

MÄRTS
1/2004

Sinuga

Eesti Puuetega Inimeste Koja
ajakiri

PEREASTA JA SINUGA - KÜMNEAASTASED
PUUDEGA LAPS JA TEMA PERE
VÕRDSED VÕIMALUSED HARIDUSEKS
PSÜHHOLOOG ANNAB NÕU
KOOSTÖÖ NÄGEMISPUUDEGA LASTE HEAKS
NÕUSTAMISKESKUS PUUETEGA LASTE PEREDELE



PUUDEGA INIMESED TAHAVAD JA
SUUDAVAD TÖÖTADA



MIS JÕGEVAMAAL UUDIST



PILGUHEIT MÖÖDUNUD AASTALE

KUI SA EI SUUDA MUUTA SAATUST,
MUUDA OMA HOIAKUT SELLESSE.

AMEERIKA KIRJANIK AMY TAN

Helve Luik	Sissejuhatus	3
Heli Kaldoja	Puudega laps ja tema pere. Mis teeb muret?	5
Kai Kukk	Võrdsed võimalused hariduses	7
Ilona-Merike Kõve	Psühholoog annab nõu: "Mul on haige laps"	10
Mike Buckley	Puuetega inimesed tahavad ja suudavad töötada	13
Luule Palmiste	Kuidas Jõgevamaal elatakse	15
Veiki Laan	Muuta ei saa toimunud, muuta saab suhtumist	19
Baiba Reidma, Aire Pungas, Kairi Ilmets	Nägemispuudeliste laste heaks	22
Lissi Kurg	Ülevaade Euroopa puuetega inimeste aastast 2003 Eestis	24
Lissi Kurg	Uus raamat: "Nägemispuudega inimesed", Aleksander Vassenin	25
Tiina Stelmach, Meelis Joost	Meie sõnum: "Tulevik puudega lastele"	26



Armsad sõbrad!

Paljud kindlasti veel mäletavad, et ÜRO Peaassamblee kogunemisel 1993. aastal kuulutati 1994. aasta rahvusvaheliseks pere-aastaks. Toonast pere-aastat tähistati ka Eestis teemakohaste üritustega.

2004. aastal, **rahvusvahelise pere-aasta 10. aastapäeval** on otsustatud anda uus impulss pere-aasta traditsioonide jätkamisele.

Ühinenud Rahvaste Organisatsioon on kinnitanud nii pere-aasta jätkamise kui ka selle 10 aastapäeva tähistamise olulisust. Märgitakse, et pere-aasta ja perepäevade tähistamise kaudu on jõutud arusaamiseni, et peresõbralikkuse arendamine on iga üksikisiku ja kogukonna huvides. Perede toetuseks on nii paikkondlikul kui ka riiklikul tasandil käivitunud mitmed algatused ja pikaajalised programmid. **Suurt tähelepanu pööratakse perepoliitika arendamisele ja perede olukorra igakülgsel parandamisele.**

10. pere-aasta eesmärkideks on ÜRO poolt kuulutatud valitsuste ja erasektori teadlikkuse ning riiklike institutsioonide kompetentsi suurendamine peretemaatika alal. Toetatakse

püüdlusi reageerida probleemidele, mis mõjutavad perekondade olukorda, ning leida lahendusi kitsaskohtadele. Tuge leiavad algatused, mis uurivad ja hindavad perede elu-olu.

Üks oluline eesmärk on ka parandada riiklike ja rahvusvaheliste valitsusväliste organisatsioonide vahelist perekondi toetavat koostööd.

Eestis on päris palju perekondi, kus üks või mitu pere liiget põevad mõnda rasket kroonilist haigust või on liikumis-, kuulmis-, nägemis- või vaimupuudega. On peresid, kus on puuetega laps(ed) ja neid, kus vanem(ad) on puudega. Suuremaid või väiksemaid probleeme ja muresid jätkub neist enamikul.

Mida on Eestis riiklikul tasandil pere-aasta tähistamiseks kavas teha, selle kohta puudub mul informatsioon, kuid Eesti Puuetega Inimeste Koda püüab tähelepanu pöörata ja igati kaasa aidata just puuetega inimeste perede olukorra parandamisele ning probleemide lahendamisele.

Möödunud aasta lõpus alustas sotsiaalministeeriumi juures tööd **koostöökogu**, kuhu kuuluvad ministeeriumide ja puuetega inimeste organisatsioonide esindajad. Koostöökogu tegevuse põhieesmärgiks on puuetega inimeste sotsiaalse kaitse korraldamine, tõrjutuse ennetamine ja elukvaliteedi parandamine, s.t sidusa poliitika kujundamine ühiskonnas täisosalusel nimel ja selle kaudu.

Koostöökogus osalevate puuetega inimeste organisatsioonide esindajad on võtnud oma ülesandeks juhtida riigiametnike tähelepanu probleemidele, mis puuetega inimestele täna muret teevad. Need on: rehabilitatsiooniteenuste kättesaadavus, jõukohane haridus ja töö, nüüdisaegsed abivahendid. Koostöös ametkondade esindajatega püütakse leida probleemidele parimaid lahendusi.

Koostöökogu puuetega inimeste esindajate initsiatiivil on tööd alustanud ka ühine nn inav-kindlustuse töörühm, kelle otseseks ülesandeks on välja töötada kindlustusel põhinev rahastamise süsteem.

Tööpöld on lai. Kui tahame ise midagi ära teha (Mitte midagi meile ilma meieta!), tuleb läbirääkimisi ja arutelusid veel palju pidada.

Mis puudutab aga perekonda üldse, siis tuleks revideerida rahastamine süsteemi ja seadusi. Oleks tunduvalt õiglasem – ja perekonnale ka parem! –, kui lapsed saaksid lasteaias ja koolis kõigis vanuseastmetes tasuta toidu; kui riik doteeriks laste huviringe; kui laste suvelaagrid ei oleks nii kallid jne. Ei ole mõttekas suurendada erinevate toetuste arvu ja jätta seejuures välja arendamata teenuste pool. Puuetega inimesed vajavad kvaliteetseid teenuseid, et oma eluga toime tulla. Praegune killustatud toetuste süsteem sageli ei toimi.

Oluline ei ole ainult lapse esimene eluaasta, vaid kogu peret arvestav teenuste ja toetuste süsteem, mis tagaks igas eas ja kõigile lastele tervisliku ning turvalise elu.

Käesoleval aastal saab 10-aastaseks ka meie ajakiri „Sinuga“

Ajakirja esimeses numbris kirjutab tollane EPI Koja president Hagi Shein:

„Minu mäletamist mööda kulus puuetega inimeste probleemide avalikustamiskatses Eestis Puuetega Inimeste Kojas moodustamiseni kümme aastat. See oli pikk aeg riigilt heatahtlikkust ja abi ootavate inimeste elus. Ent see polnud pelgalt ootamise aeg. Kümnete, sadade inimeste tööga loodi neil aastatel see mõistmise ja vastutuse aluspõhi, millele saab nüüd tugineda tsiviilühiskonna arusaamine puuetega inimestega seotud sotsiaalsetest kohustustest. Oleksime õiglasemad, osutades eeskäinutele tänu-likku tähelepanu.

Puuetega Inimeste Koda ja Fond on nüüdseks loodud. Enamik eripuuetega inimeste grupe on koondunud liitudesse ja ühingutesse. Valitsus on määratlenud, kes on kohustatud puuetega inimeste probleeme fikseerima ja lahendavaid otsuseid sõnastama. Finantsallikad on täpsustatud ja seaduspõhjal tagatud. Tegevusmaastik on sellega kujundatud, tegevus alanud.

Soovin edu kõigile asjaosalistele. Tahan eriti rõhutada sidet, millega loodud struktuuris on seotud puuetega inimeste esindused ja riiklikud institutsioonid. See on koostööside, mis vastastikuse nõudlikkuse ja aktiivsuse korral peaks andma kiireid ja häid tulemusi. Parim tulemus on iga puudega inimese vajadustele ja võimalustele paindlikult kohandatud inimväärikas elukeskkond.“

Nendest Hagi Sheini poolt kirjutatud ridadest on möödunud jälle kümme aastat, kuid need sobivad ka tänasesse päeva.

Helve Luik,
EPI Kojas eestseisja



Puudega laps ja tema pere. Mis teeb muret ?

Puudega lapsi on Eestis ligi 5000. See arv ei vähene, pigem vastupidi. Puudega laste arvu suurendavad järgmised tegurid:

- meditsiini areng – väga raskes seisundis lapsed suudetakse võita elule, näit erakordselt raske sünnituse, haiguse või trauma järel, enneaegsed lapsed jne;
- traumad – liiklusõnnetused ja muud õnnetusjuhtumid;

- keskkonna mõjurid – inimorganismile kahjulikud ained, müra jne; sotsiaalsed probleemid – narkomaania, alkoholism, asotsiaalne eluviis. Ükski pere ei oota puudega lapse sündimist, oodatakse tervet ja tugevat silmaröömu. Siiski, karm statistika ütleb, et puudega lapsi sünnib kogu maailmas ja nii ka meil Eestis. Lisaks haigused, millest sugugi mitte alati täiesti ei paraneta.

Puudega lapsega pere on silmitsi uue olukorraga, uute probleemidega, küsimusega – kuidas edasi? Esimesed abistajad ja nõustajad, kes uues olukorras orienteeruda aitaksid, peaksid olema arstid, psühholoogid, sotsiaaltöötajad ja ehk ka saatusekaaslased, s.o vanemad, kellel sarnased probleemid. Paraku on siin rohkesti puudujääke, esialgne nõustamine ja toetamine on pigem juhuslik.

Järgmine koht, kuhu puudega lapse pere üldjuhul läheb, on **rehabilitatsiooniasutus**, kes teeb lapsele rehabilitatsiooniplaani. Plaani

koostamise ja lapsevanema nõustamise käigus ilmneb hulganisti vastamata küsimusi. Alates lapse diagnoosi ja ravivõimaluste mõistmisest kuni edasise üldise eluolu korraldamise võimalusteni. Nii ongi, et lapsevanemaga koos lapsele rehabilitatsiooniplaani koostades saab pildi mitte ainult puudega lapsest, vaid kogu pere eluolust, muredest ja ka röömudest.

Üks suuremaid muresid, mis rehabilitatsioonimeeskonnale silma hakkab, on just lapse rehabilitatsiooniga, oleviku ja tulevikuga seonduv. Nimelt selles osas tunnevad vanemad end kõige rohkem üksi jäetuna oma lapse ja muredega. Koos vanemaga läbi arutatud ja kokku pandud rehabiliteerimise tegevuskava toob kohe küsimuse: kust saada vajalikke teenuseid? Eriti keeruline on see laste puhul, kes elavad suurematest keskustest eemal. Sageli tuleb perel leppida vaid sellega, et laps saab 2-3 korda aastas taastusravi tsükli haiglas. Kuid on lapsi, kellele oleks vaja pidevalt ja suuremas mahus teenuseid, mis aitaks vähemalt ära hoida üldise seisundi halvenemise. Sel juhul pole ka mõtet kirjutada plaani tegevuskava teenuse osutaja kohale "kodu". Rehabiliteerimine eeldab spetsialisti tööd, spetsialistid õpivad üht ala aastaid. Ühe, kahe, kolme spetsialisti tööülesandeid perele panna pole õige ega ka võimalik. Pere võib saada ja peab saama spetsialistilt suuniseid, kuidas protsessile kaasa aidata, kuid rehabilitatsioon tervikuna peab jääma spetsialisti

teha. Perelt ootame ju eelkõige, et nad oleksid oma lapse jaoks kodu ja pere, mitte rehabilitatsioonimeeskond.

Järgmine ja mitte väike mure on seotud teenuste eest tasumisega. Sügava ja raske puudega lastega pered, kelle laste rehabilitatsiooni ja toetavate teenuste vajadus on suur, ei ole võimelised (ka koos saadava igakuise sotsiaaltoetusega) kõige eest maksma. Maksujõulised ja -tahtelised omavalitsused aitavad teenuse eest maksmisel oluliselt kaasa, kuid mitte kõik. Pidevalt tõusetub ka küsimus, kuhu ja kelle poole pöörduda nõu, abi, teenuste saamiseks. Selleks peaks kaasa aitama plaani täitmist koordineeriv isik või asutus, kes on plaani lõppu kirja pandud. Kahjuks ei tea aga ka koordineerijaks kirja pandu alati isegi, missugune täpselt tema roll lapse ja pere toetamisel peaks olema.

Hädasti on vaja mõne pere normaalseks funktsioneerimiseks toetavaid teenuseid: invatransporti, isiklikku abistajat, päevahoidu, füüsilise keskkonna kohandamist kodus jne.

Kui pere mõlemad vanemad soovivad käia tööl, olla võrdsed tervete lastega peredega, siis vajab puudega lapse pere paraku mitmesugust tuge. On peresid, kus puudega lapse hooldamine ja hoidmine on vanemate vahel ajaliselt ära jagatud: kui üks töölt koju jõuab, läheb teine tööle, andes lapse hoidmise teisele üle. Küsimus on, kui kaua niiviisi vastu peetakse, sest pere füüsiline ja vaimne koormus on suur, tekivad pinged ja läbipõlemise oht. Hingetõmbamiseks ja jõukogumiseks vajaksid vanemad mõndagi vaba nädalavahetust aasta jooksul ja nädalapaari puhkuse ajal. Selleks oleks puudega lastele vaja rohkem laagreid, päevakeskusi (ka nädalavahetusteks).



Osa peresid on siiski leppinud sellega, et üks vanematest on puudega lapsega kodus, tegeleb lapse hooldamisega, abistamisega, rehabilitatsiooniga, transpordiga jne. Nende perede majanduslik olukord kipub aga olema üldisest oluliselt kehvem. On napilt toimetuleku piiril elavaid peresid, on neid, kellel söögi ja eluaseme jaoks raha jagub, kuid mitte enamaks. Kui peres on veel teisigi lapsi, on elu veelgi keerulisem. Lõputult näib muresid olevat lapsele sobiva hariduse saamisega, alates sobivast koolist (ka kodulähedust silmas pidades), tingimustest, suhtumistest, kohandamistest koolis, õpiabist, koduõppest jne. Jääb ka küsimus, kuidas ühendada kool ja rehabilitatsioon nii, et tulemus oleks parim. Kokkuvõttes oleneb ju haridusest ja rehabilitatsioonist, kas ja kuidas jõuab puudega laps tulevikus tööjouturule. Või saab temast ainult abi vajav ja ootav täiskasvanu.

Päevast päeva oma elurütmi puudega lapse päevakava ja vajaduste järgi kohandades tunneb enamik peredest varem või hiljem, et vajatakse ka ise abi, tuge ja nõustamist. Vajalik oleks pereteraapia, psühholoogiline nõustamine. See aitab perel maandada tekkinud pingeid, säilitada isa-ema töövõimet ja hoida peret koos.

Mõistagi, oma mured on igal perel, hoolimata sellest, kas lapsed terved või puudega. Kuid on selliseid probleeme, mis on otseselt seotud puudega lapse olemasoluga peres ja mille lahendamiseks ei piisa ainuüksi pere kuitahes suurtestki ponnistustest. Need on probleemid, mille lahendamisel iga arenenud riik paneb öla alla ja toetab oma peresid. Ega Eestilgi sobi teisiti!?

Heli Kaldoja
rehabilitatsioonimeeskonna juht



Võrdsed võimalused hariduses

Eesti Vabariigi haridusala seadusandluse ja sellest tulenevate õigusaktide väljatöötamisel on lähtunud põhimõttest tagada igale lapsele võrdsed võimalused hariduses, vastavalt lapse arenguvajadustele ja võimetele.

Et aga seadused muutuksid reaalse elu toetajaks, peavad hariduse korraldajad neid ka ellu viima. Selleks, et muutused hariduses võimalikuks saaksid, peavad kõik osalised – koolijuhid, õpetajad, õpilased ja lapsevanemad – andma oma panuse. Et midagi paremaks muuta, tuleb ühiselt seda head tahta ja ka teha.

Parim meie lastele on turvaline ja iga lapse individuaalsust arvestav koolikeskkond.

Perekonna osa hariduse omandamisel ei ole piisavalt esile toodud ega tunnustatud. Tegelikult on pere roll hariduse väärtustamisel ja omandamisel väga tähtis, eriti siis, kui lapsel on erilised vajadused.

Alushariduse korraldamise aluseks on vabariigi valitsuse määrusega kinnitatud alushariduse raamõppekava. Raamõppekava on aluseks munitsipaal- ja eralasteasutustele oma õppekavade koostamiseks ning toetab lapsevanemaid lapse kodusel kasvatamisel ja arendamisel. Õppekava üldeesmärk on toetada laste kehalist, vaimset ja sotsiaal-emotsionaalset arengut, et kujuneks eeldused igapäevaelus toimetulekuks ja õppimiseks koolis.

Eelkoolieas on lasteasutustes ainult osa lastest, ülejäänud on kodus, sagedasti just erivajadustega lapsed. Lapse arengu igakülgne toetamine on tihti ainult perekonna mure, kuid lapse võimete arendamisel oleks vaja ka spetsialisti abi – paljud arengulised erivajadused on kõrvaldatavad oskusliku toe ja abi korral.

Lapse sotsiaalse arengu seisukohast on tähtis, et juba enne kooli oleksid lapsel kogemused ja oskused, kuidas olla kaasatud kollektiivi, kuidas suhelda eakaaslastega, kuidas täiskasvanutega. Nende oskuste omandamiseks oleks parim koht lastekollektiiv, kus koos mängitakse, õpitakse ja tehakse sporti.

Põhi- ja keskkooli korraldamise aluseks on vastavad riiklikud õppekavad. Põhiharidust on võimalik omandada kolme erineva riikliku õppekava alusel: põhikooli ja gümnaasiumi riiklik õppekava, põhikooli lihtsustatud (abiõppe) õppekava ning toimetuleku riiklik õppekava.

2002./2003. õppeaastal õppis üldhariduslike koolide põhikooliastmes kokku 165 486 õpilast, neist üle 10% vajab õppimiseks ja arenemiseks mitmesuguseid tugiõppe võimalusi.

2002./2003. õppeaastal töötas Eestis kokku 636 üldharidusliku päevase õppevormiga kooli, millest lasteaed-alkoole on 65, alkoole 52, erivajadustega laste koole 48, põhikoole 279,

keskkoole ja gümnaasiume 240. Neist 525 on eesti õppekeelega, 89 vene õppekeelega ja 21 eesti-vene õppekeelega koolid, üks eesti-soome õppekeelega ja üks ingliskeelne rahvusvaheline kool.

Kuigi enamik Eesti kooliealistest lastest ja noortest käib koolis, on probleemiks põhikooli katkestanud laste suur arv, kusjuures küsitlused on näidanud, et üheks põhjuseks on kooli ja perekonna vähene koostöö.

Väljaspool tasemeõpet, perekonda ja tööd võimaldab noortele arendavat tegevust noorsootöö struktuur, mille toimimist reguleerib noorsootöö seadus. Noorsootöö peamiseks korraldajateks on kohalikud omavalitsused koostöös noorteühingutega. Kohalikul tasandil tegutsevad avatud noortekeskused (Eestis juba üle 100) pakuvad võimalusi isiksuse arenguks eesmärgistatud tegevuse ja omavahelise suhtlemise kaudu. Huvialakoolid pakuvad üldkultuuri-, tehnika-, loometegevuse, looduse ja keskkonna ning spordialast õppekavajärgset huvialaharidust, mis on formaalsem osa noorsootööst.

Suvised vaba aja korraldamiseks tegutses 2003. aastal 30 tegevusloaga noortelaagrit, kus puhkas 19 025 last.

Eestis kehtiva haridusseadustiku kohaselt on kõigil erivajadustega lastel õigus õppida oma piirkonna koolis ja saada tugiõpet, mida ta vajab. Kui selles koolis ei ole vajalikke tingimusi, võib õpilane õppida tingimustele vastavas lähimas koolis. Koolil on kohustus kohandada õpikeskkond õpilase erivajadusele vastavaks ja korraldada õppetöö selliselt, et õpilasel on võimalik maksimaalselt oma võimeid arendada ja huvidele vastavat haridust omandada.

Põhikooli lihtsustatud õppekava erinevus põhikooli riiklikust õppekavast (tavaõppekavast) on õppekava korrektsiooniline suunitlus ja lihtsustatud ainekavad (suuremal määral elementaaroskusi, keskendatus elus iseseisva toimetuleku oskuse omandamisele). Toimetuleku riiklik õppekava on mõeldud mõõduka ja raske vaimupuudega õpilastele, seal sätestatud õpitulemusi käsitletakse soovituslikena. Erivajadustega laste koolide õppekavad koostatakse

koolitüüpide kaupa eraldi ning need järgivad põhikooli ja gümnaasiumi riikliku õppekava üldisi eesmärke.

Vastuvõtt erivajadustega laste kooli toimub lapsevanema avalduse ja nõustamiskomisjoni soovitusel. Erikooldes on loodud lapsele tema vajadustele vastavad tingimused ja tugiõpe.

Õpilasele, kelle arengu toetamine nõuab eritähelepanu, koostatakse individuaalne õppekava. Individuaalse õppekavaga võidakse õppe tempot nii aeglustada kui ka kiirendada, sellega võidakse hõlmata üht või mitut või ka kõiki õppeaineid.

Samas on probleemiks, et koolisüsteem tervikuna ei ole veel valmis kõikide erivajadustega õpilastega arvestama. Mõned õpetajad ei valda täiel määral erivajadustega laste õpetamise metoodikat ning arendamist vajab individuaalsete õppeplaanide koostamine. Selle olukorra parandamiseks on loodud õpetajate täienduskoolituse süsteem ning õpetaja tasemekoolituse õppekavad on täiendatud erivajadusega õpilasi käsitlevate moodulitega.

Kavandatud tegevused võrdsete võimaluste paremaks tagamiseks hariduses

Alushariduse kvaliteedi tõstmine toimub erinevate õppe-, kasvatus-, huvitegevus- ja hoiuvõimaluste loomise kaudu, pedagoogilise kaadri ameti- ja kutseoskuste täiustamise, koolieelsete lasteasutuste juhtimise ja õppe-kasvatustegevuse tulemuslikkuse hindamise kaudu.

Luuakse koostöövõrgustik koolieelses eas laste arengu toetamiseks piirkonna nõustamiskeskuste näol, mille eesmärgiks on tõhustada koostööd lapsevanema, pedagoogi, tervishoiu- ja sotsiaaltöötaja vahel.

Põhihariduses pööratakse tähelepanu õppe võimete- ja huvidekohaseks muutmiseks, laiendatakse kutsealase eelkoolituse võimalusi põhikoolis. Võimetekohase õppe ja lapse erivajadusi arvestava alus- ja põhihariduse omandamise võimaluste mitmekesistamiseks

§ toetatakse lapse individuaalsusest lähtuvat arengut (lasteasutuse/kooli õppekava ja individuaalse õppekava arendus, õpetajate

täiendkoolitus, lastevanemate nõustamine ja koolitus);

§ luuakse lasteasutustes/koolides sotsialiseerumist toetav keskkond (multikultuurne kasvatus, erivajadustega laste kaasamine);

§ luuakse tugiõppe võimalused erivajadustega lastele (pedagoogilise ja eripedagoogilise nõustamise parandamine).

Õppe jõukohasuse tagamiseks moodustatakse põhikoolis pikapäevarühmi, parandusõpperühmi, eraldi klasse kasvatusraskustega õpilastele, tasandusklasse õpiraskustega õpilastele, abiklasse kerge vaimupuudega õpilaste õpetamiseks põhihariduse lihtsustatud riikliku (abiõppe) õppekava omandamisel, toimetulekuklasse toimetuleku riikliku õppekava omandamisel. Laiendatakse võimalusi õppida lapse arengut toetava individuaalse õppekava alusel.

Haridussüsteemi kohandamisel puuetega lastele võetakse aluseks kohustus luua kõikidele lastele ligipääs haridusele, osutades puuetega lastele elukohajärgses tavakoolis ja koolieelses lasteasutuses õppimist võimaldavaid teenuseid. Õppekavade kohandamisel arvestatakse puuetega laste erivajadusi ning vajadusel kohaldatakse individuaalseid õppekavasid nii põhikoolis, gümnaasiumis kui ka kutseõppeasutuses. Luuakse paindlikke õpivõimalusi ja õppevara erivajadustega lastele, suurendatakse kaadrikoosseisu (nt abiõpetajad). Tähelepanu pööratakse erivajadustega õpilaste (nägemis- ja kuulmispuudega jt) varustamisele tehniliste abivahenditega.

Koolistressi vähendamiseks ning sellest tuleneva varajase koolist väljalangemise ennetamiseks arendatakse sotsiaalpedagoogilist tööd koolides, kaasates ühtsesse võrgustikku kooli psühholoogid, sotsiaalpedagoogid, tugiõpilased, huvialajuhid ja perekonnad.

Suurenenud on muukeelsetest peredest pärit õpilaste suundumine eestikeelsesse kooli, mis esitab õpetajale multikultuurilises õpikeskkonnas uusi nõudmisi. Sellest tulenevalt täiustatakse lähiaastatel õpetaja põhi- ja täienduskoolitussüsteemi ning luuakse professionaalse erialase nõustamise võimalused, abistamaks õpetajal toime tulla

mitmekultuurilises õpikeskkonnas ning erivajadustega õpilastega.

Haridustee jätkamise korraldamise eesmärgist lähtuvalt võimaldatakse vähemusrahvustesse kuuluvatele lastele abi ja haridust, sõltuvalt rahvuslikust, kultuurilisest ja keelelisest eripärast. Hariduspoliitika eesmärgiks on toetada lapse rahvusliku identiteedi tunnet ning soodustada integreerumist Eesti ühiskonnas. Muukeelseid koole arendatakse lähtuvalt prioriteedist võimaldada lastele eesti keele omandamist põhikoolis, kaasata õpetajad eestikeelsesse haridusellu ning võimaldada muukeelsete koolide õpetajatele koolitust valdavalt eestikeelses keskkonnas. Väljatöötamisel on teistest rahvustest, äsjasaabunud laste hariduskorralduse seadusandlikud alused.

Sotsiaalsete probleemide vähendamiseks on käivitunud õpilaskodude projekt, mille toel on renoveeritud ja ka ehitatud uusi õpilaskodusid. Nii avati 2004. aastal Ämmuste põhikooli uus tänapäevane õpilaskodu, kus paljud erivajadustega lapsed saavad oma õpingute ajal mugavalt elada.

Meie eesmärk – luua kõigile lastele tingimused parima hariduse omandamiseks, võimete maksimaalseks arendamiseks, sotsiaalseks integratsiooniks ühiskonda ja eeldused elukestvaks õppeks – saab reaalsuseks siis, kui kõik süsteemis osalejad annavad oma parima.

Kai Kukk
Hariduslike erivajaduste nõunik
Haridus- ja Teadusministeerium
Tel 735 0227



Psühholoog annab nõu

“MUL ON HAIGE LAPS”

Pealkirjaks valitud lause on puuetega laste vanemate kõnepruugis nii tavaline ja nii sageli kasutusel, et selle olemusse ja mõjusse enamasti ei süvenetagi. Miks teha sellisest sõnakasutusest probleemi? Põhjus selleks on tõsisem ja sügavam kui arvatagi oskaks. Püüdke kasvõi korra keskenduda sõna “haige” mõjule meie psüühikale. Igaüks on kogenud, et haiguse ajal ollakse enda suhtes haledam, oodatakse teistelt abi ja kaastunnet, jäetakse oma ülesannete lahendamine kasvõi osaliseltki kellegi teise hooleks jne. Ühesõnaga – haige inimene teeb endale nii palju **mööndusi** kui vähegi võimalik. Samasugune suhtumine on kehtiv ka lähedasse haigesse inimesse, veel enam haigesse lapsesse. Kui laps on haige, siis püütakse tema soove ette ära aimata, lepitakse kapriisidega, lastakse tal teha seda, mida ta just parajasti tahab jne. Taas öelduna – lapse käitumisele ja olemisele tehakse nii palju **mööndusi**, kui vähegi suudetakse. Vähe mõeldakse või üldse ei mõelda sellele, et ka haigena ei ole keegi vabastanud teda tema enda võitlusest oma elu eest, tema enda vastutusest.

Millisesse olukorda satub laps, kellel on mis tahes diagnoos? Nii ta siis ongi vanemate jaoks “haige”, kogu aeg, kõigi sellest tulenevate tagajärgedega: harjub tegelema ainult sellega, mis talle meeldib, ei õpi ennast piisavalt

pingutama ka vähem meeldivas tegevuses, harjub mõttega, et alati on keegi, kes tema elamise probleemid lahendab, tekib teistelt mõistmist nõudev eluhoiak, kus puudub arusaamine, et temal endal on ka teiste mõistmise kohustus, kaob lastele omane valmisolek oma vigadest õppimiseks. Eelkirjeldatu on väga lühike kokkuvõtte tulemustest lausele “mul on haige laps”. Küsitav on, kas lapsevanemad ise on vabad eelpool nimetatud hoiakutest, kas on teadvustatud, et nende kõrval on kujunemas oma eluülesannetega isiksus, mitte lihtsalt kasvamas haige laps. Kas diagnoos ei ole mitte ära varjanud lapse **õiguse** kujuneda elujõuliseks, kauniks isiksuseks.

Alateadlikult lapsed ilmselt tunnetavad erinevust oma arenevate psüühiliste-isiksuslike võimaluste ja diagnoosiga kaasnevate kehaliste võimaluste vahel ning seavad esikohale just nimelt isiksusliku poole. Nii avaldas oma tõsist nõrdimust alla 10 aasta vanune ratastoolis liikuv laps: “Miks nad (täiskasvanud) ütlevad minu kohta, et ma olen haige (invaliid)! Mul on ju ainult jalad haiged.” See, millest täiskasvanud ei olnud tahtnud aru saada, sai selle lapse suu kaudu väga ilusti sõnastatud ja – lapse suu ei valeta. Mõnes mõttes võib seda nõrdinud avaldust pidada lapse võitluseks oma isiksuse austamise eest. Kindlasti oli selles ütlemises

nõudmine: ärge alaväärtustage mind, ärge nimetage mind igasuguste sõnadega, austage ja hinnake mind sellisena, nagu ma olen. Usun, et kõik lapsed ja enamik diagnoosidega lapsi on oma isiksuse arengu alguses, s.o keskmiselt 8–11 aasta vanuseni just sellise suhtumisega endasse. Halb on, et vanemad ei toeta lapse isiksuslikke taotlusi. Pigem vastupidi – oma hirmude, nii lapse kui ka enda suhtes kahjutunde, haletsemise või mingi süütunde **mõtte ja emotsioonide jõuga** surutakse maha täisväärtuslike võimalustega isiksuse areng.

Ei tohi alahinnata mõttejõu ja emotsioonide kiirgumise mõju teisele inimesele, eriti lapsele. Rumalus on väita, et "mul on haige laps", aga ma suhtun temasse normaalselt. Laps tunnetab ilma ütlejata, kellena teda nähakse – haigena. Loodetavasti on igaüks kogenud väljaütlemata suhtumisi endasse, tundnud ebamugavust halvas meeleolus, sisepinges inimese kõrval. Just selline raske olukord luuakse "haige lapse" mõttega lapse jaoks. Veelgi enam – laps allutab ennast vanema emotsionaalsetele, intellektuaalsetele lootustele. Selgituseks on taas hea näide elust: tasakaalu ja kõndimisraskustega ratastoolis liikuv laps ei suutnud ema juuresolekul ei tasakaalus istuda ega karkude toel seista, samas koos isaga käis paadis sõitmas, kus istus ilma igasuguste tugevdat ja oli ka valmisolekuga karke kasutada. Üks laps ja – sõltuvalt vanemlikust seesmisest väljaütlemata suhtumisest – erinev kehaline suutlikkus.

On hädavajalik suuta **vältida lapse võimalusi alla hindavaid hirme** ning olla tema kõrval katsetustele ergutava, lapse väiksematessegi võimalustesse uskuva täiskasvanuna. Tahetakse ju oma lapse head, seega tuleb paremusele **loota lootmata**. On olemas üks ja kindel võimalus – kui uskuda oma lapse väikseimassegi suutmisesse, võib tulla suuremaidki saavutusi, sest inimese arengus tervikuna (psüühiline + kehaline) võib tulla arvatuid üllatusi. Vastupidisel suhtumisel võivad kaotsi minna ka kõige selgemalt avalduvad võimalused.

Kuidas toime tulla endas pesitsevate hirmudega, nõrkusega, väsimusega? Kõigile sobivat ühest retsepti ei ole, ei saagi olla. Küll aga saab nimetada mõningaid samme, mida peaks kindlasti järgima. Igaüks peab need enda jaoks sõnastama temale omasel moel. Siin-

toodu on lakooniline sammude kirjeldus.

Esimeseks sammuks on diagnoosiga seotud ravi ja kehaliste võimaluste selgeks tegemine. Tuleb teadvustada endale, et diagnoosist tulenevad probleemid on vaid üks ja väike osa teie lapse isiksuse arengust. Millise isiksusena teie kõrval kasvav laps kord ellu astub, seda ei saa määrata diagnoos, sest igaühe psüühiline ja kehaline areng on kordumatu ja teie lapse eluraamatut on alles hakatud kirjutama.

Nii varakult, kui vähegi võimalik hakata last õpetama ise hoolt kandma oma tervise eest. Kui mingid tegevused on möödapääsmatud, siis on hädavajalik, et laps hakkaks neid ise tegema teadmises, et see on üks osa tema igapäevasest hoolest, tema elu juurde kuuluv nähtus.

Igas elamise loos on paremad ja halvemad perioodid. Nii ka iga diagnoosi puhul on akuutsemaid ja stabiilsemaid aegu. Akuutsematel perioodidel on intensiivne ravi ja lapsega seotud täiskasvanu vapper teadmine ning tugi – sellest tullakse koos välja. Stabiilsematel perioodidel on aeg, mil nii sõna kui teoga näidatakse, et usutakse oma lapse eluõigusesse ning jäetakse temale vajadus vastu astuda raskustele ning omaenda kogemustest õpitud saada. Stabiilsematel perioodidel tehtud pingutused on see vundament, millest hakkab kujunema isiksuse tahteline osa, jõud ning suutmine edukalt toime tulla oma eluga ja mitte ainult toime tulla, vaid julgeda ja osata seada enda ette huvitavaid, ehkki võib-olla raskeid ülesandeid.

Mitte mingil juhul ei tohi arenevale isiksusele teha hinnaalandusi, n-ö mööndusi. Näiteks halvemal perioodil on koolitöösse tulnud pikem paus ja mahajäämus. Koos lapsega, võib-olla ka õpetaja(te)ga arutatakse läbi realselt võimalik ajakava tekkinud lünga täitmiseks, kusjuures – NB! – ajakava tempo määrab arutluse käigus laps, sest just temale jääb vastutus oma antud lubadustest kinnipidamises. Üleskerkivad raskused (ja tõenäoliselt nad kerkivad) õpetavad last õigesti hindama oma jõudu ja mis veelgi tähtsam – õpetavad arusaamist, et kokkulepetest kinnipidamine on meeldivate suhete üks olulisemaid komponente. Lisaks kujuneb kindlustunne teadmisesest, et oma elu eest suudab ta vastutada ise.

Ja viimase sammuna – olla piisavalt tugev, ehk ka optimistlik, et suuta seista rahuliku

ootajana ja ergutajana oma lapse kõrval, anda lapsele aega õppimiseks ja arenguks. Õppimine ja areng on palju aega nõudvad ning väga suurte individuaalsete erinevustega. Ka siis, kui teised inimesed peaksid hakkama nõudma kiirustamist, on vaja oma lapse kõrvale jääda toetajaks, et teie jõust saaks tema ammutada jõudu oma arusaamisteni jõudmiseks. Kõik need toimingud, mida laps suudab ise teha (ükskõik kui palju see ka aega võtab) peavad jääma lapse osaks. Ka vähetähtsa tegevuse lapse eest ärategemine on tema isiksusele karuteene osutamine.

Eelnimetatud sammude tulemusel kujuneb lapsel terviklik arusaamine endast, oma tegevustest ja kohustustest enda ees, oma jõust ja suutmisest. See on hädavajalik! Lapsed, kes on ilma jäetud oma isiksuslikust vastutusest enda elu ja olemasolu eest, satuvad kummaliselt toimivasse vaakumisse. Tekib rahulolematust, millest hakatakse otsima väljapääsu enda jaoks üle jõu käivate, kuid tunnustusvõimalusi pakkuvate ülesannete enda peale võtmisega. Mitte harvad ei ole juhud, kus laps püüab pingutada ennast kurnatuseni, sest ta tahab midagi väärt olla, ta tahab ennast teostada nii nagu teised, kuid oma võimalusi ja väärtust ta ei tunneta. Ta ei tea (talle pole öeldud), et

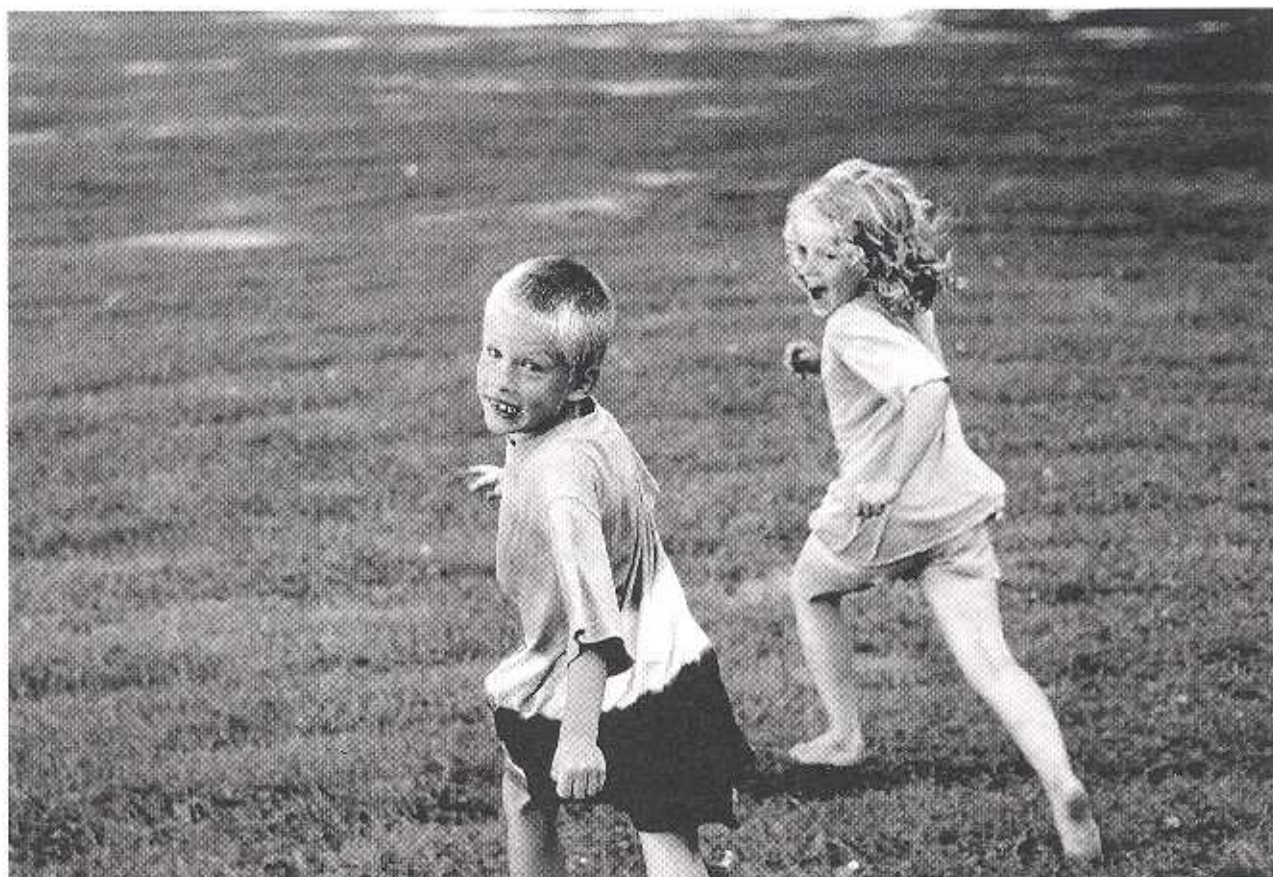
suurim väärtus on oskus jääda iseendaks ning hea suhtlejana olla maailmast avarama ja mitmekesisema pildi kujundaja. Ka kõigi teiste jaoks.

Niisiis, puuetega laste vanemad, te ei ole ainult meditsiiniliste saavutuste kodus rakendajad. See on vaid osake teie kooskasvamisest ja siin saate nõu meedikutelt. Hoopis olulisem ja ainult teie õlgadel lasuv (sest keegi ei saa seda teie pealt ära võtta) on isiksuse kujundamine. Selleks läheb teile vaja kõiki teadmisi, millega teil õnnestub kokku puutuda, kasutada (ja arendada) oma leidlikkust ja paindlikkust, osata rõõmu tunda igast pisemastki saavutusest nii enda kui ka lapse õppimises ja arengus, soovida ka ennast pingutada nii, et päeva lõpul saab öelda – ma tegin oma parima nende oskuste ja teadmistega, mis mul oli ja sain juurde uusi kogemusi, homne olen taas pisut teadjam.

Peamine mõte olgu ja jäägu:

Soovin olla oma lapsele sõber ja arusaamise poole pürgija, mitte pelgalt haige lapse hooldaja. Ükski tee ei ole kerge, kuid valitud tee saab olla rõõmu ja elutäiuse tunnet andev.

Ilona-Merike Köve





Puuetega inimesed tahavad ja suudavad töötada

Puudega inimesena on sul Eestis võrreldes teistega viis korda raskem tööd leida ja kaks korda lihtsam seda kaotada.

Miks see nii on? Esiteks on laialt levinud arvamus, et puuetega inimesed ei suuda töötada. See on niisama laialt levinud kui ettekujutus, et kõik puudega inimesed on ratastoolis. Nagu enamik stereotüüpe, on needki kaugel tegelikkusest, kuid nende tagapõhi siiski mõistetav.

Otsustamaks, kas maksta puuetega inimestele töövõimetuspensioni ja toetusi, küsime arstidelt kinnitust selle kohta, et inimene on "töövõimetu". Ometi võib rääkida arvukaid lugusid inimestest, kes teenivad head kui mitte väga head palka, kuigi on tunnistanud "töövõimetuks". Ilmselgelt ei ole nad võimetud, kuid keelekasutusel on siin oma "süü" puuetega inimeste võimete ja võimaluste väärarvamistmises.

Puute erinevaid tekkepõhjusi silmas pidades ei ole üllatav, et vaid väike osa puuetega inimestest on ratastoolis. Suurbritannias näiteks kasutab ratastooli 3% puuetega inimestest. Ratastool

on aga rahvusvaheline puude sümbol, mis seletab, miks me kipume kõiki puuetega inimesi ratastoolis nägema.

See ei pea aga nii olema.

Tallinnas tegutsev tuntud tööandja pikendas oma puuetega töötajate väljaõppeaega, arvestades, et nad vajasisid tööellu sisseelamiseks veidi rohkem aega. Firma personalijuht on öelnud: "Puuetega inimesed on tõesti väga normaalsed ... oleneb muidugi puudest, aga kõik on lihtne, kui ainult tahta." Üks teine firma sisustas kaubalao esimesele korrusele spetsiaalse tööruumi oma ratastoolis klienditeenindajale. Firma juht leiab, et väike kulu, mida ta teeb selle naise töölesõitude toetamiseks, pole midagi enam kui tavaline kulu, mis kaasneb iga töötaja töölevõtmisega – "see lihtsalt kuulub heaks tööandjaks olemise juurde".

Mida meie teeme, et puudega inimesi tööle aidata?

Möödunud aprillist saadik olen juhtinud Eestis sotsiaalministeeriumi ning Suurbritannia töö ja pensionide ministeeriumi koostööprojekti, mille eesmärk on parandada puudega inimeste väljavaateid tööturul. Euroopa Liidu rahastamisel teostuvasse projekti on kaasatud veel mitmed briti eksperdid, kes töötavad siin koos Eesti kolleegidega ning jagavad neile oma kogemusi. Projekt teeb tihedat koostööd Tööturuameti, Sotsiaalkindlustusameti ning teiste asutuste ja organisatsioonidega, kelle töö on seotud puuetega inimestega.

Projekt püüab oma tegevuste kaudu tõsta avalikkuse teadlikkust puuetega inimeste vajadustest ning muuta neisse suhtumist. Muuhulgas peame väga oluliseks veenda tööandjaid selles, et puuetega inimesed tahavad ja suudavad töötada ning nad on head töötajad. Aitame tööandjal näha puuetega inimeste töölevõtmises majanduslikku kasu ning jõuda äratundmiseni, et puudega töötaja on äri eduks. Saadud tagasiside põhjal usun, et oleme saavutamas läbimurret.

Projekt edendab ja toetab kõigi asjaosaliste asutuste koostööd puuetega inimeste ja tööandjate abistamisel. Kui tööhõive- ja pensioniametid, rehabilitatsiooni- ja kutsehariduskeskused ning kohalikud omavalitsused töötavad üheskoos, on puuetega inimeste väljavaated tööturul rakendust leida kindlasti paremad.

Projekti käivitades analüüsisime olemasolevaid tööturu ja rehabilitatsiooniteenuseid ning nende mõju puudega inimeste töölesaamisele. Samuti hindasime, kas töövõimetuspensionid ja toetused soodustavad või pigem takistavad puuetega inimeste tööleasumist. Tulemused on koondatud kahte raportisse, millega saab tutvuda sotsiaalministeeriumi koduleheküljel www.sm.ee (vt tööturg -> puuetega inimeste tööhõive -> puuetega inimeste tööhõive projekt).

Töötasime välja koolitusprogrammi tööhõive- ja pensioniametite, rehabilitatsiooni- ja kutsehariduskeskuste ning kohalike omavalitsuste töötajatele eesmärgiga tugevdada nende

koostööd puuetega inimeste tööle aitamiseks. Kahest etapist koosnenud koolitusel õpiti tundma juhtumikorralduse meetodeid ning harjutati selle kasutamist igapäevases töös. David Imber, koolitusprogrammi autor ja läbiviija, on ka koolituse järgselt oma õpilasi töös juhendanud ja nende edusamme hinnanud.

Kokku sai üle Eesti koolitust 90 inimest, kes on moodustanud 12 kohalikku koostöövõrgustikku puuetega inimeste tööleaitamiseks. Suvest alates on tänu võrgustike ühistööle aidatud tööturule juba üle 50 puudega inimese.

Tagamaks võrgustikutöö jätkumise pärast projekti lõppu, õpetasime Eestile välja oma juhtumikorralduse koolitaja.

Projekti alguses toimus Tallinnas puuetega inimeste tööhõive teemaline konverents, kus rohkem kui 150 osaleja seas olid esindatud puuetega inimesed, tööandjad, eksperdid ja ametnikud. Konverentsi sõnum – puuetega inimesed suudavad ja tahavad töötada – jõudis meedia vahendusel ka laiema avalikkuseni.

Projekti käigus oleme kasutanud iga võimalust seda sõnumit ikka ja jälle korrata. Kohalikul ajalehel on kajastanud koostöövõrgustike tööd, üleriigilised ajalehed kirjutanud edukatest puuetega töötajatest ja nende tööandjatest.

Projekt on teinud tihedat koostööd puuetega inimeste organisatsioonidega. Oleme kohtunud organisatsioonide esindajatega nii eraldi kui ka projekti ja Puuetega Inimeste Koja korraldatud ümarlaudadel, kust oleme saanud häid mõtteid ja soovitusi edasiseks tööks.

Tööandjaid kutsusime nõustama Phil Friendi, briti eduka ärimehe, kes on ise lapsest saadik olnud ratastoolikasutaja. Phil viis läbi seminaride sarja üle Eesti, kohtudes ligi 500 inimesega, kelle seas oli tööandjaid, ajakirjanikke, puuetega inimesi ja nendega tegelevaid spetsialiste. Ta kohtus nii tuntud ja edukate suurettevõtjate, kohalike tööandjatega kui ka sotsiaalministri, tippametnike ja riigiasutuste juhtidega. Ja paljudel kohtumistel tulid tööandjad välja konkreetsete tööpakkumistega puuetega

inimestele.

Lisaks koostas Phil Eesti tööandjatele käsiraamatu, mis pannakse üles loodavale puuetega inimeste tööhõive koduleheküljele ja mis lühendatult ilmub ka trükisena.

Puuetega inimeste tööhõive teemalise kodulehekülje koostamiseks olemä saanud väärt nõuandeid just puuetega inimeste organisatsioonidelt. Koduleheküljelt saavad puuetega inimesed ja tööandjad informatsiooni ja nõu puuetega inimeste töötamisega seotud küsimustes. Kodulehekülj valmib projekti lõpuks ning jääb edaspidi sotsiaalministeeriumi täiendada ja hooldada.

Juba tänavu tahab ministeerium tööhõiveametite kaudu hakata katsetama töökohtade kohandamise programmi, eesmärgiga teha see üleriigiliselt kättesaadavaks. Veebruaris koolitatakse välja tööhõiveametite töötajaid, kes hakkavad töökohtade kohandamisega tegelema.

Kogu projekti vältel on projekti eestvedajate ja sotsiaalministeeriumi poole pöördunud

tööandjaid küsimusega, kuidas nad saaksid puuetega inimesi tööle võtta. Samuti on puuetega inimesed väljendanud projekti tegevustele kindlat toetust ja valmisolekut võimaluse avanedes tööle asuda. Üha enam inimesi jagab arusaamist, et puudega inimesed tahavad ja suudavad hästi töötada. See kõik kinnitab, et aeg on küps eelarvamuste lõplikuks murdumiseks.



MIKE BUCKLEY,
PHARE partnerlusprojekti "Puuetega inimeste tööhõive edendamine" nõunik

Kuidas Jõgevamaal elatakse

Jõgevamaa Puuetega Inimeste Koda on asutatud 5.oktoobril 2000. aastal 15 üksikisiku poolt. 2002. a jooksul määratleti ja korrastati Koja struktuur, tegevussuunad ja -prioriteedid, samuti asjaajamiskord, dokumentatsioon ja raamatupidamine, nii et 2003. aastat alustas Koda aktiivselt tegutseva organisatsioonina. Alates 2001. a septembrist juhib Koja tööd tegevdirektorina ja juhatuse esimehena Luule Palmiste. Juhatusse kuuluvad Anna Lagutina, Laine Luud, Laile Sukk ja Rein Stroo. Jõgevamaa PIK-i prioriteediks on organisatsiooni süsteemne arendamine läbi meeskonnatöö ning maakonna puuetega inimeste elukvaliteedi ja toimetuleku parandamine.

Koja reaalne tegevus on orgaaniline ja

läbipõimunud nii eesmärgistatuse kui ka sihtgruppide poolest, olles suunatud kõigile oma liikmesorganisatsioonidele ja üksikliikmetele, nende kaudu kõigile Jõgeva maakonna puuetega inimestele.

Tartu Pensioniameti Jõgevamaa osakonna andmetel on 2003. aasta augustikuu seisuga Jõgevamaal 798 sügava puudega, 2512 raske puudega ning 1776 keskmise puudega täiskasvanut, hooldajat vajab 2031 puudega täiskasvanut. Lapsi on sügava puudega 18, raske puudega 80 ja keskmise puudega 77, hooldajat vajab 80 puudega last. Lisaks eelnevalt nimetatutele kuuluvad Koja sihtgruppi veel töövõimetuspensionärid, kellega Koda teeb koostööd, vajadusel nõustab. Toodud

arvud on väga suured ja mõtlemapanevad, kui arvestada, et Jõgeva maakonnas on umbes 38 000 elanikku. Läbi ühingute ja seltsingute, aga samuti arendades koostööd omavalitsuste sotsiaaltöötajatega ja ka pensionäride ühendustega, püüab Koda jõuda iga puudega inimeseni. Aga abiks saame me siiski olla vaid neile, kes ise meie poole pöörduvad, meie nõustamisele, koolitusele, seminarile, teabepäevale või koosolemise ja –tegemise rõõmu pakkuvale üritusele tulevad.

Jõgevamaa Puuetega Inimeste Koda on katusorganisatsioon, mille koosseisu kuulub 15 asutajaliiget ja 8 ühingat või seltsingut, kokku on üksikliikmeid meil 427.

Suurimas, 2001. a juunis loodud **Jõgevamaa Kutsehaigete Ühingu** on 168 liiget, juhatuse esimees Anna Lagutina. Ühingu peab olulisemaks teabepäevade korraldamist kutsehaigetele ja töövigastuses kannatanutele maakonna eri piirkondades, kusjuures osaleda saavad kõik huvitatud. Teabepäevadel jagatakse valdkonnaga seotud aktuaalset üldinfot, aga ka kutsehaigete kliiniku pakutavatest võimalustest, töökaitsest, hüvise arvestamisest, VEK-i otsustest, seadusandlusest, sanatooriumituusikute ja sanatooriumides pakutava kohta jne. Kutsehaiged on väga aktiivsed Koja ürituste kaaskorraldajad ja osalejad.

Jõgevamaa Vaimupuudega Inimeste Tugiühingu on 71 liiget, ühingu registreeriti 1999. aasta aprillis, esimees Liia Võõrmann-Leissoo. Ühingu tegevuse prioriteetideks on oma liikmetele igapäevase toimetuleku ja enese eest hoolitsemise õpetamine ning suhtlemisvõimaluse pakkumine. Erilist tähelepanu pööratakse noortele, kellel puudub võimalus edasi õppida või võimete kohast tööd leida. Juhendajate käe all omandatakse oskusi ja arendatakse käelist tegevust: siidimaal, villatöö, kipsitöötlus, savitöö, õmblemine, tikkimine, kudumine ja kokakunst. Käsitööring tegutseb aastaringselt, käiakse Kuremaa ujulas ujumas, toimub pidev liikmete ja lastevanemate nõustamine nii isiklike kontaktide teel kui ka telefonitsi. Juunikuus toimusid juba traditsiooniline ühine laager ja spordimängud Rootsi sõpradega, vastastikused külästused on toimunud viimased neli aastat. Järgmisel tegevusperioodil hakatakse otsima võimalusi

vaimupuudega noortele toetatud elamise, grupikodu loomiseks, samuti väikelastele mõeldud mängutoa avamiseks.

Jõgeva Vaegkuuljate Ühinguse kuulub 24 liiget, ühingu on registreeritud 2001. aasta maikuus, esimees Elina Kabanen. Ühingu tegevuskava aluseks on vaegkuuljate integratsiooni ja toimetuleku regionaalne programm. Korraldatakse maakonna eri piirkondades teabepäevi, sealhulgas Mustvee piirkonnas tõlkega vene keelde, et anda kuulmishäiretega inimestele päevakohast infot kuulumistervishoiust, kuulumisabivahenditest ja nende hankimise võimalustest ning ka olemasolevate vahendite hooldusest ja efektiivsusest kasutamisest. On korraldatud tervispäevi, kuhu oodati nii ühinguga liitunud vaegkuuljaid kui ka kõiki teisi huvilisi. Suurim heameel on ühingu poolt muretsetud induktsioonisilmusvõimendi üle, mis võimaldab vaegkuuljatele kvaliteetset osavõttu kultuuri-üritustest, aga samuti ka EELK Jõgeva Koguduse tegevusest.

Lõuna-Eesti Pimedate Ühingu Jõgeva Osakonda 19 liikmega juhib Rein Stroo, registreeritud oktoobris 1997. Aktiivselt korraldatakse ja osaletakse teabe- ja õppepäevadel. Otsitakse näiteks EPITARI eeskujul töövõimalusi, jõukohast tegevust. Osakond tutvustab järjekindlalt nägemispuudest tulenevaid probleeme, edendab liikmete vaba aja veetmist, 2003. aasta õppe-puhkelaager toimus seekord Kuressaares ja oli väga osavõturohke.

Jõgevamaa Diabeetikute Seltsis on 61 liiget, selts on registreeritud 2001. aasta aprillis, esimees Aavo Aru. Seltsi eesmärgiks on teadvustada üldsusele diabeedi kui haiguse olemust ja parandada oma liikmete elukvaliteeti. 2003. aastal toimus neli kaalukat teabepäeva ettekannetega erialaspetsialistidelt, mõõdeti ka veresuhkru ja kolesterooli taset. Innustav on, et Eesti Diabeediliidu ja ravimifirma Lilly poolt läbiviidud konkursil "Diabeetikute seltsi tegevus maakonnas" hinnati Jõgeva Diabeetikute Seltsi 2003. aasta tegevus III koha vääriliseks, millega kaasnes ka seltsile nii oluline rahaline preemia. Selts avaldas detsembris ajalehes Vooremaa artikli "Kuidas diabeetikuna hakkama saada".

Jõgevamaa Südamehaigete Ühingu on moodustatud juunikuus 2003. aastal,

praegu 22 liiget, esimees Eha Laud. Ühingu liikmed lahendavad aktiivselt sotsiaalseid ja teeninduslaseid küsimusi, et luua optimaalseid tingimusi südamehaigete meditsiiniliseks teenindamiseks, tööks, välja-, täiend- ja ümberõppeks, puhkuseks ja ühiskonnaelus osalemiseks. Väga oluliseks peetakse südamehaigete ja nende pereliikmete väljaõpet sotsiaalseks adapteerumiseks, õpe toimub rühmatööna üks kord kuus Koja ruumes. 2003. aasta lõpus korraldas ühing südamehaigetele loengu "Aita südant ise".

Jõgevamaa Puuetega Laste Vanemate Ühing on samuti loodud juunis 2003, liikmeteks 24 lapsevanemat ja 19 last, esimees Merle Hints. Ühing kaitseb puuetega laste ja nende perekondade huve, ühendades puuetega laste vanemad (hooldajad) ja toetajad laste ja nende perede probleemide väljaselgitamiseks ja lahendamiseks. Aastalõpu traditsiooniks kujunenud üritus on jõulupidu koos Koja ja puuetega lapsi toetava Lions klubiga. Et ühing on noor, siis tegeldakse aktiivselt liikmelisusega.

Jõgeva CA! Seltsingus (vähihaiged) on 24 liiget, kodukord on kinnitatud aprillis 2002, esimees Laine Luud. Tegevuse eesmärgiks on regulaarse julgustuse, toetuse, nõu ja teabe jagamine haigetele ja nende pereliikmetele, et õpetada vähihaigetele võimalikult kaua ise endaga toime tulema. Töötame selle nimel, et haige õpiks elama koos vähiga ja tundma end võrdväärse ühiskonnaliikmena. Eesmärgiks on ka ühiskonna teadlikkuse, mõistmise ja sallivuse tõstmine. Tähtsal kohal on rühmatöö, koolitustel on tutvustatud ka alternatiivvõimalusi raviks (ravimdroogid), oluline on liikumine (jalgsimatkad, tervisekäimine). Aktiivses töös on vähihaigete koduhooldusprogramm Jõgeva linnas.

Jõgevamaa Puuetega Inimeste Koda on invaküsimuste ja -probleemidega tegelev koostöö- ja koordinatsioonorgan Jõgeva maakonnas. Me tahame olla kõigile kättesaadavad ning oma võimaluste ja meile pandud kohustuste raames abistada, juhendada, koolitada, kaasata aktiivsesse ellu maakonna puuetega inimesi.

Koda on avatud igal kolmapäeval ja reedel kella 10.00–15.00-ni kõigile puudega inimestele ja nende pereliikmetele, liikmes-

organisatsioonidele. Ühtlasi nõustame ja jagame teavet, erivajaduste korral suuname vastavasse asutusse või erialaspetsialisti poole. Lisaks sellele on iga kuu esmapäeval ja kolmapäeval igal ühikul oma kindlad nõustamispäevad. Koja avalik internetipunkt, kus toimub puuetega inimeste arvutikoolitus ja individuaalõpe, on avatud neli päeva nädalas. Õpetajaks on Ragnar Lust, kel on vastav eriharidus. See töökoht on loodud projekti "Toetatud töökoht" kaudu.

Koja tegevus, korraldatud koolitused ja üritused on suunatud JPIKi liikmetele ja kõigile maakonna puuetega inimestele, nende hooldajatele, tugiisikutele, pereliikmetele. Üks väljundeid on Koja korraldatud kohtumised, infotunnid, teabepäevad ning samuti osalemine ja teabe jagamine teiste organisatsioonide-asutuste korraldatud üritustel. Koda on tutvustanud JPIKi tegevust ja Puuetega Inimeste Aasta ettevõtmisi, kommenteerinud seadusi ja vastanud küsimustele oma liikmesorganisatsioonide kokkusaamistel, erinevatel pensionäride ühenduste üritustel, omavalitsuste teabe- ja perepäeval jne. Koolitustel on teemadeks olnud näiteks toimetulekuoskused, arvuti ja interneti kasutusoskused, suhtlemispsühholoogia, tugiisikud ja koostöö nendega, projektide kirjutamine ja juhtimine. Puudega inimesed on pidanud ühiseid sünnipäevapidusid, õppinud lauakombeid, tantsimist ja käitumist, külasthanud maakonna ettevõtteid ("Siimusti Keraamika", Laiuse Õletuba jne), käinud koos teatris, ujumas Kuremaa ujulas, osalenud lühinäidendi ja luulekavaga Viljandis Vabariiklikul Puuetega Inimeste Kultuurifestivalil. Tööd on tehtud erinevate projektide sees ja nende projektide loomiseks, näiteks "Toetatud töökoht", "Euroopa noored". Projekt "Kiigemetsa päevakeskuse suvelaager" oli mõeldud vaimupuudega lastele ja noortele ning sai teoks 2003. aasta suvel. Igal suvel toimub Jõgeva linnapäevade raames Koja korraldatud "Tähe tänava ratastoolisõit" liikumispuudega inimestele.

Traditsiooniks on kujunenud maakonna puuetega inimeste suvise perepäeva korraldamine, millest tänavu võttis osa üle 400 inimese. Kava kohaselt on päeva esimene pool kaasamõtlemise ja kuulamise-küsimise pärlt, teises pooles püüame lustida, ise teha

ja olla ning teiste esinemisi nautida. Perepäeval osalevad lapsed veedavad päeva esimese poole koos juhendajaga mängides, lauldes ja tantsides.

3. septembril toimus Jõgevamaa Puuetega Inimeste Koja selle aasta suurüritus – Kampaania 2003 seminar "Rehabilitatsiooni vajalikkus ja rehabilitatsiooniteenuse kättesaadavus Jõgeva maakonnas". Seminaril räägiti meditsiinilisest rehabilitatsioonist, hõlmates rehabilitatsiooni ka laiemalt kui ümberõppimist, uute töövõimaluste otsimist, uute tingimuste ja olukordadega kohanemist, tagasipöördumist ühiskonda. Jõgeva maakonna väheste võimaluste juures algab rehabilitatsioon sellest, et puudega inimesed saaksid koduseinte vahelt välja, et nad ei oleks ega tunneks end üksikuna, mahajäetuna, mittevajalikuna. Seminari kaasaaitamise tulemusena on Jõgeva haigla tänaseks litsentseeritud rehabilitatsiooniasutus.

Koja liikmelisuse suurendamise ja maakonna erinevate puudeliikidega inimeste koondamise eesmärgil korraldas Koda üldtutvustava ürituse maavalitsuse juristi osavõtul, mille jätkuna toimusid südamehaigete, puuetega laste vanemate ning reuma- ja radikulidihaigete kokkusaamised Kojas. Juunis moodustati ning registreeriti mittetulundusühingutena Jõgevamaa Puuetega Laste Vanemate Ühing ja Jõgevamaa Südamehaigete Ühing.

Koda on läbi viinud ja analüüsinud ka kaks uuringut: esimese viisime läbi 2002. aasta perepäeval, küsides osalejate soove ja vajadusi teabe ja tegevuste järele. Et täita Koja jälgija / vaatleja / analüüsija rolli, toimus käesoleva aasta maikuu maakonna puuetega inimeste ja pensionäride mahukas küsitlus saamaks teada nende probleeme, aga samuti ajakasutust ja töö- ning ühiskondlikku käitumist. Analüüs näitas, et Jõgeva maakonna puudega ja eaka inimese suurim probleem on tervis. Teisel kohal raha, mis tähendab, et raha ei jätku ravimite ostmiseks ja oma tervise parandamiseks, ei jätku ka esmavajaduste rahuldamiseks (toit ja esmatarbekaubad), ei saa tegelda oma harrastustega. Ent käitumishinnangilt maksabeakas ja puudega inimene eelkõige eluasemekulud (alles seejärel kõik muud vajadused), tahab olla ühiskondlikult aktiivne, oma aega ka väljaspool kodu veeta ning teha võimete ja puudekohast

tööd ning saada selle eest õiglaselt tasustatud (nende eelduste juures oli siiski vaid mõnel üksikul respondendil õnnestunud tööd leida).

Jõgevamaa Puuetega Inimeste Koda peab oluliseks oma nõuandvat rolli koostöös maavalitsuse, omavalitsuste ja teiste asutustega. Oluliseks peame Koja esindatust Jõgevamaa sotsiaaltöötajate ümarlauas, Jõgeva linnavalitsuse sotsiaalkomisjonis, maavalitsuse tehniliste abivahendite komisjonis, Kodanikeühenduste ümarlauas, renoveeritud tänava vastuvõtukomisjonis (et hinnata ehitust puuetega inimeste vajadustest lähtudes), Jõgevamaa tööandjate nõupidamistel ja teistel kohtumistel oma maakonnas (sotsiaalkomisjonid, Jõgeva haigla rehabilitatsioonimeeskond jne). Püüame hoida puudega inimese teema kogu aeg aktiivsena, näha lahendusi puudelite inimeste silmadega, luua viljakas koostöö omavalitsuste ja teiste asutustega.

Ideede ja tegevuste genereerimiseks peame tähtsaks koostööd Eesti Puuetega Inimeste Kojaga, Eesti Puuetega Inimeste Fondiga ja kõigi maakondlike puuetega inimeste kodadega.

Koda peab oma maakonna puuetega inimeste jaoks oluliseks ka oma **rolli informatsiooni kogujana, akumulierijana ja jagajana, ühiskonna arvamuse kujundajana puuetega inimeste valdkonnas.** Juhatus ja liikmed püüavad osaleda võimalikult paljudel invaküsimustega seotud üleriigilistel üritustel, et edastada saadud teavet oma liikmete ja liikmesühingute kaudu kõigile maakonna puuetega inimestele. Erinevatel ümarlaudadel, õppereisidel, rakendus- ja sihtkoolitustel, loengutel, vastuvõttudel kogutu-kogetu laiendab niiviisi maakonna inimeste silmaringi, samuti võimaldab Koja liikmetel end kursis hoida ühiskonnas toimuvaga ja kiiresti muutuvate seadustega.

Tahame olla ka meediakanalite vahendusel nähtavad ja kuuldavad. Pikaajaline koostöö on Kojal kujunenud maakonna ajalehtedega Vooremaa ja Vali Uudised, kus on leidnud kajastamist Koja olulisemad tegemised nii meie oma autorite kui ka ajakirjanike sulest. Ka vallateatajad on meie üritustest kirjutanud. Kampaania 2003 seminari aegu oli Koja hääl kuuldav Vikerraadios ja Kuku raadios.

Maakonna vajadused Koja poolt pakutavate teenuste ja ettevõtmiste järele on suuremad kui Koja materiaalsed võimalused. Üritustel osaleda soovijaid oleks palju enam, kui võimaldab olemasolev ressurss. Eesti madalaima elatustasemega Jõgeva maakonnas ei saa puudega inimesed lubada endale tasulisi üritusi ega koolitusi. Rahaliste vahendite ja tasuta teenuste (bussid, O-rent jt) otsimine on kaalukas osa Koja n-ö kulissidetagusest tööst, mis ometi määrab paljude meie tegemiste õnnestumise ja ideede elluviimise. Oodatud sündmus oli ülemaailmse puuetega inimeste päeva tähistamine detsembris, kus koos puuetega inimestega tegid Puuetega Inimeste

Aastast 2003 kokkuvõtteid omavalitsuste sotsiaaltöötajad, maavalitsuse sotsiaal- ja tervishoiuosakonna töötajad, aga ka nende asutuste ja ettevõtete esindajad, kes on Koda ja maakonna puuetega inimesi nende ettevõtmistes sponsoreerinud. Tõstisime esile tublisid ja aktiivseid puuetega inimesi, tänu kuulus kõigile maakonna puuetega ja eakatele inimestele, sest ilma nende olemise ja tegemiseta, elujõu ja särata poleks ka tegusat Jõgevamaa Puuetega Inimeste Koda.

Luule Palmiste

Jõgevamaa Puuetega Inimeste Koja juhatuse esimees



Muuta ei saa toimunud, muuta saab suhtumist

Inimene sünnib maailma, kus teda ootavad ees erinevad võimalused. Tema ülesanne on neid otsida, leida ja kasutada.

Sageli võib kohata inimesi, kes kurdavad, et kogu nende elu on kui üks suur hädaorg, muredel ja hädadel ei tulegi lõppu ja selles on süüdi kas siis nemad ise või keegi teine. Aga on's üldse keegi süüdi või tarvidust süüdlast otsida?

Kuidas me suhtume endasse, toimunud või toimuvatesse protsessidesse, sel on alati meie suhtes mingi mõju, kas säästlik või lammutav, vahel harva ka neutraalne. Millise me nendest valime, on meie endi teha.

Hingerahu võti on meie endi käes

Elus juhtub sageli, et on põhjust rahulolematuseks: ülemus kritiseerib põhjuseta meie tööd, lapsed saavad koolis halbu hindeid, abikaasa on tööga liiga hõivatud, meie saavutused on väiksemad, kui lootsime, suhted katkevad jne. See, missuguse hinnangu me anname negatiivsetele sündmustele või kogemustele, mõjutab suuresti meie edaspidist käitumist ja toimetulekut.

Sageli ollakse veendunud, et ükskõik mida ka ei tehtaks või kuidas ka ei püütaks, ei muuda

see midagi paremaks. Mõeldakse: olen või olin ise süüdi. Saadud halb kogemus mõjutab kindlasti kõike järgnevat, mis jääbki alatiseks halvasti. Üldiselt tähendab see suutmatust kontrollida oma elu, võtab endalt võimaluse saadud kogemustest õppida ning enda jaoks arendavaid järeldusi teha. Sellega kaasnevad tavaliselt tugevad negatiivsed emotsioonid ja aktiivsuse langus. Aga mitte ainult. Taolise ennast lammutava käitumusliku suhtumisega viiakse end aeglaselt, kuid järjekindlalt seisundisse, mis kammitseb nii vaimset kui ka füüsilist tervist ja olemust.

Kliinilises psühholoogias nimetatakse eelkirjeldatud negatiivsetele elusündmustele orienteeritust **õpitud abituseks**.

Õpitud abituse sündroom

Õpitud abitus on inimese kehalise ja psüühilise teotahte langus. Tegevuste tulemuslikkus muutub inimese jaoks küsitavaks, õnnestumistele ja ebaõnnestumistele hinnangu andmisel võimendatakse negatiivset suhtumist, välditakse iseseisvalt otsustamist ja toimimist.

Õpitud abituse sündroomil on laastav mõju isiksusele tervikuna. Muutuvad väärtushinnangud, elamise ja tegutsemise motiivid, suhtumine endasse, teistesse ja maailma tervikuna. Oluline on teada, et õpitud abitus kujuneb märkamatult ja näiliselt lühikese ajaga, kuid sellest vabanemine nõuab erakordset tahtepingutust, aega, eneseanalüüsi ning valmisolekut eluröõmu ja elamisjulguse saavutamiseks, alalhoidmiseks.

Taolisele keha- ja meeleseisundi tekkele aitavad kaasa erinevad faktorid, milleks võivad olla:

- Isiklik kehaline või psüühiline trauma, millest tekkinud šokiseisundist väljumiseks püüab inimene leida tõrjuvaid, eitavaid, lohutavaid lahendusi. Enamasti välistavad need muutunud olukorra objektiivse hindamise;
- Kroonilised haigused ja vananemine. Inimene teadvustab ja võimendab olemasoleva suutlikkuse vähenemist, minnes mööda võimalustest, mis varem polnud vajalikud;

- Elu- ja kasvukeskkond, kus elukorraldus on maksimaalselt reguleeritud kõikvõimalike juhendite, määruste ja reeglitega, jättes inimesele liig vähe võimalust ja vajadust iseseisvaks otsustamiseks ja vastutuseks;
- Edukuse, eesmärkide ja väärtuste ühekülgne tõlgendamine, mille tulemusena võidakse üllatusena (ja mitte meeldival!) jõuda äratundmisele, et mitte kõik ei allu meie tahtele ja soovidele, mis omakorda tekitab võimendatud juhutamatus tunde, n-ö saatusele alistumise;
- Meie oma enesehinnang ja mõtlemine ning viis, kuidas me seda teeme.

Õpitud abitusest tingituna kujunevad välja n-ö pidurid, mis pärsivad meie tegevuslikkust nii vaimsel, emotsionaalsel kui ka füüsilisel tasandil.

Õpitud abitus võib viia depressioonini

Üks tüüpilisi olukordi on järgmine.

Mai on 43-aastane lahutatud naine, kes kasvatab üksi 14-aastast poega. Ta tunneb end jõuetuna, magab halvasti, söögiisu on kadunud ja miski ei paku enam huvi. Mai muretseb, et ta võib kaotada töökohta ja SIIS ON ELU LÄBI. Ta kardab, et ei leiaks uut töökohta, sest igale poole tahetakse tööle noori, aga tema, 43aastane naine on „vana ja haige“.

Kuni ema elas, oli Mail mingi kindlustunne, sest emale sai oma muredest rääkida. Nüüd, kui ema enam ei ole, tunneb ta end täiesti üksikuna. Ka õdedega ei suhtle ta enam. Ta arvab, et viimased ei soovi temaga läbi käia, sest ta pole piisavalt edukas. Ema olevat Maile alati rääkinud, kui tähtis on naise jaoks pere. Nüüd, kui Mai on lahutatud, süüdistab ta end selles, et ei suutnud säilitada peret ja laps peab kasvama isata. Ta arvab, et tal pole tulevikult midagi loota, sest on üksik, vaene ja õnnetu. Täielikult äpardunud.

Õpi muutma oma mõtlemist

Uurimused on näidanud, et on olemas lausa eraldi depressioon, nn abitu depressioon, mida iseloomustavad madal

enesehinnang, passiivsus, suutmatumus uutest kogemustest õppida, negatiivsed ootused, nende võimendamine ja kontrollitunde puudumine. Inimene ei võtagi enam midagi ette, et muuta ebamugavaid või raskeid olukordi. Ta alahindab oma võimeid ja seniseid saavutusi ning arvab, et probleemid on iseenda jõupingutuste abil lahendamatud. Seega on selline inimene veendunud, et ükskõik mida ta ka ei prooviks, tema hädadele lõppu ei tule.

Näiteks süüdistab inimene iseennast oma suhte lõppemises (sisemine omistamine) ja arvab, et kõik suhted, mis ta algatab, lõpevadki konflikti või lahkuminekuga (globaalne omistamine) ning mitte midagi ei muutu (stabiilne omistamine). See suunab inimest märkama vaid negatiivseid külgi suhte katkemisel. Tagajärjeks on pessimistlik suhtumine kõikidesse järgnevatesse suhetesse ja iseendasse.

Et õpitud abituse ja selle pinnalt tekkinud depressiooni põhjuseks on väärad omistused, siis tuleks tähelepanu pöörata veendumustele ehk töökspidamistele ning vajadusel nende muutmisele.

Veendumused ehk töökspidamised.

Milleni see viib?

Kuidas me tajume ümbritsevat keskkonda, millest lähtume astudes uude olukorda või kuidas suhtume kaasinimestesse?

Tihti tehakse seda, lähtudes eelarvamustest ehk läbi maailma tajumise prisma, mille oleme enesele kujundanud, tuginedes oma veendumustele ehk töökspidamistele. Sageli võib kuulda väidet, et see või teine asi käib minu põhimõtete vastu, andmata aru, kas tegu on põhimõtte või hoopis töökspidamisega. Andes eelarvamustele vaba voli, tunnetatakse ja nähakse enamasti seda, mida eeldatakse seal olevat, andmata endale võimalust tajuda ümbritseva mitmekesisust ja terviklikkust, tunnetada teiste inimeste loomust, meeoleolu ja vaateid. Taoliselt kammitsetuna näeme ja kuuleme ümbritsevas maailmas pelgalt oma mõtete ja tunnete peegeldust, mis meieni

tagasi jõudes veelgi süvendavad ning võimendavad kinnistunud vaateid.

Võib kohata situatsiooni, kus vastalgavas tutvuses kujundatakse juba eelnevalt arvamus kujunevast suhtest ja partnerist, võttes arvesse kusagilt kuulnud kellegi teise kogemusi ja arvamusi. Kas see on õige? Võib arvata, et mitte. Oli ju tegu kellegi teise kogemuse ja arvamusega, mis sugugi ei pea paika teie puhul. Iga uut suhet või olukorda tuleks võtta kui puhast valget lehte ja see ise täis kirjutada, mitte lasta seda teha teistel.

Sageli esinevad eelarvamused, n-õ pitserid.

Vanad inimesed ei mõista noori; noortel puudub respekt vanemate inimeste suhtes; üksikust lapsest kasvab egoist; puudega inimene ei tule enesega toime; minust ei sõltu niikuinii midagi; kõrge laup – ju siis tark inimene jne.

Tihti võib kohata lapsevanemate juures suhtumist, et tema laps ei saa „tänu“ puudele selle või teisega hakkama. Kust me seda teame? Anname talle võimaluse! Kui ei saa täna, ehk siis homme?!

Kuidas hoiduda?

Kui tihti me endalt küsime, et on's see ikka õige, mida siiani oleme endastmõistetavaks ja õigeks pidanud. Kas oleme mõelnud näiteks, et mured ja lahendamatu näivad olukorrad võivad olla tingitud meid ümbritsevast eelarvamuste müürist, mille ise oleme kivi kivi haaval ladunud ja mis näib nii vankumatu ja läbitungimatu. Kuid siiski võidetak, kui me ise seda tahame.

On ilmne, et eelarvamustest tekkinud stereotüübid piiravad või koguni pärsivad täielikult võimaluse näha inimesi ja protsesse nende ilus, lõpmatus mitmekesisuses.

Selleks, et rõõmu tunda teistest inimestest, meid ümbritsevast maailmast, hetkest, kus elame ja iseendast, tuleb saavutada arusaamise paindlikkus, võidelda oma eelarvamustega ja need võita.

Ja veel – puue pole ei haigus ega õnnetus, vaid eluviis!

Veiki Laan



Nägemispuudeliste laste heaks

Inimese elu olulisem osa kulgeb koos teistega – perekonnas, lasteaias, koolis...

Arenenud ühiskonna oluliseks näitajaks on, et nägemispuudelised lapsed saavad täisväärtuslikuks ühiskonna liikmeks. Tore, kui nägemispuudeline laps saab kogemuse viibida lastekollektiivis ja lasteaias. Tallinnas pakub seda võimalust Linnupesa Lasteaed. 1993. aastal avati endises 124. lastepäevakodus rühmad pimedatele ja vaegnägijatele lastele.

Tallinna Linnupesa Lasteaias on 11 rühma, millest kolm on erirühmad:

- Liitpuudega pimedate laste rühm;
- Nägemispuudega laste rühm;
- Nõustamisrühm.

Tallinna Linnavalitsus ja Haridusamet on võimaldanud ka väljaspool Tallinna elavatel nägemispuudelistel lastel viibida lasteaia päevases ja ööpäevases rühmas. Töös lastega osalevad õpetaja, õpetaja abi, muusikaõpetaja, liikumisõpetaja ja tüfopedagoog.

Liitpuudega pimedate laste rühmas on neli last, vanuses kolmest kuni kuue aastani. Põhiline õppetegevus toimub individuaalsete õppekavade alusel.

Meierühmas on olulisel kohal kommunikatsioon. Hommikul tulevad lasteaeda röömsad lapsed, tähendab laps on saanud lasteaia röömsa kogemuse. Et mõned meie lastest ei räägi, siis suhtleme ka taktilistest viibete ja sümbolite abil. Nii saab laps juba hommikul teada, mida me täna lasteaias tegema hakkame. Öhtul arutame

koos lapsega läbi, mida ja kuidas me päeval tegime. Liitpuudega pimedate laste rühmas on põhilisteks õpetatavateks oskusteks söömine, joomine ja riietumine. Väikeste edusammude puhul – mis tema jaoks ei olegi nii väikesed! – saab laps suure kiituse.

Päev lasteaias algab hommikuringiga. Istume kõik koos, nii suured kui ka väikesed, laulame tervituslaulu ja räägime, mida me täna koos teeme. Ühistegevused toimuvad hommikvõimlemise ajal, liikumistundides ja muusikatunnis.

Lapsele valmistab rõõmulähedustäiskasvanuga, temaga suhtlemine ja mäng. Mäng pakub lapsele suurel hulgal positiivseid elamusi, aktiveerib tema tegevusi ja mõtlemist.

Nägemispuudega laste rühmas on seitse last. Rühma pesamuna on alles ühe aasta ja nelja kuu vanune tüdruk. Tema käib veel koos emaga mängimas, et julgem oleks. Kõige vanem laps on viieaastane.

Laste päevad mööduvad mängides ja õppides. Toremad on muusikatunnid, kus laulame ja tantsime. Laste lemmikpilliks on klaver, väga meeldivad ka marakaad ja trummid. Päeva esimeseks tegevuseks on hommikvõimlemine, mis annab röömsa meeleolu. Liikumisõpetaja saabudes lähevad kõik lapsed ise võimlemismatti otsima. Spordisaalis on meil ühised võimlemistunnid, mis lastele väga meeldivad. Emakeeletundides õpime jutte kuulama ja jutustama, samuti sõpradega suhtlema. Õpime

selgeks oma nime ja vanuse. Matemaatikatunnis tutvume arvude, kujundite ja erinevate matemaatiliste mõistetega. Vahva tund on voolimine, tunni lõppedes on kõigil midagi põnevat plastiliinist valminud. Väikestel lastel on keeruline paberit kortsutada ja vajalikust kohast rebida, kuid käelist tegevust naudivad nad kõik. Riietumist ja söömist harjutame iga päev, sest kooliajaks peavad kõik vajalikud toimetulekuoskused selgeks saama.

Rõõmu teeb, et lapsed on saanud sõpradeks. Üheskoos mängimine arendab nägemispuudega laste sotsiaalseid suhteid. Oodatud on teatrietendused, siis on võimalik tutvuda näitlejatega ja nukkudega. Saalis kohtume teiste rühmade lastega ja vaatame üheskoos etendust. Enne jõule on tore päkapikkude ootamise aeg. Jõuluvana tulekuks õpivad lapsed selgeks oma esimese luuletuse. Mõnikord külastame oma suuri sõpru nõustamisrühmas. Koos nendega on alati lõbus mängida.

Kolmandaks rühmaks Tallinna Linnupesa lasteaias on nõustamisrühm, mis avati 2003. aasta sügisel. See oli suureks märgiks Euroopa Puuetega Inimeste Aasta raames. Nõustamisrühma eesmärgiks on toetada pimedate laste õppimisvõimalusi ja anda toetusõpet tavakoolis käivatele lastele just eriõpet vajavate oskuste kujundamise osas. Meie õppetöö on suunatud laste keeleliste, sotsiaalsete, kommunikatsiooni-, toimetuleku- ja liikumisoskuste arendamisele. Just nende oskuste omandamine on pimedatele ja liitpuudega nägemispuudeliste lastele raskem ning aeganõudvam. Iga uus oskus vajab palju harjutamist ja pingutamist. Kuid see, mis kord on selgeks saanud, on igaveseks mees.

Peame Linnupesa Lasteaias oluliseks pimedate laste integreerimist tavarühma ja edaspidi ka tavakooli. Selles osas on meile headeks koostööpartneriteks lasteaia "Hea Alguse" rühmad ja Tallinna Vanalinna Hariduskolleegium. Tavakooli integreerimine hõlmab tööd nii lapsega ja tema perega kui ka uute koolikaaslastega ja eeldab pedagoogide koolitamist.

Nõustamisrühmas on oluliseks tööloiguks lastevanemate nõustamine ja pedagoogidele

omapoolsete kogemuste edasiandmine.

Kolme rühma ühisteks üritusteks on jõulupeod, emadepäeva peod ning kevadine piknik. Tähtis päev on lapse sünnipäev. Sünnipäevalapsele laulame, õnnitleme teda, süütame küünlad ja maiustame üheskoos. Laps tunneb rõõmu ja jagab seda teistega. Sünnipäev on pidupäevaks kõikidele.

Iga laps on eriline! Teed lapse hingeni aitab leida tüflopädagoog Olga Ilgina. Tema annab meile edasi oma teadmisi ja kogemusi. Nende aastatega on ta osanud luua tugeva meeskonna. 2002./03. õppeaastal tunnistati meie meeskonna töö lasteaia parimaks. Lasteaia töödes ja muredes on meile suureks toeks Linnupesa Lasteaia juhataja Karin Saar, kes oma rõõmsameelsusega aitab lahendada nii mõnegi probleemi.

Hea koostöö on meil Eesti Pimekurtide Tugiliiduga (EPKTL) ja eriti selle tegevjuhi Raissa Keskkülaga. EPKTL-i korraldatud erialastel koolitustel oleme saanud oma põhioskused ja teadmised. EPKTL-i ja Soome FSS-i (Soome-Rootsi Nägemispuudeliste Liit) koostöös on käivitatud projekt "Ristivanemad". Projektis osalevad lapsed on saanud toetust arenguks vajalike spetsiifiliste õppe- ja abivahendite muretsemiseks. Abiks töös liitpuudega lastega on Hilton/Perkins Programm USA, mille raames toimus väga huvitav koolituspäev 1.mail 2003. Loenguga esinesid Dr. Barbara A., B. McLetchie ja Dr. Mary Zatta. Vajadusel on konsulteerinud meie nägemispuudelisi ja liitpuudega pimedaid lapsi füsioterapeut, psühholoog ja logopeed. Aastaid on meie rühmi toetanud ja meie tööd hinnanud öde Mary Venard. Tänu tema entusiastlikule abile oleme saanud korraldada ka mitmel aastal suviti perelaagreid nägemispuudeliste laste perede koolituseks.

Nägemispuudelise lapse arengule mõjub soodsalt kõikide temaga tegelevate inimeste koostöö. Siinjuures loodame suuremat toetust ka kogu ühiskonnalt.

Baiba Reidma, Aire Pungas, Kairi Ilmets
Tallinna Linnupesa Lasteaia erirühmade
õpetajad.

Ülevaade Euroopa puuetega inimeste aastast 2003 Eestis

Lõppenud Euroopa puuetega inimeste aasta 2003 "Maailm meile kõigile" jooksul on puuetega inimeste elule ja positsioonile ühiskonnas senisest enam tähelepanu hakatud pöörama.

Eesti Puuetega Inimeste Koda tähistas rahvusvahelist puuetega inimeste päeva ja Euroopa puuetega inimeste aasta lõppemist piduliku aktusega Eesti Rahvusraamatukogus 3. detsembril 2003.

Aktusel tehti kokkuvõtteid Euroopa puuetega inimeste aasta tegevustest Eestis ja tänati eestvedajaid ning koostööpartnereid, kes olid andnud oma panuse aasta edukale kordaminekule. Koosolemise lõpetas sotsiaalminister Marko Pomerantsi pidulik vastuvõtt.

Puuetega inimeste organisatsioonide võrgustik on arenenud üle Eesti ja koostöö nii organisatsioonide endi kui ka sotsiaalpartnerite vahel on hoogu juurde saanud. Sellele on väga palju kaasa aidanud puuetega inimeste liikumise aktivistid, üha teadlikumaks muutuvad ametnikud ja positiivsem meediakajastus.

2003. aasta jooksul on puuetega inimeste organisatsioonid tegelenud aktiivselt puuetega inimestele oluliste küsimustega oma maakonna, riigi ja rahvusvahelisel tasandil. Uuringu Agenda 21 (vt EPI Koja tegevus aastal 2002) andmetel on aga probleemid ja lahendamist vajavad valdkonnad maakonniti erinevad.

See kinnitab tõsist vajadust uue toimiva sotsiaalhoolekande seaduse väljatöötamise ja ellurakendamise järele, et kindlustada puuetega inimestele, olememata elukohast ja majanduslikust olukorrast, võrdne kättesaadavus arstiabile, rehabilitatsiooniteenustele, haridusele ja tööle.

See aasta on olnud väga oluline puuetega inimeste probleemide teadvustamisel ja muuda-

tuste algatamisel, millele on kaasa aidanud mitmed ühisprojektid, nagu Kampania 2003 (vt Sinuga 2003/4).

Aktuse sõnavõttes tõdeti, et "Maailm meile kõigile" ei olnud mitte ainult üleskutse aastaks 2003, vaid see sõnum elab edasi ka järgnevatel aastatel. Iga üksikinimese moraalne kohustus on seda sõnumit kanda võimalikult paljude inimeste ja ametiasutusteni. Samuti peeti oluliseks algatatud tegevuste jätkamist ning sõprade ja toetajate ringi edasist suurendamist.

EPI Koja juhatuse otsusega tänati aukirja ja kingitusega (küünlajalg) järgmisi aasta 2003 edukale kordaminekule kaasa aidanud inimesi:

1. Linnu Mae

puuetega inimeste elu-olu kajastavate telesaadete eest

2. Endel Asser

puuetega inimeste tegevuse koordineerimise eest Raplamaal

3. Malle Ojamaa

puuetega inimeste probleemide igakülgsel lahendamisele kaasa aitamise eest Tallinna linnas

4. Kaia Kaldvee

puuetega inimeste tegevuse koordineerimise eest Ida-Virumaal

5. Hille Tarto

puuetega laste ja noorukite probleemidele osutamise eest portreefilmis "Kuhu lähed, Janek?"

6. Hedi Gehrke

pikaajalise panuse eest töös puuetega inimeste organisatsioonidega

7. Eha Leppik

ajakirja "Sinuga" toimetamise eest; uuringute eest puuetega inimeste olukorra hindamiseks ja nende vajaduste väljaselgitamiseks; igakülgsel nõustamise ja abistamise eest puuetega inimeste valdkonna töös

8. **Janne Jerva**

Eesti Pimedate Liidu, Eesti Pimemassööride Ühingu, Põhja-Eesti Pimedate Ühingu töödes aktiivse osalemise eest

9. **Arnold Kimberi**

puuetega inimeste organisatsioonide toetamise ning puuetega inimestele töökohtade loomise eest Viljandimaal

10. **Ilse Heiberg**

puuetega inimeste huvitegevuse juhtimise eest Valgamaal

Lissi Kurg

EPI Koja tegevjuht



UUS RAAMAT

“Nägemispuudega inimesed”, autor Aleksander Vassenin

21. jaanuaril toimus Aleksander Vassenini raamatu “Nägemispuudega inimesed” esitlus Tallinna Puuetega Inimeste Tegevuskeskuses, külalisi oli kokku kogunenud umbes 60 inimest.



Esitlusel rääkis autor lähemalt teose saamisloost ning tänas kõiki, kes olid selle valmimisele kaasa aidanud. Sõnavõttud avasid teose tähtsuse ja vajalikkuse Eesti kultuuripildis. Antud raamatu juures on eriliseks see, et Aleksander Vassenin ehk Sass, nagu sõbrad-tuttavad teda tunnevad, on ise nägemispuudega inimene ja seetõttu vägagi teadlik käsitletavatest probleemidest. Reaalne elu tekitas vajaduse selle töö ja teose järele.

Kohaletulnud olid raamatu saamislooga igaüks

omal moel seotud. Erilised tänusõnad kuulusid Tallinna Pedagoogikaülikooli professorile Taimi Tulvale, kelle juhendamisel antud uurimistöö TPÜ magistritööna valmis.

Raamatus on üheksa peatükki, mis moodustavad ühtse terviku. Põhjaliku vaatluse alla on võetud inimese ja ühiskonna vahelised suhted ja seosed, nägemispuudega inimeste positsioon ja vajadused. Raamatu üheks tähtsaks eesmärgiks on lünga täitmine eestikeelses pimedate probleeme käsitlevas erialakirjanduses.

Autor loodab, et teos aitab paremini mõista nägemispuuetega inimeste probleeme ning pakkuda nägemispuudega inimesele tuge toimetulekuks.

Raamatu koos autogrammiga andis Sass üle neile 46 inimesele, kes teda selles töös olid aidanud ja toetanud.

Raamatut “Nägemispuudega inimesed” on võimalik osta Eesti Puuetega Inimeste Kojast hinnaga 50.- krooni.

Info telefonil 661 6628 või 661 6629

Lissi Kurg
EPI Koda, tegevjuht

Meie sõnum: "Tulevik puudega lastele!"

Mis on Sihtasutus Eesti Agrenska Fond?

Sihtasutus Eesti Agrenska Fond loodi 21. jaanuaril 2003. aastal. Sihtasutuse eesmärgiks on haiguse või trauma tõttu puude omandanud lastele ja nende peredele vajaliku nõu ja abi andmine.

Sihtasutuse ja selle poolt loodava laste ning perede nõustamis- ja rehabilitatsioonikeskuse idee algatajaks on Rootsis, Göteborgi lähedal asuv Ågrenska rehabilitatsioonikeskus.

Ågrenska rajati Göteborgi lastehaigla Lilla Amundö saarel asuva suvila baasil, mis 1980. aastate alguseks oli üsna lagunenu ja vähekasutatav. Initsiatiivikad inimesed võtsid asja käsile ning 1989. aastal avas Rootsi kuninganna Silvia saarel korrastatud keskuse, mille teenuseid sihtgrupp meelsasti tarbib.

Nüüd on meil võimalus välja arendada midagi sarnast. Eesti Agrenska keskuse rajamiseks on sihtasutusse koondunud tegijad Eestist ja Rootsist: Tartu Ülikool, Eesti Puuetega Inimeste Koda ja SA TÜ Kliinikum Eesti poolelt ning idee autor Ågrenska koos Stenströmsi särgivabrikuga Rootsist. Viimane on olnud idee elluviimise toetajaks ka seetõttu, et Stenströmsi 1899. aastal asutatud õmblusvabriku kvaliteettoode valmib juba kümme aastat Elvas.

Taustainformatsiooni puudega laste kohta ning sellest, miks keskust meile vaja on

Vastavalt Laste Õiguste Konventsioonile on lapsed kõik alla 18 aasta vanused inimesed.

2002. aastal sai Eestis puudega lapse toetust **4923** kuni 18-aastast last. Hinnanguliselt on erivajadustega laste arv veelgi suurem. Seoses sügavalt enneaegsete vastsündinute elulemuse paranemisega Eestis on oodatav kaasasündinud puudega laste arvu kasv.

Sagedasemad erivajaduste/puude põhjused lapse- ja noorukieas (u 60% erinevad neuroloogilised puuded):

- Vaimse arengu mahajäämus erinevatel põhjustel (u 3% lastest), sh näiteks Downi sündroom – levimus Eestis 1 : 800; 1990-2001 sündis Eestis 215 selle sündroomiga last, üldse Eestis u 400 Downi sündroomiga 0-18 aastast last
- Laste tserebraalparalüüs (PCI) – näiteks on Tartu linnas ja maakonnas teadusuuringu alusel 70-80 last, kel see haigus on põhjustanud vähemalt keskmise raskusega puude, elukestvat puuet põhjustava tserebraalparalüüsi levimus maailmas on 2,0-2,8 tuhande lapse kohta



Sihtasutuse nõukogu liige, EPIK eestseisja Helve Luik „Laste päeval“ Ågrenska keskuses Rootsist

- Arenenud maades eelkooliealistest lastest (erinevate uuringute alusel) 5-10%-l on varast rehabiliteerivat sekkumist vajavad arengulised kõne ja keele häired, mille hinnanguliselt ligi 15%
- Autism jt pervasiivsed arenguhäired
- Liitpuuded (erinevate puuete kombinatsioonid)

Arenenud riikides on ligi 10 %-l lastest erivajadused (sh kroonilised haigused), mis vajavad varast perekeskset rehabilitatsiooni.

Mis on just perekeskne rehabilitatsioon oluline?

Puudega lapse sünd perre pöörab elukorralduse segi. Infot ja selgitustööd vajavad vanemate kõrval ka pere teised lapsed, vanavanemad, sõbrad-tuttavad. Samuti on perel ühiskonnas vaja edaspidigi hakkama saada ning seepärast tuleb harida ka ühiskonda laiemalt – kõiki, kes puudega lapsega kokku puutuvad: lasteaiakasvatavad, õpetajad, sotsiaaltöötajad, meditsiinipersonal jt.

Eestis on mitmeid vähem või rohkem meeskondlikul põhimõttel tegutsevaid rehabilitatsiooniasutusi. Samas **puudub** Eestis siiani neid asutusi ja vastavaid ressursse ühendav **perikeskne terviklik nõustamissüsteem** erivajadustega ja puuetega laste peredele, mis hõlmaks nii psühhosotsiaalset, hariduslikku kui ka meditsiinilist aspekti.

Puudega lapse ning pere vajadused ei ole ainult meditsiinilised, vaid märksa laiemad. Praegu sõltub nende vajaduste katmine põhiliselt lapse pere toimetulekuvõimest. Eestis tervikuna pakutakse vähe puudega lapse ja nooruki **perekonda** toetavaid teenuseid. Seda on ilmekalt näidanud ka Eesti Agrenska Fondi ühe asutaja, SA TÜ Kliinikumi lastekliiniku puuetega lastele rehabilitatsiooniplaanide koostamise töö analüüs. Seda tööd on tehtud viimase kolme aasta jooksul.

Mis tehtud, mis teoksil

Eesti Agrenska sihtasutus loodi küll eelmise aasta jaanuaris, kuid samme idee edendamiseks Eestis on tehtud pikema aja jooksul.

Juba 2000. aasta suvel otsustati Eesti Agrenska keskuse asukoht – selleks sai Tartu linnapiirist 13 km kaugusel asuv **Tammistu** endine mõisasüda. 19. sajandi keskpaigas ehitatud klassitsistlik hoone on kenade proportsioonidega ning võimaldab keskusel areneda põnevas ümbruses. Krundi suurus on 52 ha, seega pole vaja karta ruumipuudust.

Eesti Agrenska tulekul Tammistule oli park peaaegu kinni kasvanud, peahoone ümbritsesid müüre määndanud ehitusprahi hunnikud, millel kasvasid majakõrgused puud. Ruumid ning kelder olid täis sodi.

Ehkki keskuse rajamine pole Sihtasutusel veel täie hooga käimas, oleme viimase kolme aasta jooksul korrastanud hoonete ümbruse, muutnud pargi läbipaistvaks ning on valminud ruumilahendus rajatava keskuse jaoks. Selles töös on meile nõu ja jõuga appi tulnud mitmed, näiteks Tartu Puuetega Inimeste Koda koos Ropka-Karlova päevakeskusega ning Tartu Norra Seltsi rahvaga. Loomulikult teevad tõsist tööd idee teostamise nimel kõik Sihtasutuse asutajad.



Pilt: Talgulised Tammistul

Et säilinud peahoone oli von Krüdeneri ja von Rathlefi perekondade elumajaks, ei jätku seal tänapäevase keskuse jaoks piisavalt ruumi. Seepärast on kavas esmalt püstitada uus hoone. Seal saab keskus töötada ning keskenduda peahoone korrastamisele.

Tammistu keskuses ei hakka puudega lapsed elama, vaid viibivad seal koos oma

vanematega aeg-ajalt. Tahame kujundada paiga valgusküllaseks ning lapsesõbralikuks. Et Tammistu kompleksis on olemas 19. sajandist pärit mõisa peahoone, lisandub keskusele veelgi võimalusi.

Kuivõrd Tammistu olemasolevad hooned, eelkõige mõisa peahoone, on väga halvas seisus, nõuab keskuse rajamine palju aega ja vaeva, rääkimata rahalistest vahenditest. Loodame siiski, et keerukas ülesanne, millel on nii mitu aspekti – sotsiaalne, piirkondliku arengu ning kultuuriväärtuste kaitse aspekt – leiab ühiskonnas toetust ning näeme peagi puudega lapsi oma peredega keskuse võimalusi kasutamas.

Eesti Agrenska rehabilitatsioonikeskuse funktsioonid ning kavandatavad teenused:

1. Perepõhine puudega lapse erivajadustest ja tema pere ressursidest lähtuv varane sekkumine ja nõustamine
2. Perekeskse puudega lapsele suunatud nõustamissüsteemi loomine Eestis tervikuna, toimimine sellealase kompetentsikeskusena
3. Koolitused rehabilitatsioonispetsialistidele ja teistele puuetega lapsega tegelevatele inimestele (perearstid, õpetajad, kasvatajad,

lapsehoidjad, isiklikud abistajad jt)

4. Tervikliku andmebaasi loomine ja haldamine erinevate puuetega laste ja noorukite kohta (ülevaade abivajajast ning alus tõenduspõhiste rehabilitatsiooniuuringute teostamiseks)

5. Puhkuseteenuse/hoideteenuse (ingl *respite care*) osutamine puudega lapse pere hoolduskoormuse vähendamiseks

6. Toimetulekuõpe kooliealistele ja noorukitele nädalavahetustel

Teenuste liigid:

1. Pereõppeprogrammid (3-5 päeva) sarnase puudega lastele koos peredega (korraga 10-12 peret) kui rehabilitatsiooniteenuse liik:
- Loengud, individuaalsed konsultatsioonid erinevatelt rehabilitatsioonispetsialistidelt ja arstidelt, eesmärgiks parem toimetulek ja kohanemine puudest tulenevate probleemidega
 - Vaba aja tegevused peredele (sarnast puuet omavate laste perede suhtlemisvõimalus)
 - Toetus ja kogemuste vahetus perelt perele
 - Paralleelselt 2-päevased sama puuet käsitlevad kursused lapse elukohajärgsetele rehabilitatsioonitöötajatele jt võrgustiku liikmetele (abiõpetajad, kasvatajad jne)



Tammistu mõisa klassitsistlik peahoone 19. sajandi keskpaigast on muinsuskaitse all.

Koostöö spetsiifiliste puuetega tegelevate meeskondadega, näit pereprogrammid kuulmispuudega, nägemispuudega lastele, pimekurtidele, sagedamini esinevate krooniliste haigustega lastele (juveniilne artriit, diabeet, astma)
Pereõppeprogrammide pikaajaline planeerimine (vähemalt 1 a)

2. Rehabilitatsiooniprogrammid (2-nädalased)
– äsjadiagnostitud puude puhul või keskustest eemal asuva elukoha puhul interdistsiplinaarseks süvanõustamiseks
3. Ajutine hoideteenus eeskätt nädalavahetustel ja koolivaheaegadel
4. Ajutine hoideteenus kombinatsioonis toimetulekuõppega/kutseõppega (olenevalt puude raskusest):
 - 1 kord kuus nädalavahetustel
 - kohtuvad sama personal ja samakoosseisuline laste grupp (rühmas a` 6 last, kel on sarnane toimetuleku tase)
5. Tartu Ülikooli praktikabaas füsioteraapia, eripedagoogika, sotsiaaltöö, öendusala üliõpilastele (taastusraviõendus, öendushooldus), tulevastele juristidele (sotsiaalhoolekande alane seadusandlus, puudega inimese juriidiline nõustamine) jt
6. Suvekoolitused, suvelaagrid puudega laste/vanemate organisatsioonidele

Vastab Eesti Agrenska nõukogu esimees Anders Olason:

Teil on kogemus Ågrenska keskuse asutamisest Rootsis. Kas see oli lihtne ülesanne?

“Jah ja ei. Lihtne oli mõista, milleks Ågrenska keskust vaja on. On vaja, et pered, kus kasvab puudega laps, saaksid kohtuda. Niipea kui mõistad, et pere elus muutub puudega lapse sünniga kõik tunnetad vajadust aidata nii seda puudega last kui pere terveid laps. Siin on küsimus elu väärtuses. Kui oled veendunud, et puudega lapsel on samamoodi õigus elada täisväärtuslikku elu nagu tervel, siis läheb töö eesmärgi nimel lihtsalt.

Meiees seisnud raskused võib jagada kahte ossa. Üks on materiaalne ning rahaline külg, kuidas keskus tööle saada. Teine, kuidas sujub koostöö erinevate asutuste-organisatsioonidega, samuti kuidas suhtuvad ideesse erinevate seisukohtade esindajad. Kõiki ühe eesmärgi nimel tööle panna oli ja on praegugi keeruline ülesanne.”

Kust tuli idee tuua Ågrenska kontseptsioon Eestisse?

“Nagu kõik siin ilmas, sai ka see idee alguse kahe inimese kohtumisest. Ma sain Brüsseli – Göteborgi lennukis jutule Anders Bengtssoniga, kes on Rootsi firma Stenströms juht. Me ei tundnud varem teineteist, kuid hakkasime vestlema. Peagi selgus, et ta tegutseb Eestis ning avaldas soovi teha midagi puuetega laste heaks Eestis. Kuid ta ei teadnud, kuidas. Kutsusin ta meie Ågrenskasse külla, et vaadata, kas meie tegevus oleks midagi, mille sarnast Eestis toetada. Pärast tema ning ta abikaasa külaskäiku otsustasime koos otsida võimalusi Ågrenska sarnase keskuse loomiseks Eestis.

Kohtunud EPIK, Tartu Ülikooli lastehaigla ning Tartu Ülikooli esindajatega, otsustati panna alus Ågrenskale Eestis. Seejärel ostis Hr. Bengtsson keskuse jaoks Tammistu kinnistu ning annetas selle Eesti Agrenska Sihtasutusele. Seega on üks unistus, tänu kahe inimese kohtumisele, teoks saamas.”

Mis on Teie meelest Eesti Agrenska edu pant?

“Väga lihtne on kellelegi soovitada, kuidas ta peaks oma elu elama. Kuid neist soovitustest pole kasu. Et Eesti Agrenska oleks edukas, peab keskus sündima siin Eestis. Eesti inimesed peavad tunnetama, et sellist keskust on vaja. Sellepärast peavad ettevalmistustöösse olema kaasatud inimesed, kes mõistavad, milline on puudega inimese elu Eestis. Peame kaasama oma ala spetsialiste, et nemad tunnetaksid, et Eesti Agrenskat on võimalik kasutada uute ravivormide ning terviseprogrammide väljatöötamisel. Eesti inimesed peavad tunnetama, et Eesti Agrenska tõesti vastab nende vajadustele. Kui see tunne on käes, saame rääkida Eesti Agrenska edust.”

Kasulik info Eesti Agrenska sihtasutuse kohta

Sihtasutusel on koostamisel Interneti kodulehekülj aadressil www.agrenska.ee

Asutajate kohta leiate samuti infot Internetist. „Sinuga“ ajakirja lugejatele on kindlasti tuttav EPI Koja lehekülj www.epikoda.ee, samuti Tartu Ülikooli ja TÜ Kliinikumi leheküljed www.ut.ee ning www.kliinikum.ee

Ülevaate Ågrenska kontseptsioonist ning tegevustest Rootsis leiate Ågrenska koduleheküljelt www.agrenska.se ning Stenströms AB kirjelduse, samuti lühiülevaate firma 100-aastasest kujunemisest leheküljelt www.stenstroms.com

Sihtasutuse elektronposti aadress on info@agrenska.ee

Tiina Stelmach,
Eesti Agrenska nõukogu liige, rehabilitatsiooniarst, SA TÜK lastekliinik

Meelis Joost,
Eesti Agrenska koordinaator, EPIK koordinaator



3. detsembril, rahvusvahelisel puuetega inimeste päeval, koguneti traditsioonide kohaselt Rahvusraamatukokku. Piduliku ürituse raames tähistati ka Euroopa puuetega inimeste aasta lõppu. Päev lõppes sotsiaalministri vastuvõtuga.





EPIKoda soovitab ilmunud raamatuid:

“Pilvedesse poodud lind”

**Autor: Aive Raudkivi, Eesti Ekspressi kirjastus,
müügil raamatupooides**

Südamlikud kirjad oma lähedastele inimeselt, kes ei saa rääkida ja on viimased viis aastat veetnud liikumatuna palatiseinte vahel. Raamat üllatab lugejat kaasahaarava stiili ja mõtlemapaneva ainesega.

“Minu elu”

**Väljaandja: Eesti Lihasehaigete Selts
müük ELS kaudu tel. 66 101 08**

Artikleid ja arusaamu lihasehaigetelt ja lihasehaigetest läbi seltsi kümne tegutsemisaasta, lisaks seltsi liikmete loomingut ja elulood.

“Nägemispuudega inimesed”

**Autor: Aleksander Vassenin,
müügil EPIKojas, Toompuiestee 10**

Põhjalik uurimus nägemispuudega inimeste probleemidest Eestis.

“Nõuandeid tööandjale”

Väljaandja: EPIKoda

Kogumik suurtest ja väikestest asjadest, mida on vaja teada puudega inimese tööle võtmisel.

“Toitumisjuhised ja tegevusteraapia eakatele”

**Väljaandja: Sotsiaalministeeriumi eakate poliitika komisjon
ja EPIKoda**

saadaval EPIKojas ja Poska Keskuses, Poska tn 15.

Kogum nõuandeid hea enesetunde ja tervise säilitamiseks ka vanemas eas.

Ajakiri “Sinuga”
Toimetaja: Eha Leppik
Toimetuse kolleegium:
Kaia Kaldvee, Lissi Kurg, Kai Kukk

Eesti Puuetega Inimeste Koda
Toompuiestee 10, 10137 Tallinn
Tel. 66 16 629, faks 66 16 628
www.epikoda.ee
epikoda@epikoda.ee