





Alguses ei olegi midagi muud kui oodata.  
Sead vaimu valmis ja lihtsalt ootad. See on väga põnev aeg.



Laps on röömuks - lehekülj 3

## Kas ma saan hakkama? Kindlasti!

Oled end mõnda aega jälginud ja tunned, et midagi on teisiti. Mõne aja pärast selgub, et Sa ootadki last! Kas laps on oodatud või ootamatu, ikka esineb kõhk-lus, kas Sa oled nii suureks elumuutuseks valmis. Peas võivad hakata keerlema küsimused ja kahtlused: mis saab edasi? Kas ma ikka saan (veel ühe) lapsega hakkama? Mis hakkab toimuma minu kehaga? Mis saab minu elust? Kas minu pere, elukaaslane/partner toetab mind?

Muidugi tuleb oma senist elu uue ilmakodaniku järgi rohkem või vähem kohendada. Selleks ongi 9 kuud ettevalmis-tusaega, et oma vaim ja keskkond lapse ilmaletulekuks ette valmistada. Lapse saamisega kaasneb peale õnne ka suur vastutus. Seetõttu on täiesti inimlik kui Sind valdavad mure-mõtted või kõhklused. Ära jää oma probleemidega üksi!

Otsi toetust vanematelt, abikaasalt või elukaaslaselt, lähedas-telt, sõpradelt. Iga naisele on tähtis partneri toetus, kuid sageli ei oska too seda väljendada või on kõhklev. Enne sünnitust saate aga end partneriga vaimselt ja füüsiliselt lapse tulekuks ette valmistada. Suhtle teis-te lapseootel naistega näiteks perekoolis või vastavates foorumites, otsi raseda-tele mõeldud koolitusi, treenimisvõimalusi ja vestlusringe, võimalusel külasta (koos partneriga) kohalikke perekooli loenguid või otsi abi professionaalselt psühholoogilt/nõustajalt. Suuremates nõuandlates töötavad psühholoogid, kelle juurde võib suunata Sind perearst või naistearst ning kuhu võid soovi korral minna ka partneriga.

Saamaks tasuta või soodustingimustel professionaalset psühholoogilist ja juriidilist abi, võid pöörduda kohaliku sotsiaaltöötaja poole, kes Sind õigete inimeste juurde suunab. Küll sa näed, et paljud Sinu kartused või mured on lahendatavad – Sa saad kindlasti palju soovitusi, kuidas lapse ootamisest rohkem röömu tunda.

Loe sellest edaspidi, millist tuge saad riigilt.



Las olla alguses natuke suurem. Ta ju kasvab mis mähiseb!



Laps on rõõmuks - lehekülj 5

## Põhjalikku infot...

...ja asjalikku nõu raseduse kohta saad Sa küsida oma naistearstilt või ämmaemandalt, kui registreerid end rasedana vastuvõtule. Naistearsti juurde saab vajadusel suunata ka perearst. Kindlasti tuleks juba registratuuris mainida, et tegemist on rasedusega – nii saad Sa vastuvõtule pikema järjekorrata. Raseduse arvelevõtmine (näit. Tallinnas enne 12. rasedusnädalat) võib olla eelduseks omavalitsuse poolt sünnitustoetuse saamiseks (Tallinnas **5000** krooni).

Nõu ja abi raseduse, sünnituse ja vastsündinu hooldamise kohta jagavad hea meelega iga sünnitushaigla ämmaemandad ning haiglate naistearstid. Nemad on sulle toeks ja abiks ka raseduse vältel ja sünnituse juures. Sünnituse ajal võib moraalseks toeks olla kaasas abikaasa, elukaaslane või isegi vanemad. Peamine on, et Sina end kindlalt tunneksid.

Palju kasulikku nõu võid Sa leida ka aadressidelt [www.perekool.ee](http://www.perekool.ee), [www.pereweb.ee](http://www.pereweb.ee) või [www.pereklubi.com](http://www.pereklubi.com) jne.

Lisaks võid interneti kaudu küsida nõu kogunud lastearstilt, ämmaemandalt, kogenumatelt lapseootajatelt või lapsevanematelt.

Kõik ikka selleks, et Sina end kindlalt tunneksid.

[www.perekool.ee](http://www.perekool.ee)  
[www.pereweb.ee](http://www.pereweb.ee)  
[www.pereklubi.com](http://www.pereklubi.com)



Igal hommikul teen alustuseks lapsele muusi...



Laps on rõõmuks - lehekülg 7

## Õnnelik ema – õnnelik laps

Head peresuhted ja ema hingeline tasakaal on lapse arenguks ülitähtsad ning mõjutavad paljuski tulevase ilmakodaniku edaspidist elu. Õnnelikul emal on õnnelikud lapsed!

Seetõttu on lapseootel emadele mõeldud spetsiaalsed sportimisvõimalused, huvi-, suhtlus- ja nõustamisringid. On olemas pere-, rasedusnõustamine ja psühholoogiline abi nii perele koos kui ka isale-emale eraldi. Infot rasedusaegse nõustamise ja perekooli loengute kohta võid Sa küsida oma naistearstilt, ämmaemandalt või lähimast sünnitusmajast. Rasedate sportimisvõimalusi pakuvad paljud spordiklubid, ujulad, veekeskused ja SPA-d (vaata ka [www.trenn.ee](http://www.trenn.ee)). Aktiivset tegevust pakuvad ka seltsid ja ühingud, mis korraldavad koolitusi ja nõustamist nii lapseootel naistele kui ka peredele suuremates perearstikeskustes, sünnitusmajades, naistenõuandlates.

Lisaks tuleb Sul last oodates pöörata suurt tähelepanu oma tervisele. Kõigil last ootavatel naistel on alates 12 rasedusnädalast õigus ravikindlustusele. Kui Sa ei õpi, ei tööta ega ole registreeritud töötuna ja Sul puudub ravikindlustus, tuleb Sul selle vormistamiseks pöörduda Haigekassa klienditeenindusbüroosse. Kaasa võta isikut tõendav dokument ja raviarsti tõend raseduse kohta.

Riik toetab lapseootel naise ja alla aastase lapse ema hambaravi, hüvitades selleks tehtud kulutused **450** krooni ulatuses. Raseduse jälgimine on haigekassa lepingupartnerite juures tasuta. Haigekassa lepingupartneriteks on riiklikud haiglad ning ka osa eraarste. Täpsemalt saad infot oma arstilt.

Kõigil last ootavatel naistel on alates 12. rasedusnädalast õigus ravikindlustusele.



Laps on röömuks - lehekülj 8

## Mis mu tööst saab?

Seaduses pole kirjas, millal täpselt peab naine oma rasedusest tööandjale teatama, kuid Sul oleks mõistlik seda teha üsna aegsasti.

NB! Järgnevalt on kirjeldatud kuni 30. juunini 2009 kehtivast seadusest tulenevaid õigusi ja alates 1. juulist 2009 kehtima hakkavast uuest Töölepingu seadusest tulenevaid õigusi.

Tööandja on kohustatud andma Sulle vastavalt arsti otsusele vaba aega sünnituseelseks läbivaatuseks ja see aeg arvatakse Sinu tööaja hulka.

Rasedatel ja last rinnaga toitvatel naistel on arstitõendi alusel õigus sobivatele töö- ja olmetingimustele.

Kehtiva seaduse kohaselt on tööandjal keelatud lõpetada raseda töölepingut koondamise, tööoskuste, tervise, pikaajalise töövõimetuse ja korruptiivse teo tõttu. Sinu kui last ootava ema töölepingu võib lõpetada ainult tööinspektori nõusolekul ning seda vaid asutuse likvideerimise ja tööandja pankrotistumise korral. Tööinspektori luba on tarvis ka siis, kui Su tööleping lõpetatakse katseaja ebarahuldavate tulemuste, töökohustuste rikkumise, usalduse kaotamise või vääritud teo tõttu.

Kui Sa tunned, et tööandja on Sulle liiga teinud, pöördu kohaliku tööinspeksiooni poole ja tee vastav avaldus. Kui tööleping on juba lõpetatud ja Sa leiad, et tööandja on talitanud ebaseaduslikult, tuleb Sul pöörduda ühe kuu jooksul töövaidluskomisjoni või kohtusse.

Tööandja on kohustatud andma Sulle vastavalt arsti otsusele vaba aega sünnituseelseks läbivaatuseks.





## Laps on rõõmuks - lehekülj 9

Uue seaduse järgi ei ole lubatud töölepingut rasedaga üles öelda koondamise tõttu (va tööandja tegevuse lõppemisel) või töövõime vähenemise tõttu. Aga seda üksnes juhul, kui Sa oled teavitanud tööandjat oma rasedusest enne ülesütlemisavalduse kättesaamist või 14 kalendripäeva jooksul pärast seda. Tööandja nõudmisel pead Sa esitama rasedust kinnitava arstitõendi.

Tööleping on lubatud üles öelda näiteks töötaja käitumisega (rikkumisega) seotud põhjustel. Töölepingu ülesütlemisel ja ka katseajal töölepingu lõpetamisel ei ole vaja enam tööinspektori nõusolekut. Samas, kui tööandja lõpetab töölepingu raseda või alla kolme aastast last kasvatava vanemaga, on tööandjal vaidluse korral tõendamise kohustus, et ta ei öelnud lepingut üles seaduses keelatud põhjustel (näiteks rasedus, oluliste perekondlike kohustuste täitmine).

## Rasedana tööl käies on Sul mitmeid erilisi õigusi:

**NB!** Järgnevalt on kirjeldatud kuni 30. juunini 2009 kehtivast seadusest tulenevaid õigusi ja alates 1. juulist 2009 kehtima hakkavast uuest Töölepingu seadusest tulenevaid õigusi.

- Sind on keelatud rakendada ületunnitööle, tööle ööajal või igapäevastel puhkepäevadel.
- Arsti määratud vajaduse alusel on tööandja kohustatud võimaldama Sul töötada osalise ajaga (tööaja kestus määratakse kindlaks kokkuleppel). Tööandja võib selleks nõuda raviarsti tõendi esitamist. Osalise tööajaga töötamisel säilivad Su tööstaaž ja muud tööalased õigused, kuid mitte palk endises suuruses.



## Laps on röömuks - lehekülj 10

- Sul on õigus nõuda haiguslehe alusel töötingimuste kergendamist või ajutiselt kergemale tööle üleviimist. Kui tööandjal ei ole võimalik korraldada ajutist töötingimuste kergendamist või üleviimist teisele tööle ja see on kindlaks tehtud tööandja asukoha tööinspektori poolt, vabastatakse Sind töölt ja Sulle makstakse haiguslehe alusel hüvitist. Töölepingut ei lõpetata.
- Uue seaduse järgi ei ole rasedatele kehtestatud absoluutset ületunnitöö või öötöö keeldu. Kuid rase saab koos arstiga hinnata, kas ületunnitöö või öötöö kahjustab tema ja/või ta tulevase lapse tervist, on liigselt koormav või muul moel ebasobiv.
- Kui Sina või arst peate senist töökorraldust tervishoiu ja ohutuse kontekstis sobivaks, puudub igasugune põhjendus keeldude kehtestamiseks. Samas on nõudeõiguse kaudu alati tagatud võimalus ajutiselt terviseseisundile vastavat tööd saada või töö tegemisest keelduda, kui tööandjal sobivat tööd pakkuda ei ole. Terviseseisundile vastava töö nõudmise õigus hõlmab õigust nõuda meditsiinilistele näidustustele vastavaid tööülesandeid, nt. keelduda raskuste teisaldamisest või sundasendis töötamisest või keelduda öötööst ja töötamisest vahetustega. Kui tööandjal ei ole võimalik Sinu terviseseisundile vastavat tööd anda, võid tööülesannete täitmisest ajutiselt keelduda. Sa pead tööandjale esitama arsti tõendi, milles nähtuvad terviseseisundi tõttu töötamise piirangud ning võimaluse korral teepanekud terviseseisundile vastavate tööülesannete ja –tingimuste kohta.

Rasedana  
tööl käies on sul  
mitmeid erilisi  
õigusi.



## Laps on rõõmuks - lehekülj 11

- Terviseseisundile vastava töö ja töötaja töölepingulise nõ tavalise töö võimaliku töötasu erinevus hüvitatakse töötajale ravikindlustuse seaduses sätestatud tingimustel ja korras.
- Rasedat ei või saata töölähetusse. Alates 1. juulist 2009 kehtima hakkava seaduse kohaselt seda võib, kuid üksnes Sinu enda nõusolekul.
- Sul on õigus enne rasedus- ja sünnituspuhkust ka põhipuhkusele, sõltumata töötatud ajast.
- Alates 1. juulist 2009 jõustuva seaduse kohaselt aegub põhipuhkuse nõue ühe aasta jooksul arvates selle kalendriaasta lõppemisest, mille eest puhkust arvestatakse, kuid aegumine peatub ajaks, kui kasutad rasedus- ja sünnituspuhkust ning lapsehoolduspuhkust.
- Sul on enne ja pärast rasedus- ja sünnituspuhkust õigus nõuda põhipuhkust Sulle sobival ajal.



Meie issi on muinasjutulugemise maailmameister!



Laps on rõõmuks - lehekülj 13

## Pärast lapse sündi

Hiljemalt ühe kuu jooksul lapse sündimise päevast tuleb Sul elukoha perekonnaseisu asutuses lapse sünd registreerida ja lapsele nimi panna. Kaasa tuleb võtta tõend lapse sünni kohta, Sinu ja lapse isa isikut tõendav dokument ning abielutunnistus. Juhul kui Sa oled vabaabielus, tuleb perekonnaseisuasutusse minna mõlemal lapsevanemal. Üksikvanemana saad registreerida last ka enda ütluste alusel.

## Vahel läheb kõigil abi tarvis...

Laps vajab eelkõige armastust ja hoolt, mitte palju materiaalseid asju. Lapsele pole oluline tema mängukanni hind. Imikud kasvavad ruttu ja enamik emasid kasutavad meeeldi näiteks sõbrannadelt "päranduseks" saadud laste riideid ja asju. Vastsündinule esmavajaliku soetamiseks saavad kõik emad riiklikku sünnitoetust (2009. a. **5000** krooni). Mitmike sünni korral makstakse sünnitoetust **5000** krooni iga sündinud lapse kohta. Pea kõik omavalitsused maksavad lisaks omapoolset sünnitoetust ja enamasti kingitakse imiku asjadega beebipakke. Seega uuri kindlasti kohalikust linna-, vallavalitsusest oma võimalusi. Kui tulemas on pere teine või kolmas laps, on osa asju juba olemas ning Sinu eelmiste lastega saadud olulised kogemused tulevad kindlasti kasuks. Kolme- ja enamalapselised pered saavad suuremat toetust ka riigilt ning omavalitsustelt.

Riiklik  
sünnitoetus on  
5000 kr.



## Laps on röömuks - lehekülj 14

Elus võib paljugi juhtuda ning leides end keerulisest olukorrast, võid Sa abi saamiseks pöörduda lisaks lähedastele kindlasti ka kohaliku sotsiaalhoolekande või lastekaitseametniku poole. Peale asjalike soovitude on olemas mitmeid võimalusi ka Sinu, Su pere või lapse toimetuleku parandamiseks, tasuta õigusabiks või psühholoogiliseks nõustamiseks.

Kohalik sotsiaalhoolekande töötaja või omavalitsuse ametnik võib Sulle vajadusel anda kaaskirja, mille alusel Sa saad tasuta kasutatud riideid (ka imiku- ja lasteriideid), jalanõusid, lasteasju, mänguasju, kodutarbeid, mööblit, kodumasinaid jne.

Kaaskirja alusel saad Sa abi saamiseks pöörduda:

- MTÜ Heategevusühing Emma Estonia  
telefon 557 3452  
[www.hot.ee/emmaestonia](http://www.hot.ee/emmaestonia)
- Uuskasutuskeskus  
telefon 5553 0242  
[www.uuskasutus.ee](http://www.uuskasutus.ee)

Hingeabi, toetust riiete ning tarbeesemete näol pakuvad Sulle kindlasti ka kohalikud kiriklikud kogudused.

Praktilist  
abi küsi oma  
kohalikult sotsiaal-  
ametnikult.



## Laps on rõõmuks - lehekülj 15

Üldjuhul pakuvad kohalikud omavalitsused (linna- ja vallavalitsused) peredele järgmist abi ja toetust:

- üldhariduskoolides ja põhikooli baasil kutset omandavatele õpilastele toidukulude katmine
- lasteaia kohatasu kui ka toiduraha soodustused madala sissetulekuga perede lastele
- lapsehoiu toetamine
- lapse sünnitoetus **1000–5000** krooni (keskmise **2000** krooni)
- jõulupakid lastele
- jõulutoetus/ühekordne toetus lasterikastele peredele
- tasuta transport või transpordi soodustused
- koolilõpu toetus
- töövihikute kompenseerimise toetus
- lasterikaste ja vähekindlustatud perede toetused kas jalanõude ja riiete või muu hädavajaliku soetamiseks
- vajadusel perele tugiisik
- lastelaagris osalemise toetamine (peamiselt probleemsete- kui ka vähekindlustatud perede lastele)
- kohalike MTÜ-de ja omaalgatuste toetamine laste ja pereürituste korraldamisel
- vallavanema/linnapea vastuvõetud beebidele, koolilõpetajatele (tunnustamine)
- huvihariduse ja sportimisvõimaluste tagamine

Erinevates omavalitsustes on sotsiaalabi teenused erinevad. Mõned neist (näiteks toimetulekutoetus) sõltuvad pere sissetulekust, mõned mitte. Parima nõu saamiseks pöördu kindlasti sotsiaalametniku või lastekaitse spetsialisti poole, et nad teaksid Sind aidata.

Küsi julgelt  
abi ja nõu oma  
sotsiaalametnikult!



Vahel tuleb kõigil ette päevi, kui tuju on kehv...





Laps on rõõmuks - lehekülj 17

## Riiklikud peretoetused, hüvitised ja soodustused aastal 2009

**NB!** Riiklike peretoetuste muudatused jõustuvad 2009.a., kuid eri tähtaegadel. Jälgige infot [www.ensib.ee](http://www.ensib.ee), [www.rahvastikuminister.ee](http://www.rahvastikuminister.ee) või [www.sm.ee](http://www.sm.ee)

Last oodates ja noore emana on Sul igati õigus riigi toele. Riik ja kohalik omavalitsus toetavad lastega peresid nii rahaliselt kui ka mitterahaliselt, kompenseerides või toetades laste hoidmis-, kasvatus- ja hariduskulusid. Riigi poolt makstavaid toetusi on 5 liiki: sünnitushüvitis, vanemahüvitis, riiklikud peretoetused, maksusoodustused ja puhkusehüvitised.

Riiklikke peretoetusi on võimalik saada Eestis alaliselt, elamisloa alusel elavatel ja välismaal õppimise tõttu perest eemalviibivatel lastel, kui neile ei maksta juba mõne teise riigi peretoetusi. Toetuste saamiseks tuleb Sul pöörduda kohalikku pensioniametisse.

### Sünnitoetus

Sünnitoetust makstakse olenemata lapse sünnijärjekorrast **5000** krooni. Lisaks maksab umbes 90% Eesti omavalitsustest täiendavaid sünnitoetusi. Sünnitoetus on ühekordne toetus.

### Lapsendamistoetus

Ühekordne toetus, mida makstakse lapsendajale, kellest lapsendatav laps ei põlvne ja kes ei ole selle lapse võõrasvanem. Lapsendamistoetuse suurus on **5000** krooni.

### Ravikindlustus

Eestis on kõik alla 19-aastased lapsed ravikindlustusega hõlmatud. Lapsed võtab haigekassa arvele rahvastikuregistri andmete alusel. Perearsti/lastearsti võid valida vastavalt oma soovile. Rasedale ja alla 1-aastase lapse emale makstakse hambaravi hüvitist aastas **450** kr.

Toetuste saamiseks tuleb Sul pöörduda kohalikku pensioniametisse.



Laps on röömuks - lehekülj 18

## Rasedus- ja sünnituspuhkus

Töötavatele naistele maksab haigekassa sünnitushüvitist, mis on kompensatsioon saamata jääva tulu eest.

Sul on õigus jääda rasedus- ja sünnituspuhkusele, kui arsti määratud eeldatava sünnitamiskuupäevani on jäänud 70 päeva (30. nädalal). Puhkusele võid jääda ka hiljem. Kui jääd rasedus- ja sünnituspuhkusele vähemalt 30 päeva enne eeldatavat sünnitamiskuupäeva, siis on Sul õigus saada sünnitushüvitist 140 päeva eest. Kui raseduse ajal on arsti otsuse alusel Su töö- või teenistuskohustusi kergendatud või sa oled üle viidud teisele tööle, siis saad sünnitushüvitist 140 päeva eest juhul, kui jääd rasedus- ja sünnituspuhkusele 70 päeva enne eeldatavat sünnitamiskuupäeva.

Töölt lapsehoolduspuhkusel viibiv naine, kes soovib uuesti rasedus- ja sünnituspuhkusele jääda, peab sünnitushüvitise saamiseks vahepeal lapsehoolduspuhkuse katkestama. Selleks tuleb esitada tööandjale avaldus lapsehoolduspuhkuse katkestamiseks. Märkides avaldusel lapsehoolduspuhkuse lõpetamise kuupäevaks päev enne rasedus- ja sünnituspuhkuse alguskuupäeva, ei pea naine vahepeal tööle minema. Avaldus tuleb tööandjale ära esitada piisava ajavaruga enne sünnituspuhkuse algust, et tööandja jõuaks kindlustuse haigekassas õigeaegselt ära vormistada.

Rasedus- ja sünnituspuhkus kestab 140 päeva, mitmikute sünni või tüsistusega sünnituse korral 154 päeva. Alates 1. juulist 2009 on rasedus- ja sünnituspuhkus alati 140 kalendripäeva. Hüvitis arvutatakse eelnenud kalendriaasta sotsiaalmaksult. Näiteks kui jääd 2009. aastal rasedus- ja sünnituspuhkusele, makstakse hüvitis 2008. aasta sotsiaalmaksustatud tuludelt.

Sinu õigusi  
ei tohi  
ega saagi Sinult  
keegi võtta.



## Laps on röömuks - lehekülj 19

Kuna mittetöötavad õpilased ja üliõpilased ei saa sotsiaalmaksuga maksustatud tulu, puudub neil õigus rasedus- ja sünnituspuhkusele ja neile hüvitist ei maksta. Küll aga on Sul sellisel juhul õigus vormistada pärast sünnitust lapsehoolduspuhkus ja saada fikseeritud vanemahüvitist (2009. a **4350** krooni kuus).

## Perekondade maksusoodustused

Lapsevanematele ja eestkostjatele on ette nähtud kolme tüüpi maksusoodustused.

- Vanemad võivad oma tuludest maha arvata oma ülalpeetavate haridusele tehtud kulutused (kuni 26. eluaastani), kaasa arvatud õppelaenu intressimaksud. Koolituskuludeks on riigi või kohaliku omavalitsusüksuse haridusasutuses (ka lasteaedades), avalikõiguslikus ülikoolis, koolitusluba omavas erakoolis või eelloetletutega samaväärses välismaa õppeasutuses õppimise või nende õppeasutuste poolt korraldatavatel tasulistel kursustel õppimise eest tasutud dokumentaalselt tõendatud kulud.
- 2009. aasta eest on lastega peredel võimalik oma tulumaksuga maksustatavast tulust maha arvata **27 000** kr aastas iga kuni 17-aastase lapse kohta, alates pere teisest lapsest.
- Kõrgkooli või kutseõppeasutuse lõpetanud noor lapsevanem saab taotleda oma õppelaenu jäägi kustutamist 50% ulatuses iga kuni 5-aastase lapse kohta.

Kõrgkooli lõpetanud noor lapsevanem saab taotleda oma õppelaenu jäägi kustutamist.



See oli täitsa tavaline hommik. Ja äkki ma tajusin –  
nii tore on olla perekond...



Laps on rõõmuks - lehekülj 21

## Vanemahüvitis

Igakaise vanemahüvituse maksmist alustatakse sünnitushüvitise maksmise perioodi lõpupäevale järgnevast päevast. Isal on õigus vanemahüvitisele, kui laps on 70 päeva vanune. Vanemahüvitist makstakse koos rasedus- ja sünnituspuhkuse päevadega kokku 575 päeva. Kui Sul ei ole olnud õigust sünnitushüvitisele, makstakse vanemahüvitist Sulle lapse sünnist kuni lapse 18 kuu vanuseks saamiseni. Vanemahüvitise suurus arvutatakse hüvitisele õiguse tekkinud kalendriaastale eelnenud kalendriaasta sotsiaalmaksuga maksustatud tulu alusel. Vanemahüvitis maksustatakse tulumaksuga. Aastatulu jagatakse 12 kuuga, kuid 12 kuust lahutatakse eelnevalt päevad, mil Sa olid oli haiguslehel, hoolduslehel või rasedus- ja sünnituspuhkusel. Jagatis ongi vanemahüvitise suurus.

Näiteks, kui Sa jääd rasedus- ja sünnituspuhkusele märtsis 2009 ning õigus vanemahüvitisele tekib 2008. aasta tulude alusel, jagatakse 2008. aasta kogutulu 12-ga. Kui aga rasedus- ja sünnituspuhkus algab 1. novembril 2009 ning vanemahüvitise maksmine algab veebruarist 2010, siis Sinu vanemahüvitis arvutatakse järgnevalt: 2009. aasta tulud jagatakse 10 kuuga.

Hüvitise suurus on 100% vanema sotsiaalmaksuga maksustatud tulust, aga mitte suurem kui üle-eelmise aasta Eesti kolmekordne keskmine palk. 2008. aastal oli vanemahüvitise ülemmääraks **25 209** krooni ning 2009. aastal **30 729** krooni.

Vanemahüvitist makstakse koos rasedus- ja sünnituspuhkuse päevadega kokku 575 päeva.



## Laps on röömuks - lehekülj 22

Kui Sa hüvitisele õiguse tekkimisele eelnenud aastal töötasid, kuid Su keskmine sissetulek jäi alla alampalga, makstakse vanemahüvitist alampalga määras. 2009. aasta alampalk on **4350** krooni.

Kui Sa nimetatud aastal ei töötanud, siis makstakse vanemahüvitist hüvitise määras, mis 2009. aastal on samuti **4350** krooni.

Aasta vahetudes juba määratud vanemahüvitise alam- ja ülemmäärad ei muutu. Kui vanemahüvitise suuruseks on alampalga määr ning aasta vahetudes alampalk tõuseb või jääb töötasu põhjal määratud hüvitis alla alampalga suuruse, jätkatakse vanemahüvitise maksmist uue alampalga määras.

## Hüvitise saaja vahetamine

Kui laps on saanud 70 päeva vanuseks on õigus vanemahüvitisele ka lapse isal. Isa puhul arvutatakse vanemahüvitis sama perioodi tulude alusel, mis oli arvestuse aluseks emal. Kuna vanemahüvitis on kuuhüvitis, on hüvitise saajat võimalik vahetada kalendrikuu algusest. Hüvitise saaja vahetatakse alates järgmisest kuust juhul, kui taotlus on esitatud enne jooksva kuu 15. kuupäeva. Väljamakse uuele taotlejale tehakse ülejäärgmises kalendrikuus.

Hüvitise saaja vahetamise korral tuleb pensioniametile esitada tõend lapsehoolduspuhkuse lõpetamise kohta, kui varasem hüvitise saaja oli lapsehoolduspuhkusel.



## Laps on rõõmuks - lehekülj 23

Vanemahüvitise maksmise ajal ei maksta vanemale lapsehooldustasu ühegi lapse eest. Lapsetoetust ja teisi peretoetusi makstakse koos vanemahüvitisega.

II samba pensionifondiga liitunuile maksab riik vanemahüvitise pealt ühe protsendi II samba pensionifondi iga sündinud lapse kohta.

Vanemahüvitist saab taotleda elektrooniliselt kodanikuportaali [www.eesti.ee](http://www.eesti.ee) kaudu. Kui Sa töötad ning teenid kuus kuni hüvitise määra (2009. aastal **4350** kr), säilib hüvitis täiel määral. Kui teenid rohkem, väheneb vanemahüvitis. Uus hüvitise suurus arvutatakse valemiga: uus hüvitis = (vanemahüvitis + tulu) ÷ 1,2 - tulu. Kui hüvitise maksmise ajal teenib vanem üle viiekordse hüvitise määra (2009. aastal  $5 \times 4350 =$  **21 750**), siis kaotab ta õiguse vanemahüvitisele.

Vanemahüvitise seadusega soositakse laste järjestikuseid sündide. Kui ühe lapse eest on vanemale hüvitist makstud ning järgmine laps sünnib alla 2,5 aastase vahega ning arvatud vanemahüvitis järgmise lapse kohta on väiksem kui eelmise lapse kohta, määratakse hüvitis varasemate tulude alusel.

Varasemat hüvitist saav vanem, kellel on õigus sünnitushüvitisele, saab taotleda alates lapse sünnist vanemahüvitise ja sünnitushüvitise vahe kompenseerimist.

Juhul kui Sul on erinevate hüvitiste kohta veel küsimusi, võid helistada järgmistele numbritele:

- Sotsiaalkindlustusamet, telefon 16 106
- Rahvastikuministri büroo, telefon 693 5251

Sotsiaalkindlustusamet:  
telefon 16 106  
Rahvastikuministri büroo:  
telefon 693 5251



Laps on rõõmuks - lehekülj 24

## Lapsehooldustasu

Igakuist lapsehooldustasu makstakse lapse vanemale või lapse tegelikule hooldajale (näiteks vanaema). Vanemahüvitise maksmise ajal peatatakse lapsehooldustasu maksmine. Kui laps on üle kolme aasta vana, makstakse lapsehooldustasu vaid lapsevanemale. Lapsehooldustasu suurus sõltub laste vanusest ja laste arvust perekonnas. Enamasti saadakse lapsehooldustasu lapsehoolduspuhkusel olles, kuid see ei ole lapsehooldustasu saamise eelduseks.

Vanem võib lõpetada või katkestada lapsehoolduspuhkuse (asuda tööle) ning saada edasi lapsehooldustasu, kui seda keegi juba ei kasuta.

Lapsehooldustasu (ei maksta, kui vanemale makstakse vanemahüvitist):

- kuni 1-aastase lapse kohta **700** krooni;
- 1–3-aastase lapse kohta **600** krooni;
- iga 3–8-aastase lapse kohta makstakse **300** krooni, kui peres on lisaks kuni 3-aastaseid lapsi;
- iga 3–8-aastase lapse kohta makstakse **300** krooni, kui peres on vähemalt 3 üle 3-aastast lapsetoetust saavat last.

Lapsehooldustasu ei maksta lapse kohta, kelle sünniga või lapsendamisega seoses makstakse sünnitus- või lapsendamishüvitist ravikindlustuse seaduse alusel. Lapsehooldustasu ei maksta ühegi lapse kohta, kui vanemale makstakse vanemahüvitist vanemahüvitise seaduse alusel.

Vanemahüvitise  
saamise ajal  
lapsehooldustasu  
ei maksta!





Laps on rõõmuks - lehekülj 25

## Lapsetoetus

Lapsetoetust makstakse lapse sündimisest kuni tema 16-aastaseks saamiseni. Lapse õppimisel päevases õppevormis või meditsiinilistel näidustustel muus õppevormis põhikoolis, gümnaasiumis või põhikooli baasil kutseõppeasutuses makstakse toetust lapse 19-aastaseks saamiseni. Kui laps saab jooksval õppeaastal 19-aastaseks, siis makstakse toetust õppeaasta lõpuni.

Toetuse suurus 2009. aastal on pere esimesele ja teisele lapsele **300** krooni ja alates pere kolmandast lapsest **900** krooni.

## Üksikvanema lapse toetus

Üksikvanema lapse toetus on igakuine toetus, mida makstakse juhul kui:

- lapse sünniaktis puudub kanne isa kohta või see on tehtud ema ütluse alusel;
- vanem on tunnistatud tagaotsitavaks.

Toetuse suurus 2009. aastal on **300** krooni.

## Ajateenija lapse toetus

Ajateenija lapse toetus on igakuine toetus, mida makstakse kaitsejõudude ajateenistuses oleva vanema lapsele 2009. aastal **750** krooni kuus.

Lapsetoetust  
makstakse lapse  
sündimisest  
kuni tema  
16-aastaseks  
saamiseni.



Laps on rõõmuks - lehekülj 26

## Eestkostetava või perekonnas hooldamisel oleva lapse toetus

Igakuist eestkostel või perekonnas hooldamisel oleva lapse toetust makstakse vanemliku hoolitsuseta jäänud lapsele:

- kelle üle on seatud eestkoste;
- kelle suhtes on sõlmitud perekonnas hooldamise leping.

Toetuse suurus 2009. aastal on **3000** kr kuus.

## Seitsme ja enama lapsega pere vanema toetus

Seitsme ja enamalapselise pere vanema toetus on igakuiselt makstav riiklik peretoetus, mida makstakse vanemale, eestkostjale või hooldajale, kes kasvatab vähemalt seitset või enamat lapsetoetust saavat last.

Toetuse suurus on 2009. aastal **2640** krooni kuus.

## Tasustatavad vaheajad lapse toitmiseks

Kui sa kasvatad alla 1,5-aastast last ning töötad, on Sul õigus saada lisaks üldistele puhkepausidele lisavaheaegu lapse rinnaga toitmiseks iga kolme tunni järel ja korraga vähemalt 30 minutit.

Vaheajad lapse toitmiseks arvatakse tööaja hulka ja nende eest makstakse, (välja arvatud juhul, kui Sa saad samaaegselt vanemahüvitist) riigieelarve vahenditest vastavalt Vabariigi Valitsuse kehtestatud korrale.



Laps on rõõmuks - lehekülj 27

## Puhkused

Alaealistele ja puuetega inimestele ning täiendava lapsepuhkuse eest on ette nähtud lisapuhkus ja selle eest makstav puhkusetasu.

- Täiendav puhkus ühele vanemale (3 või 6 päeva, sõltuvalt laste arvust) on tasuga **66** kr päev (summalt arvestatakse maha tulumaks). Alates 1. juulist 2009 tasutakse igal kalendriaastal selle puhkuse eest Vabariigi Valitsuse kehtestatud töötasu alammäära alusel, mille tulemusena suureneb hüvitis varasemast rohkem kui kolm korda.
- Isal on õigus saada ema rasedus- ja sünnituspuhkuse ajal või kahe kuu jooksul pärast lapse sündi 10 tööpäeva tasustamata isapuhkust. Puhkuse taotlemiseks tuleb oma soovist informeerida tööandjat.
- Pikendatud puhkus tööaasta eest (7 lisapäeva) alaealistele ja puuetega inimestele (kellele on määratud töövõimetuspension või rahvapension töövõimetuse alusel).
- Täiendav puhkus (1 päev) kuus puudega last kasvatavale vanemale.

Nimetatud töötajate puhkusehüvitised maksab välja tööandja, kellele riik selle summa tagantjärele kompenseerib.



Mida rohkem ise lapsele naerata, seda rohkem naeratab ka tema  
ja seda rõõmsam ta on.



Laps on rõõmuks - lehekülj 29

## Ministri järelsõna

Hea tulevane ema,

Kanda last on suurim õnnistus ja mul on rõõm, et ka Sina just praegu saad seda kogeda.

Koos lapsega tuleb ellu sügavam mõte ja vastutusega kaasneb nii palju rõõmu kui tahes - tahtmata ka muret. Emaks ei saa õppida koolis ja emadele ei väljastata ametlikke lõputunnistusi. Emaks olla on suur au ja eduka „eksami“ sooritamiseks on vaja vaid üht eeldust – armastust. Kõik praktilised oskused tulevad juba elu käigus. Just koos kasvamise kogemust on meil kõigil väga vaja. Võtke selleks aega. Uskuge, laps kasvab nii kiiresti...

Ei tasu loota, et kunagi hiljem, kui on piisavalt tööd tehtud ja jõukust kogutud, antakse eraldi ka aega laste saamiseks või lastega koosolemiseks – seda eraldi aega ei anta, selle aja peab leidma ise. Sinu õige aeg on just praegu!

Laps on rõõmuks!

Urve Palo  
Minister



Laps on röömuks - lehekülj 30

## Kasulikud numbrid

### **Lasteabitefon 116 111**

Operatiivselt abivajavast lapsest teatamiseks ning lastele ja lastega seotud täiskasvanutele tarvilikku infot ja nõu, esmase kriisinoostamise andmine

### **Rasedusnõustamine**

noustamine@rasedus.ee  
Infot ja tuge saab tasuta telefoninumbril 8002008  
E–P 09.00–21.00  
www.rasedus.ee

### **Psühholoogiline abi**

telefon 631 4300  
E–L 09.00–20.00

### **Psühholoog-psühhoterapeut**

Katrin Hommik  
telefon 697 4710

### **Haigekassa infotelefon**

telefon 16363  
www.haigekassa.ee

### **Rahvastikuministri büroo**

Info riiklike peretoetuste, hüvitiste ja maksusoodustuste kohta  
telefon 693 5251  
www.rahvastikuminister.ee

### **Sotsiaalkindlustusamet**

Riiklikud peretoetused ja vanemahüvitis  
telefon 16106  
www.ensib.ee

### **Sotsiaalministeerium**

Peretoetused ja hüvitised  
telefon 626 9238  
Lapse õiguste kaitse poliitika ja strateegiad  
telefon 626 9216

Lapsendamise, perekonnaõiguslikud küsimused, saatjata ja kaubitsetud laste kontaktpunkt  
telefon 626 9220  
info@sm.ee

### **Tervislike murede suhtes**

saad Sa konsulteerida perearstiga tasuta infonumbril telefon 1220 ööpäevaringselt

### **Lastearsti tasuline info**

telefon 1599

### **MTÜ Heategevusühing**

Emma Estonia  
telefon 557 3452  
www.hot.ee/emmaestonia

### **Uuskasutuskeskus**

telefon 555 30242  
www.uuskasutus.ee

### **Usaldustelefon (eestikeelne)**

iga päev (k.a. riiklikud pühad)  
19.00–07.00  
telefon 655 8088

### **Usaldustelefon (venekeelne)**

iga päev (k.a. riiklikud pühad)  
19.00–07.00  
telefon 655 5688



Laps on rõõmuks - lehekülj 31

## Toetused

**Sünnitoetus 5000 krooni**

**Lapsendamistoetus 5000 krooni**

**Lapsetoetus** (ühes kuus, lapse kohta):

- esimesele ja teisele lapsele **300 krooni**
- alates kolmandast lapsest **900 krooni**

**Lapsehooldustasu** (ei maksta, kui vanemale makstakse vanemahüvitist); (suurused lapse kohta ühes kuus):

- kuni aastase lapse puhul **700 krooni**
- ühe kuni kolmeaastase lapse puhul **600 krooni**
- kolme- kuni kaheksa-aastase lapse puhul (kui perekonnas on veel kuni kolmeaastaseid lapsi või kui peres on vähemalt kolm üle 3-aastast last) **300 krooni**

**Seitsme- ja enamalapselise pere vanema toetus** (ühes kuus) **2640 krooni**

**Üksikvanema lapse toetus** (ühes kuus) **300 krooni**

**Eeskostel või perekonnas hooldamisel oleva lapse toetus** (ühes kuus) **3000 krooni**

**Ajateenija lapse toetus** (ühes kuus) **750 krooni**

**Elluastumistoetus** **6000 krooni**

**NB!** Riiklike peretoetuste muudatused jõustuvad 2009. a., kuid eri tähtaegadel. Jälgige infot [www.ensib.ee](http://www.ensib.ee), [www.rahvastikuminister.ee](http://www.rahvastikuminister.ee) või [www.sm.ee](http://www.sm.ee)

