse, millist riietust kantakse. Võimalusel lasta noortel ennast riietuda rahvusriietesse ja/või kasutada aksessuaare.

TEGEVUS:

Näidata ette tegevus, mida noored saavad järgi teha.

TAGASISIDE:

Teha refleksiooniring - mida noor õppis?





**mitmekesisuse
kuu**



MATERJALID , MIDA SAAB NOORTELE SOOVITADA VÕI KOOS LUGEDA/VAADATA

Eesti Inimõiguste Keskus, mitmekesisus ja kaasatus

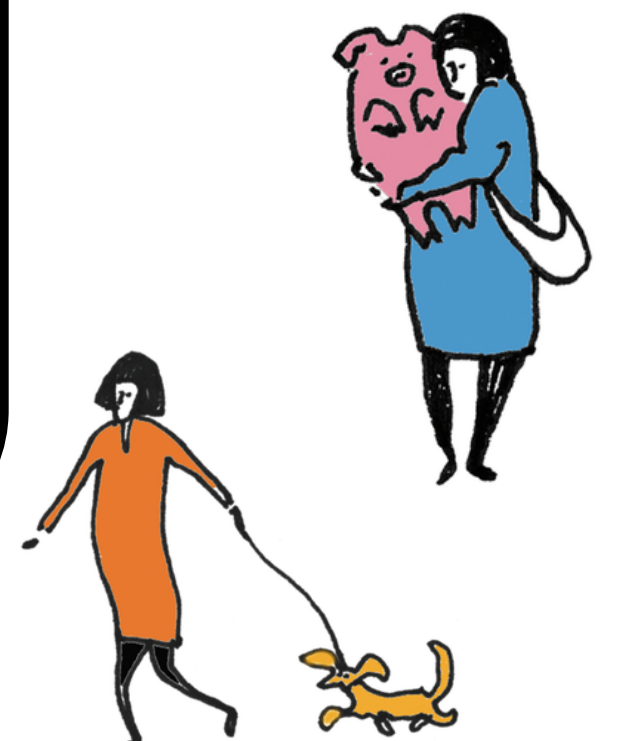
Eesti Inimõiguste Keskuse mitmekesisuse ja kaasatuse teema keskendub mitmekesisuse tähenduse ja väärtuse mõtestamisele ühiskonnas, võrdse kohtlemise põhimõtete järjepidevale edendamisele ning organisatsioonide ja töandjate kaasamisele, et kujundada demokraatlikult toimiv, õiglane ja kõiki inimesi arvestav keskkond.

Laste ja noortega saate algatada arutelusid mitmekesisuse, sallivuse ja võrdse kohtlemise teemal, tuues näiteid igapäevaelust ning julgustades neid märkama ja väärtustama inimeste erinevusi.

MONDO Maailmakool

Maailmakooli Materjalid osas on lai valik maailmahariduse õppematerjale, mis käsitlevad mitmekesisuse, rände, kultuuridevahelise suhtluse, õiguste, globaliseerumise ja sotsiaalsete teemadega seotud küsimusi. Seal on nii juhendmaterjale õpetajatele, tunnikavu ja töölehti, infograafikuid ja filmiprogramme kui ka näituseid ja rollimänge, mille abil saab laste ja noortega mitmekesisuse ning üleilmsete protsesside üle arutleda ja õppida.

Materjalid on sobivad erinevatele vanuseastmetele ning neid saab kasutada nii formaalses koolikeskkonnas kui ka noorsootöös, et toetada empaatia, solidaarsuse ja maailmakodaniku mõtteviisi kujunemist.





MATERJALID , MIDA SAAB NOORTELE SOOVITADA VÕI KOOS LUGEDA/VAADATA

Teeviit - "Erinevus rikastab"

Teeviidi lehel kajastatud "Erinevus rikastab" on noortele suunatud teema ja veebisündmuste sari, mis keskendub mitmekesisuse, kultuuridevahelise õppimise ja kaasatuse väärtustamisele ning kogemuste jagamisele.

Sündmuses ja artiklites jagavad noored oma lugusid ning arutlevad selle üle, kuidas erinevused rikastavad kogukonda, pakuvad uusi perspektiive ja toetavad üksteise mõistmist.

Eesmärk on inspireerida noori avardama maailmavaadet ning väärtustama erinevaid identiteete ja kogemusi.

"Aasta, mis muutis mind: Lisette kogemus vahetusõpilasena USA-s"

Kogemuslugu räägib noore Lisette lugu vahetusõpilasena Ameerika Ühendriikides, kus ta veetis terve õppeaasta.

Lugu kirjeldab tema teekonda uude kultuuri, kohanemist, esimesi muljeid, raskusi ja avastusi. See rõhutab, kuidas elamine teises riigis ja eri kultuuride mõistmine aitas tal kasvada enesekindlamaks, avatuks ja empaatiavõimelisemaks ning anda sügavama arusaama mitmekesisusest maailmas.

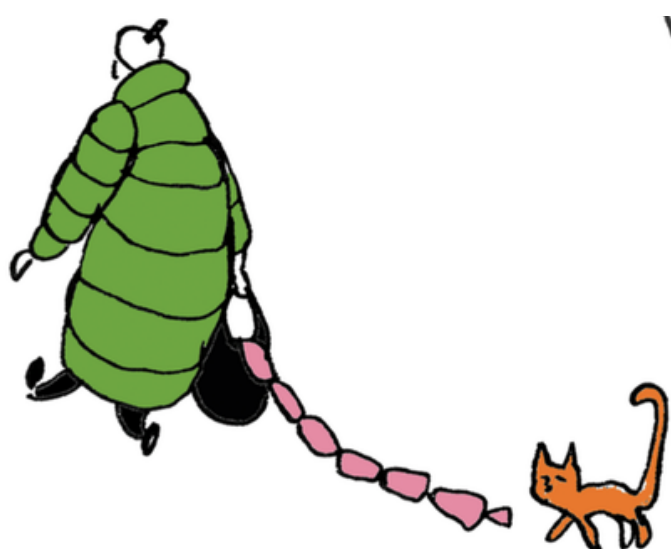
TEDx ettekanded

TEDx-ettekanne, kus keskkooliõpilane Grace Darrow räägib mitmekesisusest ja kaasatusest. Ta rõhutab, et tegelik mitmekesisuse õpetamine ei tohiks piirduda üheainsa päeva või üritusega koolis, vaid peab olema pidev, igapäevane püüdlus.

Darrow jagab oma kogemusi ja mõtteid selle kohta, kuidas mitmekesisus mõjutab õpilasi ja kogukonda ning miks on oluline luua õpikeskkond, kus iga inimene tunneb end väärtustatuna ja aktsepteerituna.

Tema sõnum keskendub ideele, et mitmekesisuse väärtustamine peab saama püsivaks osaks haridussüsteemist ja igapäevaelust, mitte ainult korraks tähistatavaks teemaks.

Teisi ettekandeid saab otsida ja kuulata: [TED](#)





**mitmekesisuse
kuu**



Kasutatud kirjandus

Eesti Inimõiguste Keskus. (2025, aprill). Inimõigushariduse tegevuste kavandamise ja elluviimise juhend [PDF].
<https://humanrights.ee/app/uploads/2025/04/Inimoigushariduse-tegevuste-kavandamise-ja-elluviimise-juhend.pdf>

Eesti Inimõiguste Keskus. (2025, juuni). Turvaline ruum noorsootöös.
<https://humanrights.ee/app/uploads/2025/06/TurvalineRuumNoorsootoos.pdf>

Eesti Inimõiguste Keskus. (s.a.). Mitmekesisus ja kaasatus.
<https://humanrights.ee/teemad/mitmekesisus-ja-kaasatus/>

Eesti Noorsootöötajate Kogu. (s.a.). Noorsootöö arendamine ja noorte osalus.
<https://www.enk.ee>

Human Rights Education Associates (HREA). (2025). Human Rights Education Methods for Youth Workers [PDF]. Eesti Inimõiguste Keskus.
<https://humanrights.ee/app/uploads/2025/06/Human-Rights-Education-Methods-for-Youth-Workers.pdf>

Integratsiooni Sihtasutus. (s.a.). Kultuurilise mitmekesisuse ja lõimumise toetamine.
<https://integratsioon.ee>

MONDO. (s.a.). Maailmakool – maailmahariduse õppematerjalid.
<https://maailmakool.ee>

TED. (s.a.). TEDx ettekanded.
<https://www.ted.com>

TEDx Talks. (2018, märts 8). Teaching diversity more than one day at a time [Video]. YouTube.
<https://www.youtube.com/watch?v=6iq2QI5GfmQ>

Teeviit. (s.a.).
<https://www.teeviit.ee>

Teeviit. (s.a.). Erinevus rikastab.
<https://www.teeviit.ee/erinevus-rikastab/>

Teeviit. (s.a.). Aasta, mis muutis mind: Lisette kogemus vahetusõpilasena USA-s.
<https://www.teeviit.ee/aasta-mis-muutis-mind-minu-kogemus-vahetusopilasena-usa-s/>

Eestimaa Rahvuste Ühendus. (s.a.). Rahvuskultuuride ja mitmekesisuse edendamine Eestis.

Mitmekesisuse päev. (s.a.). Mitmekesisuse kuu ja päeva algatus Eestis.

