

# *Sinuga*

*Eesti Puuetega Inimeste Koda*

*Juuni 2007*

**Kevadmess**

**Ravimid ja nende  
kättesaadavus**

**Tõeline töökoer**

- 3 **SIIRI OVIIR**  
Austatud lugeja!
- 4 **KARIN HANGA**  
Kevadmess
- 7 **EHA LEPIK**  
Ühisseminar disaineritega
- 8 **MARIANNE KUZEMTSENKO**  
PECS-metoodika seminar
- 11 **SENTA MICHELSON**  
Tartumaa Puuetega Inimeste Koja huvitav projekt
- 14 **LEMME PALMET**  
Kas erivajadusega inimesel on Eestis raske tööd leida?
- 15 **RAUNO PUKONEN**  
Ravimid tervishoius
- 17 **PIRET SELL**  
Ravimite kättesaadavuse barjäärid
- 19 **PIRET SELL**  
Luuhõrenemine, patsient ja uuring
- 22 Veelkord universaalsest disainist
- 24 **TAUNO ASUJA**  
Tallinna Puuetega Inimeste Koja  
10. aastapäeva konverents
- 29 Tõeline töökoer

## TOIMETUS

Toompuiestee 10  
10137 Tallinn  
epikoda@epikoda.ee  
Tel 6616629

Peatoimetaja  
Eha Leppik, 5543180,  
eha.leppik@mail.ee  
Toimetaja  
Aive Sarjas, 5079962,  
aivesarjas@hotmail.ee  
Keeletoimetaja  
Juhan Nurme, nurme@hotmail.ee  
Kujundus ja küljendus  
Egon Erkmann, 6412528

Kaane fotod Aive Sarjas

Toimetusel on õigus  
kaastöid lühendada  
ja toimetada.

Sinuga väljaandja on  
MTÜ Eesti Puuetega  
Inimeste Koda.

Sinuga ilmub 3-4 korda aastas.



*Eesti Puuetega Inimeste Koda*

*www.epikoda.ee*

# Austatud lugeja!

Kohe-kohe on Eestimaa kevad asendumas suvega. Meie siin Eestimaal ootame suve, et saaksime keerata näo päikese poole ja lasta soojadel kiirtel end paitada. Päikese ees oleme kõik võrdsed, olgu me suured või väikesed, loomult tagasihoidlikud või esilekippuvad. Päikese ees on meie võimalused võrdsed.

Euroopa Liit on nimetanud 2007. aasta võrdsete võimaluste aastaks. ÜRO võttis vastu "Puuetega inimeste võrdsete õiguste konventsiooni ja avas selle kevade esimestel päevadel riikidele allkirjutamiseks. Kõik Euroopa Liidu liikmesriigid on nõustunud konventsiooni sätetega ja enamik liikmesriikidest on poolehoidu ka allkirjadega kinnitanud. Euroopa Liidu liikmesriigid on endile teadvustanud, et puuetega inimeste probleemidele tähelepanu pööramine ei saa jääda pinnaliseks, sestap lepitati protokollilisel tasandil kokku ka konventsiooni järgimiseks järelevalveorgani moodustamine. Esimese praktilise sammuna võtavad liikmesriigid, kes seda veel teinud ei ole, vastu seaduse, kuhu on koondatud kõik ÜRO konventsiooni täitmiseks

vajalikud õigusnormid. Pikemalt põhjendamatagi on selge, et õigusselguse mõttes on selline lähenemine ainuõige. Ja otse loomulikult kergendab see õiguste ja kohustuste teadvustumist nende inimeste hulgas, kellele see seadus on suunatud. Loodan, et ka Eesti seadusandja peab sellist lähenemist õigeks.

Euroopa parlamendi aruteludes ja dokumentides on olnud olulisteks märksõnadeks jätkusuutliku inimarengu mõtestamisel ligipääsetavus, valik ja usaldus. Juurdepääs informatsioonile loob kõigile uusi võimalusi iseseisvate otsuste tegemiseks ja annab valikuvõimaluse. Usaldus on aga otseselt seotus avatuse ja informeeritusega. Sealjuures on võtmesõnad sotsiaalse tõrjutuse minimeerimine ja ühiskonna sidususe suurendamine. Võrdsete võimaluste loomiseks ühiskonnas peame hoidma ukSED lahti kõigile.

Soovin lugejatele meeldivat võrdsete võimaluste aastat ja just sellist aastat, mille kalendrilisel lõppemisel oleksime rahulolevad, sest suur samm võrdsete võimaluste loomise teel sai astunud.



**SIIRI OVIIR**

*Teie saadik Euroopa parlamendis*





Triin Vana ja Karin Hanga.

# *Kevadmess*

23. mail toimus Eesti Puuetega Inimeste Kojas puudetemaatiline kevadmess pealkirjaga „Puudega inimeste kaasamine ühiskonna ellu selleks sobivaid tingimusi luues”. Kevadmessi korraldajad olid sellel aastal Tallinna Sotsiaaltöö Keskus, Eesti Puuetega Inimeste Koda, Sotsiaalministeerium ja Eesti Akadeemilise Sotsiaalturva Ühing.

## **KARIN HANGA**

*EPIK tegevjuht*

Kevadmessiga jätkasime iga kahe aasta järel toimuva rehabilitatsioonimessi tava. Tänavune mess oli arvult kuues ja keskendus nagu eelmistelgi aastatel puudetemaatika tutvustamisele.

Messi eesmärgiks oli teavitada huvilisi uutest suundadest abivahendite ja rehabilitatsiooniteenuse valdkonnas, tutvustada

puudetemaatikaga seonduvate poliitikate ja projektide arenguid ning anda teavet puudega inimeste ja nende perede ootustest, et luua paremad tingimused puudega inimeste kaasamiseks ühiskonna ellu.

Messil osalesid kohalike omavalitsuste ja hoolekandetasutuste esindajad, sotsiaaltöötajad, rehabilitatsiooniteenuse osutajad ja abivahendite firmad, samuti puudega inimesed ja nende organisatsioonide esindajad.

Osalejaid tervitasid korraldajate nimel Eesti Puuetega Inimeste Koja eestseisja Helve Luik ning Tallinna Sotsiaaltöö Keskuse direktor Kersti Põldemaa, kes tänasid kõiki osavõtjaid ja avaldasid lootust, et messi traditsioon ei katke, hoolimata igapäevast suurest infotulvast ning inimeste kiirest elutempost.

Päev oli sisustatud huvitavate ettekannetega. Monika Sarapuu sotsiaalministeeriumi hoolekandeosakonnast tutvustas ÜRO puuetega inimeste õiguste konventsiooni, mis valmis 2006. aasta detsembris ja mille ratifitseerimine on plaanis ka Eesti Vabariigis. Hoolekandeosakonna juhataja Sirlis Sõmeri ettekanne keskendus rehabilitatsiooniteenuse arengute tutvustamisele – millised lahendused on välja pakutud tänaste probleemide ületamiseks, kuidas osutada rehabilitatsiooniteenust nii, et see täidaks eesmärgi, mis teenusele on seatud, ning vastaks



Messi külastas ka sotsiaalminister Maret Maripuu.

paremini puuetega inimeste vajadustele.

Triin Vana Tallinna Vaimse Tervise Keskusest rääkis puudespetsiifilisest rehabilitatsioonist – millised on rehabiliteerivad tegevused, teenused ja programmid ning milliseid programme soovivad puuetega inimeste liidud. Külli Roht afaasialiidust täiendas eelmist ettekannet ja andis ülevaate, missuguseid programme ja tegevusi viiakse läbi afaasiaga inimeste taastuskodus Pesarimaja. Paralleelselt ettekannetega töötas abivahendite töötuba Genadi Vaheri juhendamisel.

Peale lõunat rääkis Monika Koppel Pärnu Erivajadusega Inimeste Rehabilitatsioonikeskusest, ning keskuses teenuste osutamise võimalustest. Kõlama jäi mõte, et kõige olulisem on taastada puudega inimeses eneseusk, ilma milleta on väga raske puude-

ga inimest aidata. Kõik saab alguse iseendast. Igapäevase töö käigus jõuti Pärnus tõdemuseni – mida tublim ja tugevam on abistaja, seda suuremaks kasvab puudega inimese abivajadus.

Hille Maas abivahendikeskusest Invaru tegi ettekande Invaru uuest nõustamisteenusest, kus spetsialistid hindavad abivahendi vajadust kodus ja soovivad häid lahendusi. Kaia Kaldvee Ida-Viru Puuetega Inimeste Koja andis ülevaate puuetega inimeste organisatsioonide võimalustest teenuste osutamisel ning tõi välja ka valpunktid, millega on seni kokku puutunud – rahastamise ebaühtlus, bürokraatia jm, aga ka rõõmsama poole – omavalitsused tahavad abi osutada ja mõistavad abivajadust.

Päeva lõpetasid ettekanded puudega lastest. Eesti Autis-



Abivahendite töötuba juhatas Genadi Vaher.

miühingu esindaja Marianne Kuzemtšenko rääkis autismist ja sellest, kuidas on oma elu korraldanud pere, kus kasvab autismihaige laps. Kõigil meil on väiksemad ja suuremad erivajadused. Me kõik vajame hoolt, armastust ja kuuluvustunnet, kuigi vahel ei oska me oma vajadusi väljendada teistele arusaadaval viisil. Puudega lapse (sh autismiga lapse) vajaduste mõistmine võib olla veelgi raskem, kuid seda tublimad on emad, kes on osanud oma lastele pakkuda just seda, mida nad kõige enam vajavad.

Alar Saar, Tallinna Vanalinna Hariduskollegiumi Põ-

hikooli juhataja, tõi haridussüsteemi esindajana välja, et tähtis ei ole niivõrd õppekava järgmine ja lapse arendamine, kuivõrd arenemiseks soodsate tingimuste loomine, lapse individuaalsuse arvestamine ja tema tugevate külgede toetamine. Mitte kõik koolid ei ole oma õppetegevust nendest punktidest ajendatuna korraldanud ja küllalt on näiteid, kus andekast lapsest kujuneb koolis välja tavapärase keskmise. Vanalinna hariduskollegium on andnud parima, et kõikidel lastel oleks koolis hea olla ja et nendega tegeletakse ka siis, kui koolitöö on lõppenud. Alar Saar märkis, et väljendid

usk, lootus ja armastus võivad küll tänapäevases maailmas olla devalveerunud, kuid tegelikult on need perekonna ja inimeste vaheliste heade suhete toimimise aluseks ja annavad ka lapsele eneseusu.

Messi üldine foon oli positiivne ja päeva lõpus oli näha osalejate säravaid silmi, hoolimata sellest et iga ettekandne oleks väärinud rohkem aega, pikemat arendust.

Messi korraldajate nimel tahaksin veel kord tänada kõiki sõnavõtjaid, messil osalejaid ja toodete tutvustajaid ning loodan, et kohtume järgmistel üritustel – seminaridel, teabepäevadel ja kindlasti rehabilitatsioonimesil.



# Ühisseminar disaineritega

22. mail toimus Eesti Disainerite Liidu (esinaine Ilona Gurjanova) ja Eesti Puuetega Inimeste Koja (juhatuse esimees Helve Luik) initsiatiivil ühisseminar teemal „Puuetega inimeste elukvaliteedi parandamine disaini abil”. Seminaril esinesid ettekannetega EIDD president Finn Petren ja viitsepresident Pete Kercher.

## EHA LEPPIK

### EPIK peaspetsialist

Koostöös disainerite, inseneride ja arhitektidega on võimalik muuta eakate ja puuetega inimeste elu kvaliteetsemaks. EIDD Instituut (*The European Institute for Design and Disability*) avaldas soovi kutsuda Eesti Vabariik ühinema *DESIGN FOR ALL EUROPE* võrgustikuga, et disaini abil muuta elamiskeskond elamisväärseks igas Euroopa Liidu riigis. EIDD-l on 12 ametlikku liikmesmaad ning koostööpartnereid pea igas riigis. EIDD korraldab aastakonverentse, jagab praktilisi nõuandeid, teeb koostööd arhitektuuri, transpordi, hariduse, kultuuri ja turismi vallas.

Seminari avamisel ütles meie sotsiaalminister Maret Maripuu: „Võrreldes enam arenenud Euroopa riikidega on Eesti tänavapildis vähem eakaid ning puuetega inimesi. Iseenesest mõistetavaks järelduseks peaks olema, et meie rahvastikus on lihtsalt rohkem noori kui eakaid

ning vähem puuetega inimesi. Aga me teame, et see ei ole sugugi nii ja tegelikult põhjuseks on asjaolu, et meie linnaruum ei vasta nende inimeste vajadustele, kel raske liikuda, ning meil napib puuetega inimeste elu hõlbustavaid ergonomilisi abivahendeid. 20. sajandil aastakümneid valitsenud režiimile oli omane, et puuetega inimesed pidid jääma varju – see oli selle aja märk. Me mõistame, et uuel ajal peavad olema uued märgid ja suhtumised ja siin on meil veel piisavalt ruumi olukorda parandada.“

2006. aastal sotsiaalministeeriumi poolt läbi viidud puuetega inimeste toimetuleku ja vajaduste uuringust selgus, et 16-74 aastastest küsitluteest oli 82% pidanud piirama oma vaba aja tegevusi või nendest täielikult loobuma. Kui tööeliste valikuid ja võimalusi ahendas rohkem raha ning sobivate võimaluste puudumine meelisharrastusteks, siis pensioniealised kurtsid, et kodust välja minnek ning millegi tegemine on liialt suur ettevõtmine ning

liikumine ja juurdepääs asutustele on raske.

Riigiinstitutsioonid üksinda ei suuda ega peagi reguleerida kõiki eluvaldkondi. Me vajame abi aktiivselt toimivalt kodanikuühiskonnalt, kes erinevate sihtgruppide iseärasusi ja vajadusi teades ja tunnetades juhivad tähelepanu olulistele probleemidele ning teevad ettepanekuid – kuidas edasi. Täna on see päev, mil on rõõm tõdeda, et Euroopa Puuetega Inimeste ja Disaini Instituut kutsub meid *DESIGN FOR ALL EUROPE* võrgustikku ning koostöös Eesti Disainerite Liidu ja Eesti Puuetega Inimeste Kojaga see seminar ka toimub.

Näen selles koostöös võitjana puuetega inimesi ja ka eakaid, kelle elukvaliteet paraneb, ning ka disainereid, arhitekte, teadlasi ja riigitöötajaid, kes leiavad seeläbi endale loova väljundi, mis peegeldab sotsiaalset vastutustundlikkust. Kokku võttes võidab kogu ühiskond, sest me toome aktiivsesse ühiskondlikku ellu tagasi need, kes vastu oma tahtmist on pidanud olema kõrvaltvaatajad.

Soren Kierkegaard on öelnud: „Julgeda – tähendab kaotada mingiks ajaks jalgealune. Mitte julgeda – tähendab kaotada elu.”

# PECS-metoodika seminar

3. märtsil 2007 korraldas Eesti Autismiühing koostöös Soome Instituudi Tartu osakonnaga seminari, millel esinesid kolm kõneterapeuti Soomest. Seminari teemaks oli PECS ehk *Picture Exchange Communication System* ja suhtlemisoskuse õpetamine autismiga lastele. Kõneterapeutid Hannele Tanskanen, Emilia Nivarpää-Hukki ja Sanna Tarpila on töötanud autismiga lastega Helsingis üle kümne aasta. PECS-meetodit on nad õppinud Ameerika Ühendriikides ja Inglismaal.



**MARIANNE  
KUZEMTŠENKO**  
*Eesti Autismiühingu  
juhatuse esimees*

Seminaril osalesid eripedaagoogid koolidest, logopeedid ja lapsevanemad üle terve Eesti. Vajadus taolise seminari järele oli suur ning paraku ei jätkunud kõigile soovijaile seminarile kohti. Seminar oli praktilise kallakuga: alustati ülevaatega teoreetilisest osast, jätkati näitamisega, kuidas tööd läbi viia. Seminari lõpul vaadati filmi, kuidas konkreetse lapsega tööd tehakse. Seminaril osalejad kiitsid just seda, et esinejaid

oli mitu ning nähti õpetajatepoolset tegevust. Paljudel nägudel paistis äratundmisrõõm, et autismiga lastele suhtlemise õpetamisel on nad kasutanud samu meetodeid. Positiivseks hinnati ka seda, et lektorid rääkisid tehtud vigadest ja õpetasid, kuidas neid vältida.

Seminari organiseerisime koos Soome Instituudi Tartu osakonna töötajaga. Järvi Lipasti eestindas ka ettekanete materjalid ja oli üks seminari tõlkidest. Loodame, et meeldiv koostöö jätkub ka edaspidi.

## Ülevaade PECS-meetodist

PECS-meetodi (*Picture Exchange Communication System*) lõi kõneterapeut Lori Frost ja psühholoog Andrew Bondy 1985. aastal. See on unikaalne alternatiivne treeningumeetod, mis õpetab autismiga lapsi ja täiskasvanuid ning teiste kommunikatsioonihäiretega inimesi suhtlema. Esimest korda kasutati seda Delaware autismiprogrammis ning praeguseks on meetod levinud üle maailma.

PECS on osa terviklikust õpetamismetoodikast (*Pyramid Approach to Education*) ja see järgib lapse normaalse



keelelise arengu kulgu, kus suhtlemise areng eeldab kõne ja keele arengut.

PECS ei nõua kalleid või keerulisi vahendeid ning meetod loodi silmas pidades õpetajaid, hooldajaid ja perekonda ning on seetõttu kergesti kasutatav erinevates olukordades. PECS-i on võimalik kiiresti omandada. Meetod põhineb isiku aktiivsusel ja tegutsemisel.

Harjutamisvõimalusi pakuvad tavalised argiolukorrad, kus uusi asju õpitakse asjakohaste seoste kaudu ja loomuliku suhtlemise käigus. On selgunud, et kommunikatsioonioskuste paranemine vähendab ka probleemset käitumist.

Suhtlemise õpetamine PECS-meetodiga koosneb kuuest järgust, millele eelneb tutvumine pereliikmetega ja teiste lähedastega, lapse jälgimine erinevates olukordades ja motivaatorite hindamine.

1. etapis õpitakse kasutama pilte soovitud eseme saamiseks. Kindlasti on selles etapis vajalik kahe õpetaja koostöö; õpitakse, kuidas suhelda.

2. etapis õpetatakse vahe-maad suurendama ja järjekindlust soovitu küsimisel. Õpetaja otsustab, kas on vaja vähendada üleliigseid vihjeid (pilk, keha asend, liialdatud žestid, keskkonna vihjed).

3. etapis õpetatakse kasutama ühe soovitava eseme erinevaid pilte, samuti suhtlema erinevate inimestega (mitte ainult ühe õpetajaga), samu-



Eesti Autismiühing loodi 1. juunil 1991 Tartus. Asutajateks oli kaheksa inimest, peamiselt autistlike laste vanemad. Alguses käidi lihtsalt koos ja vesteldi, sest tollal ei pakutud mingisugust psühholoogilist abi ning vanematel oli vaja kellegagi oma probleemidest rääkida. Samuti loeti ja tõlgiti igasuguseid kättesaadud materjale, et end veidigi autismi alal harida.

Esimesed seminarid, mis korraldati, olid üsna akadeemilist laadi, põhiliselt käsitleti meditsiinilisi aspekte, hiljem lisanvaldkonnaks neil seminaridel oli autismiga laste rehabilitatsioon, ning muu maailma kogemused autismiga laste õpetamisel ja rehabiliteerimisel. Aja jooksul lisandusid ka klubilised üritused. Sealt sai alguse üks Eesti Autismiühingu praeguseni jätkuv traditsioon – laste jõulupidu, mis toimus tihedas koostöös tollase Tartu Lasteteatriga.

Tihedad kontaktid analoogiliste välismaiste ühingute ja spetsialistidega tõid kaasa mitmete spetsialistide väljaõppe ja täiendkoolituse võimaluse, eeskätt Rootsis.

Tänu Zonta Klubile sai teoks Legoteeki rajamine Tartu Psühhiaatriakliiniku juurde. Zontalased annetasid õppevahendeid ja ka abistasid igati, samuti annetati Eesti Autismiühingule autismialane raamatukogu ja õppevideod.

Eesti Autismiühingu algatusel ja kaasabil sai loodud autismiga laste erirühm Tartu lastepäevakodusse Meelespea. Praegu töötab rühm Tartu Lastepäevakodus "Nukitsamees".

Samuti avati esimesed autismiga laste klassid Tartu Herbert Masingu Koolis, mis on tänaseni jäänud vabariigis ka ainsaks tavakooliks, kus on autismiga laste eriklassid.

Tihedad sidemed on erinevate katusorganisatsioonidega: algul Tartu Puuetega Inimeste Kojaga, seejärel Eesti Puuetega Inimeste Kojaga. Samuti jätkuvad kontaktid üleeuroopalise autismiorganisatsiooniga Autism-Europe, ning ülemaailmse organisatsiooniga Autism World Organization.

ti suurendama vahemaad.

4. etapis on eesmärgiks õpetada lihtsate lausete kasutamist omaalgatuslikuks palumiseks. Õpilane õpib lauseid kasutama erinevates olukordades, erinevate asjade palumiseks erinevatelt inimestelt erinevates kohtades. Kõnet selles etapis ei nõuta, aga kõnelemise eest õpilast premeeritakse.

5. etapis õpib õpilane vastama küsimusele “Mida sa soovid?” spontaanselt, paludes soovitud asja. Samuti õpitakse põhisõnale lisama täiendavaid (värv, suurus, kuju jms), mõistepaare (nt suur – väike, pikk – lühike) ning õpetatakse kolmesõnalise lause moodustamist lauseribale.

6. etapi eesmärk on õpetada õpilane asjakohaselt paluma ja kommenteerima lauseriba abil. Selles etapis suudab õpilane suhelda erinevates keskkondades, ta õpib kommenteerima aistingute kaudu saadud infot. Sellesse etappi ei jõua küll kõik õpilased, aga selleks peab andma neile võimaluse.

PECS-meetodi kasutamisel on igas etapis olulise tähtsusega õpitu laiendamine (uued inimesed, teine koht ja aeg). Kindlasti peab jätma õpilase päevakavasse ka vaba aega, sest keegi ei ole võimeline õppima terve päev järjest. Õpetatakse ütlema “ei” ja seda aktiivselt kasutama. Tähtis osa õpetamisel on motivat-

sioonil, mis võib õpilasiti erineda.

Igal õpilasel on isiklik pildivihik, kuhu pildid valitakse vastavalt õpilase võimele nendest aru saada. Piltide tähtsus suhtlemise õpetamisel on äärmiselt suur, pilte ei tohi kunagi õpilase pildivalikust ära võtta. Millal õpilane läheb üle piltidelt kõnele, on õpilase enese otsustada. Küll aga peaksid õpilase sõnavara ja pildi sõnavara olema ühesuurused, laused sama pikad ja kõne arusaadavus juhuslikule kuulajale 70%.

Põhjalikumalt saab PECS-meetodist lugeda PECS-kodulehelt: <http://www.pecs.com/>

Kõneterapeudid Hannele Tanskanen, Emilia Nivarpää-Hukki ja Sanna Tarpila.



# Tartumaa Puuetega Inimeste Koja huvitav projekt

## SENTA MICHELSON

*Tartu PIK tegevjuht,  
projektijuht*

Tartu Puuetega Inimeste Koja projekti „Toetava poli-funktsionaalse hooldusteenuse arendamine tööhõive tõhustamise eesmärgil” rahastab Euroopa Liidu algatus EQUAL. Teenuse vajalikkus sai selgeks aastate jooksul: meile helistasid pered ja palusid abi usaldusväärse inimese leidmisel, kes tuleks koju ja abistaks puudega last või vanurit, et pereliikmed saaksid pisutki hinge tõmmata. Mitmekülgse hooldusteenuse vajalikkust on kinnitanud ka Tartu linnas läbi viidud küsitlus peredes, kus on hooldatav puudega laps või täiskasvanu. Olime üllatunud, et pea igas teises peres leidis keegi, kes vajas tööl käivate pereliikmete hooldust.

See projekt kohustas leidma ka partnereid. 2005. aasta jaanuarist kuni maikuuni tegelesime põhiliselt välispartnerite otsimisega ja meeskonna tööle rakendamise-ga. Meie Eesti partneriks sai SA Eesti Agrenska Fond, kellega

meid seovad juba pikaajalised koostöösidemed. Oleme koos läbi viinud mitu ühisprojekti. SA Eesti Agrenska Fond rajab Tartu valda Tammistusse perekeskust. Lisaks sellele on ta mitu aastat tegeldud suviste laagrite korraldamisega puuetega lastele, et pakkuda puhkust nende laste vanematele ja pereliikmetele. Välispartneriteks olid meil lätlased (*Palliative care centre for Children*), inglased (*Carers UK*), itaallased (*A.R.C.O. associazione per la ricerca intervento*) ja hollandlased (*Qidos and LOT the Dutch Carers Association*). Meie Läti partnerid tegelevad haigete laste ja nende perede nõustamisega ja abistamisega. Inglise töötavad selle nimel, et teavitada ühiskonda hoolduskohustusega perede probleemidest ja mõjutada seeläbi poliitikutest seadusandjaid tegema positiivseid otsuseid võrdsete võimaluste tagamiseks nendele peredele. Hollandi partnerid esindavad tööandjaid, kes püüavad selgitada hooldusvajadusega perede muresid ja probleeme, et mõjutada tööandjate suhtu-

mist ja leida uusi töövõimalusi inimestele, kellel on kohustus hoolitseda kodus haige või puudega pereliikme eest. Olgu selleks siis firma poolt võimaldatud osaline tööaeg, sobivam töögraafik vm. Itaalia partnerid tegelevad immigrantidega, kes on saabunud Ida-Euroopast. Tih-tipeale töötavad need inimesed mitteametlikult (koduabilised, hooldajad hoolduskohustusega peres) ja satuvad sageli kuritegelike rühmituste mõju alla (prostitutsioon, narkomaania).

Meie partnerid olid nõus võõrustama ka eestipoolseid projektis osalejaid, kuid mõistagi ainult piiratud arvu inimesi. Seetõttu otsustasime, et kõige ausam on lasta otsustada loosil, kes kuhu sõidab. Fortuunaks sai allakirjutanu. Valida oli nelja partnerriigi vahel. Üsna viimasel hetkel loobus meid võõrustamast Holland. Õnneks olid itaallased kohe lahkesti nõus vastu võtma Hollandi sõidule planeeritud rahva ja nii ei pidanud keegi kurvastama.

Mida me siis nägime ja kuulsime? Lätlastega koos





viisime läbi rahvusvahelise konverentsi, kus iga riik andis ülevaate oma projekti käigust. Konverentsi lõpus toimus töö rühmades, kus osalejad said rääkida ja mõelda, missugused on hooldustöö parema korraldamise võimalused nende koduriigis. Küllastasime sotsiaaltööga tegelevaid MTÜ-sid: omanäolist eripedagoogide poolt loodud perekeskust, kus nõustati puuetega laste peresid, võeti hoida ja õpetati lapsi. Küllastasime laste turvakodu ja varjupaika. Riia on kaunis linn. Elasime südalinna viietärnihotellis, kus meie ratastoolis ja raske liikumispuudega inimesed tundsid end täiesti iseisivate ja sõltumatutena.

Inglismaa tekitas kahtlemata kõige suuremat elevust ja ootust. Inglased olid meie

külaskäiguks põhjalikult ette valmistunud ja püüdsid nädala jooksul näidata meile oma maad tervikuna. Saime põgusalt tutvuda ka Londoni vaatamisväärsustega ja küllastada printsess Diana memoriaali. Edasi jätkus 700 kilomeetrit pikk reis Walesi, kus ühel päeval jälgisime parlamendi tööd. Väga põnev oli ministrite vastamine arupärimistele. Kohtusime erinevate poliitiliste erakondade esindajatega. Mõistagi oli jututeemaks puuetega inimestele võrdsete võimaluste loomine. Päev lõppes õhtusöögiga, millel osales ka Walesi peaminister. See päev õpetas, kuidas teha lobitööd ja mõjutada poliitiku otsuste tegemisel. Teisel päeval küllastasime huvitavat küla, kus elasid puudega inimesed. Nad

olid sinna rajanud botaanikaiaia, kohviku, kaupluse ning majandasid end ise. Küla oli turismiobjekt. Kauplusest sai osta puuetega inimeste valmistatud moosi ja sissetehtud seeni. Käisime ka ettevõttes, kus puudega inimesed restaureerisid annetatud mööblit, et seda edasi müüa. Kolmandal päeval olime külas MTÜ-l, kes 18 aastat oli osutanud peredele samasugust hooldeteenust, nagu meie tahame projekti lõppedes käivitada. Seal saime vajalikke nõuandeid.

Põhja-Itaalias Cesenas viibisime oktoobri lõpus. Millegipärast oli meil kõigil ettekujutus, et Itaalias on ilmad palju soojemad kui Eestimaal. Kohale jõudes tabas meid paras šokk, kui selgus, et hotellis pole kütet ja hom-

mikul oli lompidel jää. Kütet hoitakse Itaalias üldse kokku ja maju köetakse päevas vaid mõni tund. Õnneks soojendas päike jää lompidelt ja päeval tundsime end suveriietes päris mugavalt. Väga kaunis oli vaadata vilju täis apelsini-, sidruni- ja virsikupuid. Samas saime teada, et kahjuks kasvavad kõik puuviljad suurte magistraalide ja raudteede ääres. Nii mõnedki meie hulgast leidsid, et nad ei osta mitte kunagi enam Itaalia puuvilju. Mis meile Itaaliast eriti meelde jäi? Kindlasti see, et itaallased austavad ja armastavad väga perekonda ja vanu inimesi. Eakate tarvis on asutatud palju MTÜ-sid, mille liikmed toovad vanainimesele ravimid koju, viivad ta autoga poodi, aitavad ostude tegemisel ja toovad koos kaubaga koju tagasi. On organisatsioon, mille liikmed käivad eakatega lihtsalt jalutamas ja juttu vestmas. Eriline oli ka rehabilitatsioonikeskus, kuhu olid koondatud autoavariis viga saanud ja omaksed kaotanud inimesed. Need inimesed elasid seal ja käisid tööl. Samas osutati neile rehabilitatsiooniteenust. Koos olid sama saatusega inimesed, kes üksteist vaimselt toetasid. Küllastasime ka sügava puudega laste päevakeskust, kus jälgisime arendavaid tunde ja elasime kaasa nukuteatri etendusele. Etendusest võtsid lisaks lastele osa ka päevakeskuse töötajad.

Kõik reisirid olid toredad ja

huvitavad. Nähtu põhjal võin kinnitada, et ligipääsetavus on Eestis heal tasemel. Neil, kes arvavad, et see nii pole, soovitan minna Londoni metroosse. Seal on raske hakka-ma saada ka päris tervete jalgadega inimesel. Sama kogeb Inglismaa ja Itaalia hotellides, kus juba kerge ülekaalu korral tekivad raskused duširuumi ja WC-sse pääsemisel.

Oleme väga tänulikud oma partneritele, kelle saavutused näitasid meile, et oleme õigel teel. Samas saime ideid uute teenuste käivitamiseks.

2005. augustist kuni veebruarini 2006 toimus aktiivne koolitusprogrammi koostamine. Otsustasime seda teha ise selle tõttu, et lähtuda rohkem praktilistest vajadustest, mitte teoreetilistest seisukohtadest. Kaasasime protsessi sihtrühma liikmed, teenuse tegelikud tarbijad. Nii osalesidki koostamises puuetega inimeste organisatsioonide esindajad. Ilmselt tänu sellele ei tekkinud erilist vajadust muudatuste tegemiseks koolituse ajal. Lisaks sihtrühmale osalesid programmi koostamises spetsialistid: eripedagoogid, arstid, sotsiaaltöötajad. Tahaks tänada prof Tiina Talvikut, dr Tiina Stelmachi ja erpedagoog Hene Binsolit. Programm hõlmas 240+40 tundi. Suure osa programmist (80 tundi) pühendasime psühholoogiale ja eripsühholoogiale. Kursuslased said ettekujutuse oma võimevusest, õpitavast erialast ja sobivusest sellele tööle. Tänan

südamest nii korraldajate kui kursuslaste nimel dr Helgi Toomsalu ja psühholoog Anne Uibot. Programmi ülejäänud tundides käsitleti puude liike, lapsea puudeid ja arenguvajadusi, haigete põetamist, ergonoomikat, esmaabi, abivahendeid, kodumajandust (koristamine, toiduvalmistamine), seadusi ja asjaajamist, tehnilisi vahendeid, muusikateraapiat, koduvõimlemist ja massaaži aluseid. Lisaks teooriale andsime õppuritele võimaluse rakendada teadmisi praktikas. Praktikakohtadeks olid lasteaed Pääsupesa, Tartu Maarja Kool, Viljandi Lasteabi Keskus, Haapsalu Neuroloogiline Rehabilitatsioonikeskus, Saaremaa sotsiaalkeskused ja hooldekodud ning loomulikult pered. Paljudes peredes muutusid meie kursuslased nii omadeks, et neid võeti kui pereliikmeid ja nad olid väga oodatud. Tänan kõiki asutusi ja peresid meeldiva ja sooja suhtumise eest.

Kursus lõppes möödunud aasta detsembris. Selle lõpetas 14 tublit naist, kes oma põhitöö kõrvalt leidsid kaheksa kuu jooksul aega uute oskuste omandamiseks. On selge, et pered, kes sellist abi vajavad, ei ole võimelised teenuse eest täies mahus maksma. Käesoleval aastal jätkame võimaluste otsimist teenuse käivitamiseks. Teame, et iga algus on raske, kuid anname endast parima.

# Kas erivajadusega inimesel on Eestis raske tööd leida?

Küsimusele, kas erivajadusega inimesel on Eestis raske tööd leida vastavad inimesed mitmeti. On neid, kes ütlevad, et tööd leida on puudega inimesel väga raske, ja on neid, kes väidavad, et see pole sugugi raske ja et kõik sõltub inimesest endast. Eks õigus ole mõlemal.

## LEMME PALMET

*Tööturuameti peaspetsialist*

Selleks et erivajadustega inimestel oleks kergem Eestis tööle asuda, pakub tööturuamet nelja teenust. Teenuseid on õigus kasutada neil, kellele on määratud puue, töövõimetus või koostatud rehabilitatsiooniplaan ning kes on tööturuametis end töötuna registreerinud. Teenuste saamiseks ei pea inimene olema töötuna pikemat aega arvel.

### Tööturuteenused puuetega inimestele:

- *tööruumide ja vahendite kohandamine;*

Kui inimene leiab iseseisvalt või koostöös tööturuametiga endale sobiva töökoha, kuid ettevõtte tööruumid või vahendid ei vasta täielikult inimese erivajadustele, on tööturuametil võimalik osaliselt kompenseerida kohandamisega seotud kulusid. Kohandaja otsib tööandja ise, kellele hiljem kompenseeritakse kulusid kuni 50% ulatuses, kuid käesoleval aastal mitte rohkem kui 30 000 kr.

- *töötamiseks vajaliku tehnilise abivahendiga varustamine;*

Töötamiseks vajalik tehniline abivahend antakse tasuta kasutamiseks tingimusel, et abivahend jääb tööturuameti omandusse, mille tõttu tööandja ega töötaja ei maksa selle eest midagi.

Oluline on, et abivahend oleks vajalik just puudest tulenevalt ja soodustaks konkreetset ametikohal töötamist (nt Braille punktkirja rida pimedale arvutiga töötamiseks). Abivahend antakse tasuta kasutada kolmeks aastaks. Seni on kõige sagedamini soetatud abivahendeid nägemispuuetega inimestele, kuna neile pakutakse Eestis suures valikus abivahendeid.

- *tugiisikuga töötamine;*

Kuna mõningatel juhtudel vajab erivajadusega inimene kõige enam teise inimese abi, siis pakub tööturuamet ka tugiisikuga töötamise teenust. Tugiisikuks võib olla nii kolleeg samast ettevõttest kui ka inimene väljastpoolt ettevõtet. Tugiisikule makstakse teenuse osutamise eest

tasu kuni ühe aasta jooksul, kusjuures juhendamine võib ulatuda esimesel kuul kaheksa tunnini, teisel kuul nelja tunnini ja 3.–12. kuuni kahe tunnini tööpäevas.

### Erivajadustega inimesed on võimelised töötama mitmes valdkonnas

Tugiisiku teenusega on puuetega inimesed läinud lihttöösteks tootmisettevõtetesse, puhastusteenindajateks, raamatupidajateks, köögi abitöösteks, pagariabideks, taluabilisteks, õmblejateks, ehitusabitöösteks, kojameesteks, müüjateks, sekretärideks, andmesisestajaks jne.

- *tööintervjuu abistamine;*

Kui inimene vajab tööintervjuu käigus tööandjaga suhtlemisel tuge, siis pakub seda tööturuameti konsultant või tööturuameti poolt leitud abiline. Konsultant tekitab vajadusel ka viipekeele tõlgi. Kõik teenusega seotud kulud (teenuse maksumus, transpordikulu) katab tööturuamet.

Lisaks on puudega inimesel õigus saada kõiki muid tööturuteenuseid, nt tööturukoolitust, tööpraktikat, tööharjutust jne.

Lisainfot leiab tööturuameti kodulehelt [www.tta.ee](http://www.tta.ee)



# Ravimid tervishoius

Nii käsümüügi- kui ka retseptiravimitel on tervishoius oluline osa. Ravimid hoiavad haigusi ära, ravivad, kergendavad haiguse kulgu ning parandavad inimeste elukvaliteeti. Ravimite positiivne toime avaldub indiviidi tasemel ja ka rahvastiku tervisenäitajates tervikuna. USA majandusuuringute rahvuslik büroo uuris 52 riigis aastatel 1986–2000 uute ravimite kasutuselevõtu mõju rahvastiku tervisele. Leiti, et keskmine eluiga pikenes nendes riikides antud ajavahemikul 2 aasta võrra ning et 40% ulatuses toimus see tänu uutele ravimitele. Alates 1990. aastate keskpaigast on suremus HIV/AIDS-i ravimite tõttu vähenenud 70%. Ilma kõrgvererõhutõve ravimiteta oleks ainuüksi USA-s aastatel 1999–2000 surnud vähemalt 86 000 inimest enam. 2003. aastal vähenes esmakordselt 70 aasta jooksul vähki surnud inimeste arv.

Ravimiarenduse ülesanne ongi leida ravimite näol uusi lahendusi inimese tervise parandamiseks. Võimalused luua tõhusaid ja ohutuid ravimeid on viimaste aastatega kõvasti avardunud. Teaduse ja tehnoloogia areng on kümne aastaga põhjalikult muutnud ravimite avastamise ja tootmise meetodeid. Samal ajal on paranenud teadmised haiguste geneetilistest ja mo-



**RAUNO PUKONEN**  
*Ravimitootjate Liidu  
juhatuse esimees*

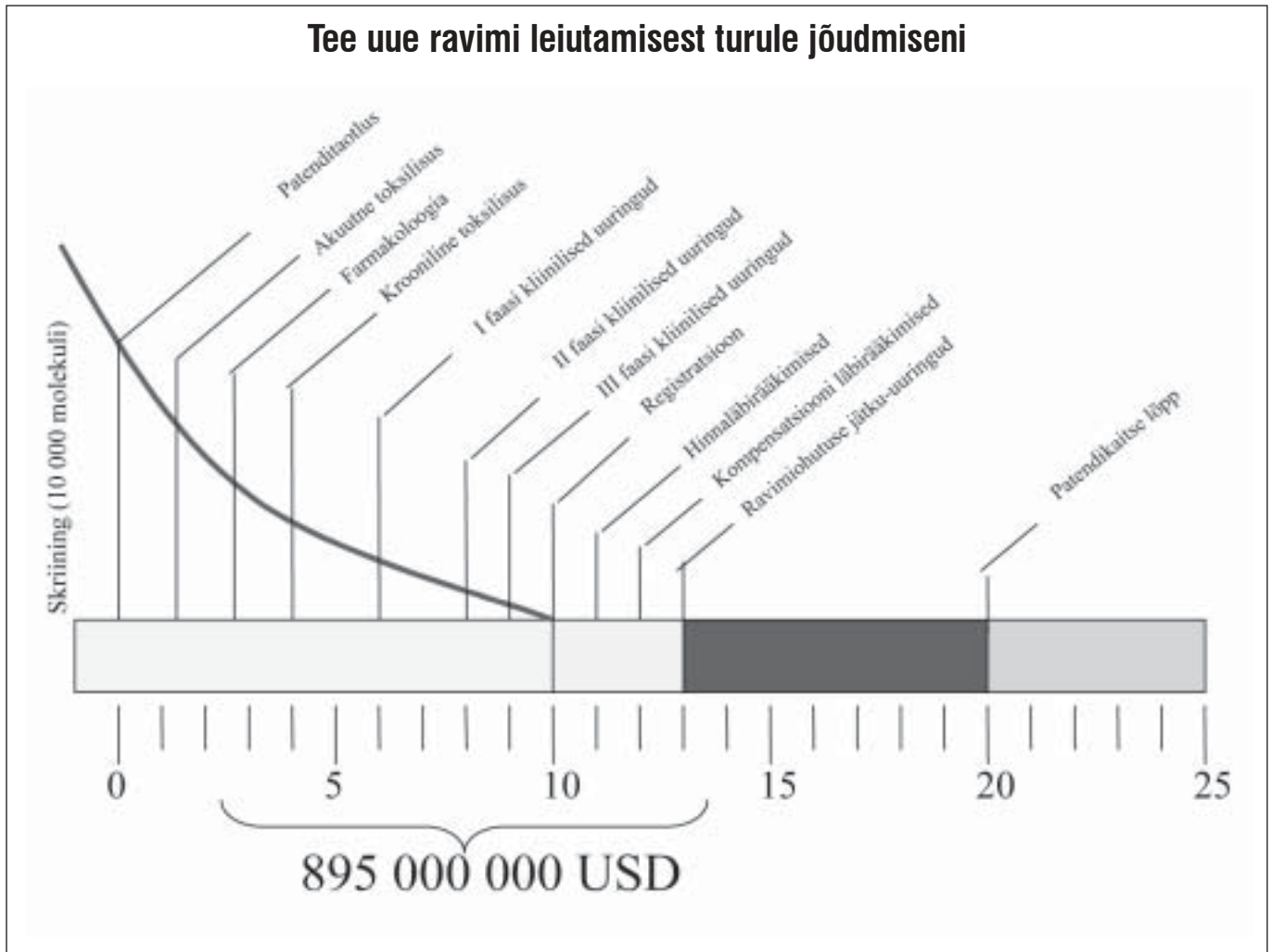
lekulaarsetest tekkemehhanismidest, mis on omakorda avanud uusi ründepunkte nende vastu võitlemiseks. Teaduslik potentsiaal oluliste muudatuste saavutamiseks ravis pole kunagi olnud nii kõrge ning töötada ravimitööstuses pole kunagi olnud nii huvitav kui praegu. Järgmise kümne aasta jooksul saame kõik suurte muudatuste tunnustajaks. Tänapäeval ei ole arstil sageli võimalik ennustada, kas patsient antud ravimiga ravimisele allub või mitte, samuti ei ole võimalik ette näha, missugusel patsiendil kõrvaltoimed ilmnevad ja missugusel mitte. Juba on kasutusel ravimeid, mis arvestavad inimese geneetilist eripära. Lähiajal muutub personaalne lähene mine reegliks ning intuiitiivne arstikunst asendub tõendus põhise ja isikustatud ravimiga.

Paraku ei too teaduse areng enesega kaasa ainult ravivõi-

maluste paranemise. Keerukad protsessid esitavad tootjatele uusi väljakutseid. Ravimi arendustegevus pikeneb ning kallineb. Kui 1975. aastal maksis ühe ravimi leiutamine ja uurimine umbes 2 miljardit Eesti krooni, siis tänapäevase biotehnoloogilise ravimi väljatöötamine läheb maksma juba umbes 15 miljardit Eesti krooni. Täna katavad vaid 3 igast 10 müüdavast ravimist nende arendusele tehtud kulutused. Selge on see, et suurem investering peegeldub kõrgemas ravimi hinnas. Ravimitootjal lihtsalt pole ühtegi teist vahendit oma tegevuse rahastamiseks peale oma toodete müügi.

Kõrgele hinnale vaatamata on ravimitega ravi sageli kõige kulutõhusam raviviis. Iga aasta toob uusi tõendusid sellest, et õigete ravimitega ravi hoiab märkimisväärselt kokku tervishoiukulutusi. Üsna arusaadav on, et kodune tohterdamine ravimitega on odavam kui alternatiivne raviviis haiglas eriti kui arvestada suurt krooniliste haiguste osakaalu rahvastikus. Näiteks leiti, et iga diabeedi ravimisse investeeritud dollar genereeris enam kui 7 dollarit kokkuhoidu tüsistuste vähenemise arvelt. Veidi keerukam on mõista, et ravimid võivad tugevdada ja kiirendada majanduse arengut. Uued

## Tee uue ravimi leiutamisest turule jõudmiseni



ravimid võimaldavad miljonitel inimestel jätkata aktiivset tööelu. Ühe uuringu kohaselt võib näiteks paremate depressiooniravimite kasutamine vähendada USA-s haiguspäevade arvu ligi 9 miljoni dollari võrra aastas. Tõepoolest, haige inimene lisandväärtust ei tooda ja majandusedu ei tulene mitte maksusüsteemist, vaid tervest ja haritud inimesest.

Ravimitootjate tegevus ei piirdu ainult uurimisega. Ravim on keemiline aine, millele lisandub informatsioon õige kasutamise viisi kohta. Ka kõige parem ravim ei jõua inimeseni, kes seda vajab, isenesest. Seetõttu tegutsevad

ravimitootjad lisaks ravimite arendustegevusele väsimatult ka selle nimel, et nende poolt avastatud ravimid jõuaksid patsientideni. Tõukeid on mitmeid: geograafilised ja majanduslikud on nende seas ehk kõige domineerivad. Õnneks ei ole tootjad selles tegevuses üksi, vaid töötavad käsikäes patsiendi, arsti, riigi, haigekassa, akadeemiliste uurimisasutuste ja kõigi teiste tervishoiusüsteemis osalejatega. Partnerluse ainsaks sihiks on see, et patsient saaks temale vajaliku ravimi kätte ja seda õigel ajal. Eriti hea meel on tõdeda, et patsientide ja nende esindusorganisatsioonide

roll on oluliselt kasvanud ka Eestis.

Ravimitootjate Liit on kõiki Eestis tegutsevaid eetilisi ravimitootjaid koondav ja esindav organisatsioon, mille eesmärgiks on kindlustada Eesti patsientidele parim ravi kvaliteetsete ja tõhusate ravimite näol.

Ravimitootjate Liit asutati 1996. aastal ning praegu kuulub liitu 19 rahvusvaheliselt tuntud ravimitootjat. Umbes kaks kolmandikku kõikidest patsientide poolt tarvitatud ravimitest Eestis on tootnud liidu liikmed.

# Ravimite kättesaadavuse barjäärid

On üldtuntud tõsiasi, et eestlaste tervis on vilets ja keskmine eluiga lühikesevõitu. Inimese ja ka rahva tervis sõltub paljudest teguritest ja tervisenäitajate paranemine võtab aega ka kõige radikaalsete otsuste korral.

Ravimid on üks kiiremaid vahendeid, millega inimese tervist parandada. Ravimid on sageli ka ainus abinõu, millega haigust ravida. Suuremat jagu kroonilisi haigusi on ravimite abil võimalik hoida niimoodi kontrolli all, et haigus laseb inimesel elada. Tõsisemad tüsistused lükkuvad edasi või jäävad üldse olemata. Ka parimad arstid ja moodsad haigemajad ei saa ilma ravimiteta hakkama.

Palju on juttu sellest, et ravimid on kallid ja lähevad aina kallimaks. Paraku pole see ainus probleem, miks ravimid ei ole Eestis patsientidele kättesaadavad. Selleks et õige ravim oleks patsiendile kättesaadav, peab ta olema Eestis müügil, arstidele teada ja hinna poolest patsiendile jõukohane.

Millised on tõkked, mis võivad ravimite kättesaadavust vähendada?

**Ravimit ei ole Eestis müügil.** Sellel võib olla mitu põhjust. Ravimil pole Eestis müü-



**PIRET SELL**

*Ravimitootjate Liidu  
juhatuse liige*

giluba. Müügiloo saavad ravimitootja avalduse alusel need ravimid, mis on tõestanud oma ohutust, tõhusust ja kvaliteeti Euroopas kehtivate reeglite kohaselt. Kui ravimil pole müügiluba, siis on võimalik, et ravimi ohutus või toime pole korralikult tõestatud või tootmine ei suuda tagada kvaliteeti. See on vana- de ravimite ja mõne Venemaal toodetud ravimi probleem, kuna Venemaal on teistsugused nõudmised. Ka on võimalik, et ravimitootja pole olnud huvitatud Eestis ravimile müügiloo taotlemisest, sest patsientide võimalik arv on Eestis väike. Ravimi müügiloo taotlemisega kaasnevad kulud on liiga suured, et õigustada mõne originaali müüki. Eestis puudub konkreetset ravimit tootva firma esindus. Müügiluba antakse ainult ravimitootja

avalduse alusel. Eesti turg on nii väike, et kõik ravimitootjad pole pidanud vajalikuks Eestis tegutseda.

Mida sellisel juhul teha? Kui vajadus müügilooata ravimi järele on olemas, võib arstide erialaselt kirjutada taotluse raviametile konkreetse ravimi müügile lubamiseks. Sellisel juhul on lootust, et ravim on arsti retseptiga regulaarselt kättesaadav. Kui ravimit on vaja vähestele, võib arst kirjutada nimelise taotluse konkreetsele patsiendile. Sellisel juhul tuleb kas ravimitootjaga või ravimite hulgimüüjaga ise kokku leppida, kuidas ja kas ravimit Eestisse tuuakse. Patsient peab varuma aega ja kannatust ning ise aktiivne olema.

Ravimil on küll Eestis kehtiv müügiluba, kuid ravimit pole apteekides müügil. Selline olukord tekib, kui ravim on Euroopa Liidus tsentraalselt registreeritud, s.o müügiluba kehtib automaatselt ka Eestis. Tänapäeval registreeritakse paljud uued ravimid tsentraalselt. Kui ravim on väga kallis või kasutajate arv väike, siis ei tee ravimitootjad lisanduvaid kulutusi, et ravimit Eestisse tarnida. Kuna ravim peab olema eestikeelses pakendis, pole võimalik väikesi koguseid toota.



Mida sellisel juhul teha? Olukord on keeruline. Eesti Raviamet ei saa siin eriluba väljastada, kuna otsustajaks on Euroopa tsentraalne raviamet EMEA. Kui ravimit on vaja paljudele ja probleem on hinnas, taotlevad ravimitootjad riigilt ravimisoodustust, et ravim muutuks kättesaadavaks. Eestis on see protsess kahjuks aastaid kestev ega anna sageli tulemust. Kui ravimit on vaja vähestele, võib arst kirjutada nimele taotluse konkreetsele patsiendile. Kuid ka sel juhul võib Eestisse toomisel takistuseks saada sobiva pakendi puudumine.

**Ravim on küll Eestis müügil, kuid arst ei kirjuta seda välja.** Selleks et ravim oleks patsiendile kättesaadav, on vaja retsepti. Retsepti kirjutab arst, kui ta on veendunud, et antud ravim on patsiendile vajalik. Uute ravimite kohta saavad arstid teadmisi erialakongressidel ja seminaridel, ravimifirma esindajatelt või erialakirjandusest. Ravimfirmadel on keskne roll informatsiooni levitamisel. Ravimifirmad toetavad arste väliskonverentsidel osalemisel, korraldavad Eestis infoseminare ja toovad erialakirjanduse ning informatsiooni arstile kätte. Mida aktiivsem on ravimifirma, seda rohkem on arstil informatsiooni, mille alusel otsustada, kellele ravim sobib.

On ka võimalus, et arst küll teab, et ravim on olemas, aga

ei kirjuta seda välja, kuna usub, et ravim on patsiendi jaoks liiga kallis. Kuna on haigusi, millel odavat ravi polegi, oleks muidugi õige, kui arst laseks patsiendil ise otsustada, kas kulutus on talle jõukohane või mitte. Sage li on patsiendi perekond valmis ravimi ostu toetama. See eeldab, et patsiendile on selgitatud kõiki võimalikke riske ja alternatiive.

Mida sellisel juhul teha? Patsient peab ise olema aktiivne ja oma tervise vastu huvi tundma, uurima arsti käest, missugused ravivõimalused on olemas, otsima ise Internetist või paluda sugulastel otsida. Internetist leiab väga põhjalikku infot kõigi haiguste kohta. Lõplik otsus jääb arstile, kellel on olemas otsustamiseks vajalik haridus ja kogemus. Kui haige kahtleb arsti otsuses, võib ta küsida teise arsti arvamust.

**Ravimi hind on ülejõukäiv.** Apteegis võib selguda, et väljakirjutatud ravim on liiga kallis. Tänapäevased ravimid on kõik kallid, kuna nende loomine on väga kulukas ja aeganõudev. Selleks et ravimid oleksid patsientidele kättesaadavad, maksab haigekassa suure osa ravimi hinnast kinni. Kuna haigekassa vahendid on piiratud, ei maksta kompensatsiooni täies ulatuses ega sugugi kõigi ravimite puhul. Otsuse, milliste ravimite eest ja kui suures ulatuses riik maksab, teeb sotsiaalminister. Ravimi-

tootja esitab avalduse, kus peab olema ära näidatud ka uue ravimi kulutõhusus. See tähendab, et kui palju tervist saadakse selle hinna eest. Viimastel aastatel on Eestis tähelepanu osutatud pigem sellele, kui palju on võimalik ravimieelarvet kokku hoida. Paraku on see viinud selleni, et uusi ravimeid lisandub soodusnimekirja harva. Keskmise aeg 75%-lisse või 100%-lisse soodusnimekirja jõudmiseks on Eestis 7 aastat. Seetõttu on Eestis 90% kasutatavatest ravimitest üle 10 aasta vanad.

Sageli on ravimi hind kallis hoolimata riigi toetusest. Põhjuseks on asjaolu, et ravimil on turul koopiaravimid ehk geneerikud mitmelt firmalt. Sellisel juhul kehtib ravimile piirhind. Haigekassa kompenseerib ainult kõige odavamat ravimit või odavusest teist ravimit. Kui haige mingil põhjusel tarvitab teise firma sarnast ravimit või erinevat annust, peab ta hinnavahe ise kinni maksma.

Mida sellisel juhul teha? Ravimite kättesaadavust parandab haigekassa suurem osalus. Soodusravimikomisjon annab ministrile nõu, milliseid ravimeid peaks haigekassa soodustama. Soodusravimite komisjoni kuuluvad ka kaks patsiendiorganisatsioonide esindajat. Seega on ka patsientide organisatsioonil võimalus parandada ravimite kättesaadavust.

Piirhinnaga ravimite puhul on patsiendil võimalik

koos apteekriega leida hinna poolest sobivaim ravim. Mõnikord pole see võimalik. Siis vasub taas pöörduda arsti poole, kes soovitab teisi ravimeid. Kindlasti ei tohiks ravi ise katkestada, sest see võib hiljem kurjalt kätte maksta.

Alates 6000-kroonisest ravimikulust, tekib patsiendil võimalus taotleda haigekassalt täiendavat ravimihüvitist. Maksimaalselt hüvitatakse ühele inimesele kalendriaastas 9500 krooni. Täpsemat informatsiooni saab selle kohta haigekassa veebilehelt.

Kõikidest tõketest ei ole võimalik korruga vabaneeda. Kõige tähtsam on, et tänapäevased ravimid oleksid patsientidele võrdselt kättesaadavad hoolimata tema rahakoti paksusest. Ravimite kättesaadavuse parandamine parandab ka eestlaste tervist. Terve rahvas on eelduseks, et Eesti oleks ka edaspidi majanduslikult edukas riik.

# Luuhõrenemine, patsient ja uuring

Eestis on tuhandeid patsiente, kel on leitud luuhõrenemine. Need on enamasti 50. aastates naised. Haiguse tagajärjel väheneb patsientidel luukoe hulk ja muutub selle struktuur, mistõttu luud muutuvad hapraks ja võivad kergesti murduda.

## PIRET SELL

*Ravimitootjate Liidu juhatuse liige*

Pärast diagnoosi panemist on perearst mõnele luuhõrenemist põdevale patsiendile teinud ettepaneku osaleda kliinilises uuringus. Arst soovib sellisel juhul uurida nüüdisaegsete ravimite toimet. Patsiendile pakub arst võimalust saada uuringus osalemise eest tänapäevast ravi, mille eest haigekassa hakkab maksma alles 6–7 aasta pärast. Ravimifirma huvi on uurida häid arste kaasates seda, kuidas mõjub mingi uus ravim Eesti patsientidele.

Esmapilgul võib see tunduda ehmata – kuidas tohib ravimi toimet uurida inimeste peal? Paraku ei ole ravimeid võimalik välja töötada mitte kuidagi teisiti. Sellised uuringud on juba aastakümned toimunud Euroopa riikides, Ameerika Ühendriikides, Jaapanis ja mujal, sest ilma uuringuteta ei lubata ravimeid massilisse kasutusse.

Ravimiuuringuid korralda-

take väga range kontrolli all. Uuringut korraldab ravimifirma valib välja arstid. Uuringuarstid esitavad taotluse sõltumatule eetikakomiteele kliinilise uuringu eetilise hindamiseks ja loa saamiseks uuringu tegemiseks. Sõltumatusse eetikakomiteesse kuuluvad Eestis vähemalt seitse liiget, kellest enamik on seotud arstiteadusega, kuid lisaks neile on komitees ka teiste erialade esindajaid, näiteks jurist, usuteadlane jne. Ravimifirma esitab uuringu tegemiseks omakorda taotluse raviametile. Uuringut võib alustada alles siis, kui nii eetikakomitee kui raviamet on selleks loa andnud. Kui see on juhtumisi teie sõbranna, ema või vanaema, kellele tehti ettepanek osaleda luuhõrenemisravimi katsetamisel, siis on arst valinud ta välja vastuvõtule tulnud või varem vastuvõtul käinud patsientide seast. Uuringuarst peab nii suuliselt kui kirjalikult tutvustama patsiendile uuringus osalemise tingimusi. Alles siis,

- Osteoporoos ehk luuhõrenemine on üks maailmas sagedamini esinev krooniline haigus. Sellele on iseloomulik luumassi vähenemine. Haiguse tagajärjel muutuvad luud poorseks ja õrnaks ning isegi väike trauma võib põhjustada luumurru.
- Rahvusvahelise Osteoporoosi Seltsi andmetel haigestub tänapäeval osteoporoosi iga kolmas naine ning viies mees, kel on vanust üle 50 aasta. Paljudele tuleb haigus üllatuseks, sest see ei anna ennast tunda ning ilmneb alles mõne luu murdudes.
- Kõige enam on luuhõrenemise pärast randmeluumurde: inimene paneb kukkudes käe ette ja nõrgaks muutunud randmeluu murdub suure koormuse all. Teisel kohal on lüliskehamurrud. Kui murdunud on juba mitu lüli, jääb inimene küüru.
- Kõige traagilisemate tagajärgedega on reieluukaela murd, sest sellele järgneva aasta jooksul sureb tekkinud tüsistustesse 20 prot-

senti haigetest. Kolmandik naistest, kes paranevad reieluukaela-murrust, vajavad pidevat hoolt.

- Osteoporoosi profülaktikat tuleb alustada juba lapseas ja see peab kestma kogu elu. Toidus peab olema piisavalt kaltsiumi ja D-vitamiini.
- Kehaline aktiivsus suurendab luude tugevust noores eas ja vähendab nende lagunemist eakana. Seepärast tuleb iga päev vähemalt pool tundi jalutada.
- Suitsetamine ja alkoholarbimine, aga ka kohvi, kihisevate jookide ning tänapäeval populaarne veejoomine viivad organismist osa kaltsiumi välja. Tuleb arvestada, et kui palju juua, on kaltsiumivajadus selle võrra suurem.

*Allikad: Oivi Aakre, Eesti Reumaliidu juhatuse esimees; Maimo Teesalu, Eesti Osteoporoosihaigete Liidu esimees*

kui patsient nõustub uurimuse osalema ja kinnitab seda allkirjaga, võib arst võtta esimese analüüsi või teha lisauringu. Uurimisega püütakse leida ravi mingile haigusele või seisundile, millele seni pole lahendust leitud või ravi pole olnud tulemuslik.

Uuring käib rangete reeglite järgi. Patsiendi jaoks tähendab see järjepidevat tervise jälgimist. Näiteks märgib uuringuarst kõik uuringu käigus leitud meditsiinilised andmed patsiendi haigusluku. Kui uuritava peaks ravimi kasutamise ajal ilmnema mõni soovimatu toime, siis registreerib uuringuarst kohe kõrvaltoime ja saadab teatise ravimifirmale. Kui uuri-

tav jõuab otsusele, et ta ei soovi enam uuringus osaleda, võib ta osalemise sedamaid katkestada. Ohutuse huvides peab ta sellisel juhul tulema veel kord uuringuarsti vastuvõtule, kes hindab tema tervislikku seisundit ja vajadusel teeb mõne lisaanalüüsi. Kirjeldasin kliiniliste uuringute läbiviimist luuhõrenemise näitel, kuid neid tehakse ka paljude teiste haiguste puhul. Näiteks Tartu Ülikooli Kliinikumi hematoloogia-onkoloogia kliiniku direktor onkoloog Peeter Padrik kinnitab, et arstid on kvaliteetsete ja hästi disainitud uuringute puhul nende tegemistest huvitatud.

„Sageli pole pahaloomulis-

te kasvajate ravi olemas efektiivset standardravi. Seetõttu on onkoloogias uute ravivõimaluste leidmine sageli kõige parem lahendus,” kinnitab Padrik. „Uute ravivõimaluste, sealhulgas uute ravimite leidmine ei ole aga tänapäevases teaduslikus meditsiinis ilma kliiniliste uuringuteta võimalik. Seetõttu on kliinilised uuringud paljude kasvaja-paikmete ravi soovituslikuks valikumeetodiks.”

Kliinilised uuringud on otsene ja sugugi mitte väike välisinvesteering Eesti tervishoidu. Uuringuid läbi viies investeerivad suured ravimifirmad lisaks Eesti arstidele ja haiglatele makstud tasude-



le ka meie meditsiinitehnikasse, infrastruktuuri ning arstide kõige uuemasse oskusteabesse. Toon selle väite tõestamiseks vaid mõned faktid. Iga uue ravimi väljatöötamiseks kulub alates sobiva molekuli leidmisest kuni ravimi registreerimiseni 10–15 aastat. Ravimite väljatöötamine on nii kulukas, et ühe eduka ravimi loomiseks on vaja investeerida 1–1,2 miljardit dollarit. Eesti on alates Euroopa Liitu astumisest muutunud usaldusväärseks partneriks ning sellega on seletav üha suurenev Eestis teostatavate uuringute arv. Reumatoloog Ivo Valter kinnitab, et lisaks Eestisse saabunud rahale haigete uurimiseks annavad kliinilised uurimistööd leiba abistavatele teenistustele: „Arvata võib, et Eestis on selle tõttu viimase aastakümne jooksul juurde saadud vähemalt 1000 uut töökohta. Ja enamjaolt on need just teadmismahukad ja hästi tasustatud teenust eksportivad töökohad.”

Eesti osaleb kliiniliste uuringute teostamisel ainult rahvusvaheliselt kõrgelt tunnustatud arstide olemasolu tõttu. Seejuures peavad koolitatud asjatundjad olema nii uuringut läbi viivad arstid kui ka uuringut jälgivad sõltumatud järelevaatajad.

Kuna uuringute arv on viimastel aastatel kasvanud, siis näitab see, et Eesti arstid on kliiniliste uuringute teostamisel hinnatud aususe, eetilisuse ja korralikkuse tõttu. Olukorras, kus Eesti arste meelitatakse jõuliselt välismaale tööle, on põhjust uskuda, et kliinilistest uuringutest saadav lisasissetulek on üks põhjus, miks Eesti tipparstid ei ole kodumaalt lahkunud. Kuidas teab näiteks teie sõbranna, ema või vanaema, et vajalik ravim on tervisele kasulik ega põhjusta talle ebameeldivaid kõrvalnähte? Ainult selle tõttu, et ravimite väljatöötamise lahutamatuks osaks on kliinilised uuringud ning et uuringuid on tehtud temaga sarnase taustaga inimeste peal. „Eestist rääkides pole tihti uuemad, aga seetõttu ka kallimad ravimid patsientidele kättesaadavad. Kliiniliste uuringute raames on aga võimalik neid ravimeid patsientidele võimaldada,” kinnitab onkoloog Peeter Padrik.

## Ühe minuti test

Kas teie isal või emal on olnud reieluukaalamurd väikese trauma või kukkumise tagajärjel?

Kas teil endal on olnud väikese trauma tagajärjel luumurd?

Kas te olete tarvitanud glükokortikoidhormooni tablette (nt Prednisoloni, Medroli) üle 3 kuu?

Kas te olete jäänud >3 cm lühemaks võrreldes nooruses mõõdetuga?

Kas te tarvitate sageli alkoholi?

Kas te suitsetate >20 sigareti päevas?

Kas te kannatate sagedase kõhulahtisuse all (tingituna põletikulisest soolehaigusest nt tsöliaaklia, Crohni tõbi)?

Naistele: Kas teil on varane menopaus <45 aasta vanuselt?

Naistele: Kas teil on olnud menstruaatsioonides vahesid üle 12 kuu (mitte raseduse tõttu)?

Meestele: Kas teil on meessuguhormoonide puudulikkuse nähte nt. impotentsus, liibido langus?

• • •

Kui te vastasite jaatavalt kasvõi ühele neist küsimustest, kuulute luuhõrenemise tekkimise riskigruppi. Soovitame teil pöörduda oma arsti poole, kes otsustab edasiste uuringute vajaduse.

Eesti Osteoporoosi Selts

# Veelkord universaalsest disainist

*EIDD Stockholmi deklaratsioon:*

*„Hea disain teeb võimalikuks, halb disain hoiab eemale.“*

1993. aastal asutatud *European Institute of Disain and Disability* – EIDD (Euroopa Disaini ja Puude Instituudi) motoks on „Parem elukvaliteet tänu disainile, mis arvestab kõikidega“. Enam kui kümne tegevusaasta jooksul on arendatud sisemisi struktuure ja välissuhtlust – organisatsioonil on rahvuslikud liikmesorganisatsioonid, korporatiivliikmed ja üksikliikmed 16 Euroopa riigis. EIDD usub, et on aeg vaadata üle „Disain kõikidele“ deklaratsioon.

Deklaratsiooni „Disain kõikidele“ juured peituvad Skandinaavia maade funktsionalismis. Sotsiaalpoliitiline tagapõhi on alguse saanud Skandinaavia heaolupoliitikast, milles 1960. aastatel tekkinud kontseptsioon „Ühiskond kõikidele!“ viitas suures osas ligipääsetavusele. Ideoloogiline mõtteviis on tulenenud ka ÜRO Peaassamblee resolutsioonist „Puuetega inimestele võrdsete võimaluste loomise standardreeglid“, mis võeti vastu 1993. aastal. Ka siin on fookuses ligipääsetavus oma selge kon-

tekstiga, mis on aluseks ka „Disain kõikidele“ filosoofiale ja mis kiideti heaks kui EIDD põhikontseptsioon 1995. aastal Barcelonas.

Sarnased kontseptsioonid on arenenud paralleelselt Ameerikas (universaalne disain) ja Inglismaal (kaasav disain).

## EIDD deklaratsioon

EIDD iga-aastaselt konverentsil 9. mail 2004 Rootsisis võeti vastu järgmine deklaratsioon: Euroopas on inimestevahelised ealised, kultuurilised jm erinevused suuremad kui kunagi varem. Me parame haigustest ja vigastustest ja saame elada puudega paremini kui varasematel aastatel.

„Disain kõikidele“ on loodud selle mõttega, et teadvustada inimestevahelisi erinevusi ja võrdsust. See innovaatiline suund pakub loovat ja eetilist lähenemist kõikidele kavandajatele, disaineritele, administraatoritele ja poliitilistele juhtidele.

Deklaratsiooni „Disain kõikidele“ eesmärk on tagada

inimestele võrdsed võimalused osalemiseks ühiskonnas, mis tahes valdkonnas. Et seda saavutada, tuleb luua niisugune keskkond – igapäevased objektid, teenused jm ehk kokkuvõtlikult kõik, mis on mõeldud inimeste jaoks ja mida inimesed kasutavad –, mis on ligipääsetav ja erinevate inimeste vajadusi arvestav.

„Disain kõikidele“ teavitab inimeste vajadustest ja taotlustest ja nõuab, et (teenuste/hoonete) lõppkasutajad oleksid kaasatud loomeprotsessi igasse järku.

EIDD kutsub Euroopa institutsioone, rahvuslikke, piirkondlikke ja kohalikke omavalitsusi ja professionaale, äri- ja sotsiaalsektorit üles rakendama põhimõtet „Disain kõikidele“ oma poliitikas ja tegudes.

EIDD – disain kogu Euroopale. Parem elukvaliteet tänu disainile, mis arvestab kõikidega

EIDD – disain kogu Euroopale, on üleeuroopaline võrgustik, mis on alguse saanud 1993. aastal Iirimaal. Organisatsiooni põhieesmärk oli



Alates 2000. aastast sõidavad Londonis ringi taksod, mida saavad mugavalt kasutada ka ratastoolis reisijad.

kasutada disaini abivahendina, et tagada puudega inimestele parem ligipääsetavus ehk parandada puudega inimeste elukvaliteeti disaini abil, mis arvestab kõikidega. EIDD-l on liikmesorganisatsioonid 12 Euroopa riigis ja lisaks sellele arvukad võrgustikud paljudes teistes riikides. Ka Euroopa katusorganisatsioonil on liikmeid, kes põhiliselt tegelevad disainiga seotud tegevusaladel.

EIDD-l on 20 liikmest koosnev direktorite nõukogu, kes esindavad oma liikmesorganisatsioone ja kes on oma ala tipptasemel eksperdid. Tegevaparaadi (täidesaatev võim) valib direktorite nõukogu üheks aastaks.

EIDD eesmärk on julgustada aktiivset integratsiooni ja kommunikatsiooni erinevate disaini valdkonna spetsialistide vahel, et EIDD põhimõte „disain kõikidele“ laieneks nii teoorias kui praktikas ka

teistesse valdkondadesse ja ühiskondadesse ning hakkaks oluliselt mõjutama igaühe elukvaliteeti. Selle eesmärgi täitmiseks on instituut teinud tööd, et luua uusi ja hoida olemasolevaid võtme-partnereid erinevatest rahvusvahelistest organisatsioonidest ja mujalt Euroopast. Instituudil on aktiivsed suhted ka võrgustikega, kes jagavad samu eesmarke ja filosoofiat USA-s ja mujal maailmas. Näiteks 2005–2006 aidati kaasa samasuguse instituudi asutamisele Indias. Praegusel hetkel töötab EIDD selle nimel, et luua keskused Serbias ning ühtlasi organiseeritakse kohtumist Kagu-Euroopa regioonis.

Igal aastal korraldab EIDD esindusliku konverentsi kindlal teemal, et tutvustada teoreetiliselt ja praktiliselt „Disain kõikidele“ põhimõtteid. Lisaks põhiteemadele, milleks on avalik transport

või haridus, võeti 2004. aasta konverentsil vastu EIDD Stockholmi deklaratsioon, mis on taotluslikult lühike dokument seletamaks „Disain kõikidele“ lähenemise põhipunkte.

2005. a mais Berliinis toimunud konverentsi teemaks oli „Kultuur kõikidele“, 2006. aastal Waterfordis Iirimaal toimunud aastakonverentsi teema oli „Töö kõikidele“. 2007. aasta teemaks on planeeritud „Turism kõikidele“. Konverentsil on kavas anda juhendeid turismitööstusele, mis on Euroopa riikidele olulise tähtsusega.

EIDD on ainus omataoline Euroopa organisatsioon, mis on keskendunud disaini võimaluste analüüsimisele, selleks et ületada takistusi, mis on loodud nii füüsilises kui mõttelises keskkonnas. Meie ajaloost tingitud mõtteviis suunab meid pigem tegelema probleemide lahendamisega kui nende ennetamise või vältimisega (näiteks „teise klassi inimesed käivad tagaukse kaudu“).

EIDD pakub laialt tunnustatud ja heaks kiidetud abi nii teoorias kui praktikas ja tal on arvestatav kogemus mitmes valdkonnas. Niisugune lähenemine on oluline keskonnakujundamise ja ka igapäevase kaupade ja teenuste, kommunikatsiooni ja meedia küsimustes.

*Inglise keelest tõlkis  
Karin Hanga. Lisainfo:  
[www.design-fo-all.org](http://www.design-fo-all.org)*





# *Tallinna Puuetega Inimeste Koja 10. aastapäeva konverents*

Tallinna Puuetega Inimeste Koda tähistas oma kümnenda tegevusaasta täitumist 16. mail konverentsiga Tallinna Puuetega Inimeste Tegevuskeskuses. Konverentsi keskseteks teemadeks olid puuetega inimeste võrdsed võimalused ja nende kaasamine otsustusprotsessi-

desse, käsitleti kodanikeühenduste rolli võrdsede võimaluste saavutamisel, kõneldi väljakutsetest puuetega inimeste õiguste tagamisel ja sotsiaalse õigluse saavutamisel ning individualismist ja kollektivismist ühiskonnas.

**TAUNO ASUJA***TPIK tegevjuht*

Konverentsil osalejate seas oli Tallinna PIK-i liikmesühingute, Tallinna linna ning sotsiaalministeeriumi ja teiste koostööpartnerite esindajaid.

Avasõnaga esinenud sotsiaalministeeriumi asekancler Riho Rahuoja tundis head meelt selle üle, et maakondlikest puuetega inimeste koda-dest ja nende allorganisatsioonidest on saanud sotsiaalministeeriumile arvestatavad koostööpartnerid.

Konverentsi avanud Tallinna abilinnapea Merike Martinsoni sõnul püüab linn Tallinna Puuetega Inimeste Koda igati toetada. "Selle pooleteise aasta jooksul, mil olen tegutsenud sotsiaalala linna- peana ja invakomisjoni juhina, on koostöö olnud tulemuslik," ütles Martinson. "Valmis infoportaal ühiskondlike hoonete ligipääsetavuse kaardistusega, linna-transport sai uue teavitussüsteemi, mis arvestab nägemis- ja kuulmispuuet, laienes invatransporditeenus, käiku läks intervallhooldus, mis võimaldab hingetõmbeaega nii puuetega täiskasvanute kui laste hooldajatele," tutvustas Martinson linna abi puuetega inimestele.

**10 aastat Tallinna Puuetega Inimeste Koda**

Tallinna Puuetega Inimeste Koda esinaine Tiiu Hermat andis oma ettekandes ülevaate TPIK-i 10 aasta tegevusest.

- Tänapäevaks on Tallinna PIK katusorganisatsiooniks 21-le Tallinna puudega inimeste ühingule. Tallinna 18 500 puudega inimesest kuulub TPIK-i liikmesorganisatsioonidesse ligi 4 000.

- Tallinna PIK on muutunud arvestatavaks koostööpartneriks Tallinna linnale invapoliitika kujundamisel (osaleb Tallinna linnavalitsuse invakomisjonis, linnavolikogu sotsiaal- ja tervishoiukomisjonis, osaleb linna arengukavade väljatöötamisel).

- Tallinna linna ja Tallinna PIK-i koostööna avati 2002. aastal Tallinna Puuetega Inimeste Tegevuskeskus. Tegevuskeskus on võimaldanud Tallinna puuetega inimeste ühingutel oluliselt aktiveerida oma tegevust ja pakkuda puuetega inimestele senisest avaramaid võimalusi huvi- ja kultuuritegevusteks, sportimiseks ja koolitusteks jm.

- Pikaajaline ja mahukas projekt „Värviline vihmavari”, mille eesmärk on aidata puuetega inimestel siseneda tööturule, ja Microsofti Eesti esinduse rahastatud projekt „Puuetega inimeste arvutiõpe ja internetipunkt” suurendavad arvutikoolituste kaudu puuetega inimeste konkurentsivõimet tööturul.

Hetkel on käivitunud aktiivne koostöö tööandjatega, lisandunud on liikumispuuetega inimeste IT-alane tööhõiveprojekt.

- Alates 1998. aastast koordineerib Tallinna PIK invataskoteenust, tegeleb pidevalt puuetega inimeste transpordiprobleemidega. 2005. aastal avanes ratastooliinimestel võimalus kasutada invatransporti töölkäimiseks, mis parandas tosina puudega inimese töövõimalusi.

Tiiu Hermati nägemus Tallinna PIK-i tegevusest tulevikust: "Ühtegi olulist puuetega inimesi puudutavat otsust ei võeta vastu ilma puuetega inimeste ühinguid kaasamata. Linn kaasab puuetega inimeste ühingud otsustusprotsessidesse ja tagab ressursid vajalike eksperthinnangute andmiseks. Tulevikus tahame näha rohkem puuetega inimesi elujõulistes ühingutes, mis pakuvad aktiveerivaid tegevusi, tõstes nii puuetega inimeste elukvaliteeti."

**Kodanikuühenduste roll võrdsete võimaluste tagamisel**

Eesti Mittetulundusühingute ja Sihtasutuste Liidu juhataja Urmo Kübar andis oma ettekandes ülevaate kodanikuühenduste rollist võrdsete võimaluste saavutamisel. Kübara sõnul võib kodanikuühenduste tegevuse väga üldiselt jagada kolmeks:

- eestkoste (mingi grupi

ühiste huvide koondamine ja esindamine)

- teenuste osutamine (probleemi vahetu käed-külge-meetodil lahendamine)
- inimeste vaba aja sisustamine (kõigile tuttavad laulukoorigid, spordi- ja muud huviklubid).

Urmo Kübar: „Tavaliselt on need tegevused läbi põimunud: näiteks teenuse osutaja on ka hea ekspert, kes juhivad tähelepanu vajadustele ja pakub lahendusi õigusloomes. Ühiskonnale on hästi tehtuna olulised kõik nimetatud tegevused.”

Järgmiseks andis Kübar ülevaate ühenduste rollidest ühiskonnas:

- kompetentsikeskused – valdkonna asjatundjad, arengute jälgijad ja prognoosijad;
- arvamuste ja huvide koondajad – omades vahetut kontakti sihtgruppidega (olles ise sageli selle grupi esindaja), oskavad nad välja tuua praegused vajadused ja osutada kitsaskohtadele, pakkuda lahendusi ning anda tagasisidet erinevatele ettepanekutele;
- teenuste osutajad – sageli paindlikumad, inimlähedasemad ja seetõttu paremate tulemustega;
- sotsiaalse innovatsiooni eestvedajad – uute ideede ja toimivate lahenduste väljapakkujad ning katsetajad (nt Maarja küla tüüpi kogukonnad);
- häirekella lööjad – tänu ekspertiisile ning kontaktide-

le märkavad ühendused sotsiaalseid probleeme sageli varem kui teised, oskavad juhtida neile ühiskonna tähelepanu ja hoiatada kaasnevate mõjude eest (nt HIV ennetus).

Küsimusele, millised on kodanikuühenduste ootused avalikule sektorile, vastas Kübar järgmiselt: „Avalikult sektorilt ootavad ühendused läbipaistvust ja arvestatavat tegevust kodanike kaasamisega (et vajaduste ja arvamuste uurimine oleks loomulik ja regulaarne igapäevatöö osa, et see toimiks selgete põhimõtete alusel, esitades ühendustele selgeid küsimusi, andes aega neile vastuste koostamiseks ning pakkudes tagasisidet) ja ühenduste rahastamisel (et ühendustelt ei oodataks riigile vajalikku kvaliteetset tööd pelgalt vabatahtlikkuse korras, et lisaks konkreetsete ürituste läbiviimisele investeeritakse ka ühenduste tegutsemisvõime tugevdamiseks ning et lühikeste projektitoetuste asemel tuleksid pikaajalised selgete õiguste ja kohustuste lepingud). Sel moel ühiselt pingutades liigume iga sammuga lähemale võrdsete võimaluste ühiskonnale.”

### Individualism versus kollektivism

Tartu Ülikooli eetikakeskuse juhataja Margit Sutrop leidis oma kõnes, et kodanikumeelsus ei saa kuidagi Eestis jalgu alla: inimestel on suured

individualistlikud väärtused ning pole midagi, mis neid tasakaalustaks. Kodanikumeelsust seostatakse kollektivismiga, mis piirab eestlaste vabadust.

Oma kõnes püüdis Margit Sutrop leida vastust küsimusele, kuidas suhtuvad eestlased Põhjamaade väärtushinnangutesse: „Kultuuri ja ajaloo osas on meil palju ühist, aga väärtuste osas on meil kuristikuline erinevus. Põhjamaid tuntakse riikidena, mis põhinevad kommunitaarsel printsiipidel. Peaminister P. A. Hanssonilt pärineb idee healuühiskonnast kui inimeste kodust “*people’s home*” (1928): “Kodu aluseks on kokkukuuluvus- ja ühistunne. Hea kodu on selline, mis ei eelista kedagi ega jäta kedagi kõrvale, ta ei tunne lemmikuid ega kasulapsi.”

Otsides vastust küsimusele, millised on eestlaste väärtused, pakkus Margot Sutrop välja järgmised iseloomustavad märksõnad:

- individualistlikud väärtused domineerivad kollektiivsete üle
- kollektiivseid väärtusi kardetakse, samastatakse totalitarismiga
- valitseb egoism, puudub hoolivus
- inimvääriskuse mõistel pole sisu
- ei tunnista kõigi inimeste võrdsust.

Margit Sutrop leidis, et sisuline võrdsete võimaluste loomine tähendab mitte kõi-



gi kohtlemist ühesugustena, vaid just nimelt nende eripärade arvestamist: „Inimeste eripärade arvestamise ja nende stardipositsioonide korrigeerimise kaudu saame luua sellise ühiskonna, kus kõik saaksid osaleda.”

Oma kõnes rõhutas Margit Sutrop kodanikuühiskonna olulisust: „Kuulumine ühendustesse annab juurde julgust. Kodanikuühenduste mõte – inimene muutub läbi kuulumise ühendustesse suuremaks, ta jõuab arusaamisele selles, kes ta on, milleks ta on, ja ta saab peale enda kuuldavaks tegemise ka võimaluse teisi kuulates rikkamaks saada. Oma elu korraldamine, silmas pidades oma egoistlikke kasusid, jätab meid pikemaks perspektiivis üksindusse. Kellegi aitamise ja kellegi eest hoolitsemine aitab meil muuta elu rikkamaks ja paremaks.”

### **Väljakutsed puudega inimeste õiguste tagamisel ja sotsiaalse õigluse saavutamisel**

Õiguskantsler Allar Jõks tutvustas õiguskantsleri rolli ning võimalusi puuetega inimeste probleemide lahendamisel. Jõks tõi näiteid menetlustest seoses riigi rahastatava rehabilitatsiooniteenuse kättesaadavusega, hooldajatoetuse maksmise ja määramise korruga ning erivajadustega laste õigusega haridusele. Ühtlasi julgustas õi-

guskantsler kodanikuühendusi tema poole pöörduma ja osundama ühiskonnas valitsevatele kitsaskohtadele.

Küsimusele, kuidas on võimalik võrdseid õigusi tagada, tõi Jõks välja kolm võrdse kohtlemise põhimõtte tahku: „Esiteks on seadusandja selleks, et anda võrdsed võimalused kõikidele isikugruppidele ning diskrimineerimise eest kaitsmisel peab ta välja töötama diskrimineerimist keelustava normistiku. Paha tihti ei piisa ühetaolisest kohtlemisest ning selleks, et sisuliselt garanteerida inimeste võrdne kohtlemine, peab riik kasutusele võtma positiivsed erimeetmed, et tagada inimestele samaväärsed võimalused oma õiguste kasutamiseks. Teiseks peaksid riigi poolt rakendatavad meetmed avalduma soodustavate sätetena erivajadustega inimestele selleks, et töövõimalus, töötingimused, ühistransport, tervishoid, haridus oleksid neile paremini kättesaadavad. Eestil on selles suhtes veel palju arenguruumi. Ning kolmandaks on puuetega inimeste õiguste võrdse kohtlemise mõõtme süstemaatiline arvestamine kõigis eluvaldkondades, s.o ükskõik millise otsuse vastuvõtmisel tuleb arvestada erinevate vajadustega, võimete-ga. Seda on võimalik saavutada ainult läbi pideva analüüsi, dialoogi, kaasamise ja osaluse.”

Õiguskantsler tundis ka-

hetsust, et Eestis on majanduse mahu kasvu näitaja dema-googiliselt kujundatud edu näitajaks: „Seni, kuni seda näitajat peetakse Eesti edu näitajaks, mitte midagi oluliselt paremaks ei lähe.“

Õiguskantsler tundis muret ka selle üle, et Eesti on puuduliku demokraatiaga riik: „Novembris 2006 avaldas ajakiri *Economist* demokraatia edetabeli riikide lõikes. Eesti oli 33. kohal. Hindajad tõi põhjuseks välja asjaolu, et Eestis ei ole kodanikuühiskond tugevalt arenenud. Erinevaid kodanikuühendusi ei kaasata protsessidesse, nende arvamust ei kuulata ära ka juhul, kui kaastakse. Erinevate huvigruppide mittekasutamise tõttu ei olegi Eesti demokraatial võimalik tugevamaks saada.”

Õiguskantsler tõi välja seadusandja ja -rakendaja väärtushinnangute olulisuse otsuste vastuvõtmisel ning erinevate võrdsete võimaluste loomisel: „Õiguskantslerina paneb mind kõige rohkem muretsema see, et Eesti riigis on soojust, sallivust, arusaamistahet ja -võimet suhteliselt vähe.” Küsimusele, kuidas jõuda ühiskonnani, mis hindaks ja kaitseks ka nõrgemaid ja haavatavamaid ühiskonnagruppe, vastas Jõks järgmiselt: ”Selleks on vaja kõigi eespool mainitud väärtuste olemasolu ühiskonnas. Kas eestlaste väärtushinnangud võimaldavadki Eestis paremat riiki üles ehitada? Põ-



Sponsortšekki demonstreerivad Tiiu Hermat Tallinna Puuetega Inimeste Kojast ja Rain Laane Microsoft Eestist.

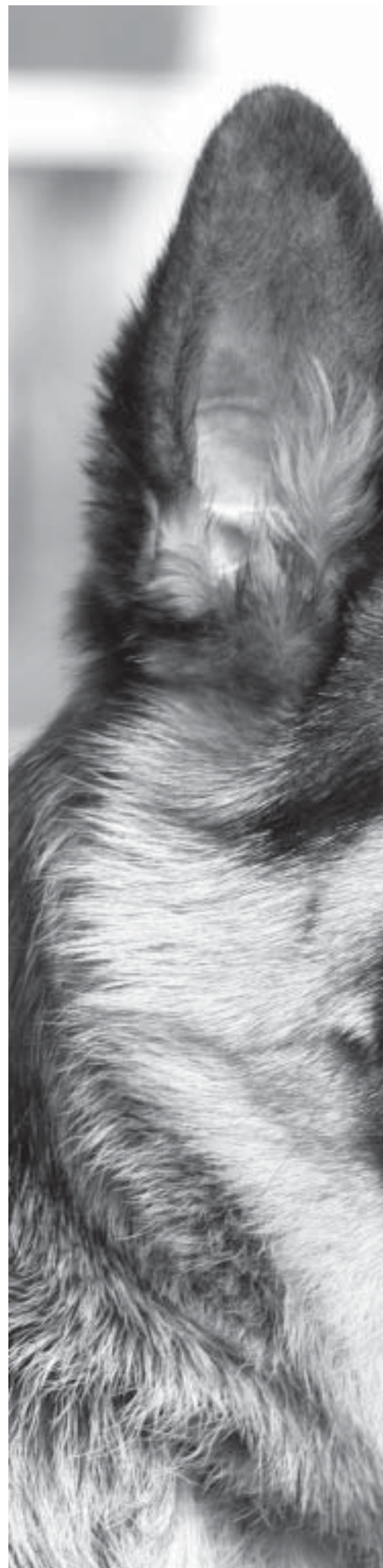
hiseaduse järgi ei ole Eesti liberaalne riik, vaid sotsiaalne riik. Sotsiaalne riik tähendab kaasatust, sallivust, hoolivust. Suur konflikt on põhi-seaduses sätestatud sotsiaalse riigi printsiibi ja eestlaste väärtushinnangute vahel. Kuidas neid hinnanguid muuta, on mul raske öelda.” Oma kõne lõpus tsiteeris õiguskantsler Artur Alliksaart: „Just sallivus ja mõista tahtmine on see, mis annab vabadusele sisu ja suuruse.”

### Microsofti Eesti esinduse tšekk projekti jätkamiseks

Konverentsi raames andis Microsofti Eesti esinduse juht Rain Laane Tallinna Puuetega Inimeste Kojale üle 700 000-kroonise tšeki projekti “Puuetega inimeste arvutiõpe ja internetipunkt” jätkamiseks. Projekti raames õpetatakse enam kui sadat erivajadusega inimest arvutit kasutama ning võimaldatakse

puuetega inimestel kasutada Tallinna Puuetega Inimeste Tegevuskeskuses asuvat arvutiklassi. Lisaks sellele pääsevad kümme noort praktikal tehnoloogiaettevõtetesse, mille seas on näiteks ANC toitlustuskonsultatsioonid, DEET Systems ja E-Haus.

“Ei ole mõtet tuua tööjõudu välismaalt, kui meil on olemas inimesed, keda saab koolitada,” ütles Rain Laane. “Töö arvutiga sobib puuetega inimestele väga hästi. Peale koolitust ja kogemuste omandamist praktika käigus saavad neist Eesti tehnoloogiafirmadele väärtuslikud töötajad. Sarnast võrdsete võimaluste loomise eesmärki täidab ka meie projekt “Uus algus”, mille käigus varustame erivajadustega noori arvutitega.” Ka 2006. aastal toetas Microsofti Eesti esindus Tallinna Puuetega Inimeste Koda rahalise annetusega. Toona oli annetuse summa üle 500 000 krooni.





# Tõeline töökoer

FOTOD AGO RUUS

*Pilguheit nende koerte maailma, kes on õpetatud abistama puuetega inimesi*

Internetiavarustes on lõpmata hulk väga huvitavat teavet. Ajakiri Saksa Lambakoer 2/2007 avaldas hiljuti kodulehelt [www.realgsd.ca](http://www.realgsd.ca) pärit artikli autorilt, kes kirjutab Greenstari varjunime all oma asendamatu abimehest – saksa lambakoerast. Koerast, kes on õpetatud abistama just liikumispuudega inimesi.

Mõned aastad tagasi jõudsin ma järeldusele: selleks, et saada oma puudest hoolimata iseseisvalt hakkama, oleks mul vaja teenistuskoera. Põen närvisüsteemi haigust, mis põhjustab aeg-ajalt haigushooge, millega kaasnevad tasakaaluhäired ja võimetus millestki kinni haarata.

Ma ei tahtnud koera võtta juhtkoerte agentuuri kaudu, kuna ooteaeg võib olla kaks kuni kuus aastat, üsna sageli on ainsaks tõuks, mida võimalik valida, kuldsed retriiverid või labradorid, ning lõpuks võib ainult loota, et tekiks hea klapp sinu ja sulle määratud koera vahel.

Kui koostööd ei teki, tuleb uut koera veel teist samapal-

ju oodata. Pealegi tahtsin ma koera, kes oleks koolitatud just minu erivajaduste jaoks. Kuigi - agentuurist võetud koeral on ka omad plussid: koolitus on väga täpne, võimalik on hilisem koolitus/finantstoetus kodus, ja ausalt öeldes on retriiverid enamasti loomult kõige sobivamad. Minu jaoks oluline kaalutlus peale tõu oli aga koera karv ja selle hooldus. Retriiverite pisut „õline” kasukas võib vihмага „koera järele“ lõhnama hakata, saksa lambakoertel minu meelest mitte. Minu lõplikuks valikuks oli seega saksa lambakoer.

## **Vajasin tugevat, stabiilse närvikavaga koera**

Ma eelistasin pigem Euroopa kui Põhja-Ameerika näituse-liine, kuna mul olid omad nõudmised koerale: tugev, rõhtne selg, stabiilsed, jäigad hüppeliigesed, mis võimalda-



Schutzhund (*edaspidi SchH*) tähendab otsetõlkes saksa keelest kaitsekoer. SchH kujunes välja 1900-ndate aastate alguses Saksamaal. Saksa lambakoerte kasvatajad eesotsas tõu looja Max von Stephanitziga koostasid programmi, kontrollimaks saksa lambakoerte treenitavust ja sobivust eelkõige politseitööks. Esimesed „töökoerte katsed“ viidi Saksamaal läbi 1903. aastal. Aja jooksul muutusid need politseis ja muudes riigiametites töötavaid koeri aretavate kasvatajate jaoks tõuomaduste parandamise vahendiks.

Seejärel kujunes katsetest välja treeningsüsteem, mida hakati 1930ndate aastate paiku nimetama Schutzhundiks, kuna algselt sisaldasid katsed põhiliselt kaitsetöö elemente. Jälge- ja kuulekuseosa lisandusid aastaid hiljem, koolitusala nimetus jäi aga samaks.

SchH on suunatud paremate närvidega ja töötahtelisemate koerte aretusele. Samas aitab see aretusbaasist eemaldada arad ja agressiivsed isendid.

SchH algne idee on sünnitanud lugematul hulgal koeraspordiklubisid ja teisi organisatsioone üle kogu maailma. SchH eesmärgiks kaasaajal on testida ka paljude teiste tõugude sobivust tööks; teha kindlaks ning välja valida are-

tuseks sobivaima temperamendiga koeri. SchH viljeletakse ka lihtsalt spordialana, ilma otsese seoseta aretusprogrammidega.

Tänapäeval on SchH ümber nimetatud VPG-ks – saksa k *Vielzeitigskeitsprüfung für Gebrauchshunde*, ingl k *Versatility Test for Utility (Working) Dogs*. Kaitse on selle spordiala tõepoolest kõige atraktiivsem osa, seda loevad tähtsaimaks ka paljud aretajad, kuna selles testitakse koera närvisüsteemi, iseloomu, võimet tulla toime koormuse ja stressiga. Samuti pannakse kaitseosas kõige tugevamalt proovile koera kuulekus ja koostöö koerajuhiga.

Paljudes maades on koerte rünnakute arv inimeste vastu suurenenud, põhjusteks aretusest pärinevad iseloomuvead, koolitusvead, puudulik sotsialiseerimine. Kahjuks näevad asjatundmatud inimesed rünnete ühe põhjusena just koerte kaitsekoolitust. Selline väide on absurdne. Iga koer, kaitsekoolitatud või mitte, oskab hammustada. Koer, kes on läbinud SchH koolituse, on õpetatud MITTE hammustama (välja arvatud juhud, kui teda või peremeest rünnatakse).

*Internetimaterjalide põhjal refereerinud  
Epp Maltis*

vad toetada mind püstitõusmisel (kui ma peaksin kukkuma), ja absoluutselt külmavereline närvikava. Mu koer pidi olema enesekindel ja samas rahulik, nagu saksa lambakoertelt nõutakse – „pommikindla“ temperamendiga. Neis asjus ei saanud ma teha järeleandmisi.

Ühed tõeliselt head sõbrad annetasid mulle koera, keda olin tihti imetlenud – täiskasvanud, Tšehhist toodud isase saksa lambakoera. Mul oli tema kohta lõputult küsimusi – tema tervise, geneetika,

temperamendi, eelneva koolituse, tiitlite kohta. Ta oli muljetavaldav – tugeva pigmendiga, must-punase värvusega. Ta oli kompaktne, tugev ja jõulise kehaehitusega. Ta oli väga enesekindel ja rahuliku meelega. Ma olen lõputult tänulik sõpradele, kes mõistsid minu olukorda ja andsid ära koera, kellest sai minu sõber, minu varandus ja ... minu vabadus.

## Tutvumisaeg Chelliga

Katseaeg algas Chelli viimisega erinevatesse situatsioonidesse, et testida tema iseloomu stabiilsust. Loomulikult oli ta Schutzhundi treeningu käigus läbinud edukalt erinevad iseloomutestid, kuid ma pidin teda ise nägema ka sellistes olukordades, millesse ta võis sattuda minu heaks töötamisel.

Olime itaalia restoranis, keegi pillas maha nõudevirna. Mina karjatasin, Chelli ei liikunud oma paigallamami-



Varrukakatse ehk kaitsesooritus on kohustuslik osa saksa lambakoerte näitusel kasutusklassis osalevatel koertel. Katse jooksul ründab ja ähvardab varrukamees koerajuhti kahel korral – pikalt ja lühikeselt distantsilt. Koerajuhi käsu peale peab katset sooritav koer mõlemal korral varrukameest ründama, haarates hammastega varrukast, ning seejärel koerajuhi käskluse peale ka sellest lahti laskma. Peale lahtilaskmist peab koer jääma varrukameest valvama. Soorituse alusel hindab kohtunik koera iseloomumadusi.

selt. Ma viisin ta kinno vaatama „Godzillat“ ja „Starship Troopersit“ – mõlemad väga valjud ja lärmakad filmid. Ta jäi täiesti rahulikuks. Invaliidid, tõstukisõidud, uudishimulik puristava londiga elegant loomaaias, karjuvad ahvid, teetöölise puurid, karkjalgadel kõndijate paraad, krigisev tänavapuhustusmasin – miski ei häirinud teda. Ta oli ümbritseva suhtes erk ja tähelepanelik, seejuures täiesti enesekindel ja rahulik. Selline ongi kvaliteetse saksa lambakoera iseloom töötami-

sel. Chell on olnud lennukites, bussides, rongides, invafurgoonis ja isegi väikeses veerevas golfisõidukis. Ta läbis kõik testid suurepäraselt.

Chell on muljetavaldava välimusega. Esimene koolitaja, mulle tundmatu algaja, kelle ma palkasin, tuli meile koju, nägi Chelli rahulikus istumisasendis ukse kõrval ja karjatas. Ma vallandasin ta. Järgmine koolitaja, kelle tausta olin eelnevalt kontrollinud, oli kogenud. Ta oli varem koolitanud koeri inimesi abistama ja oli tõeliselt an-

dekas. Ta tegi Chelliga, kes muide väga armastab töötada, kõvasti trenni ja õpetas kannatlikult ka mind koera korrigeerima ja õpitud kinistama. Hea koolitaja on see, kes töötab hästi nii koera kui tema omanikuga – ja tema oli silmapaistev koolitaja.

Chell õppis käskluse peale asju välja tooma. Õpetus käis toore munaga, mis ära peideti, et harjutada „pehme suu“ tehnikat juhuks, kui talle antakse käsklus kanda väga õrnu asju. Ta õppis mind toetama, kui ma kukun, avama

käepideme külge seotud lapi abil külmakapi ust ning isegi münti maast üles võtma!

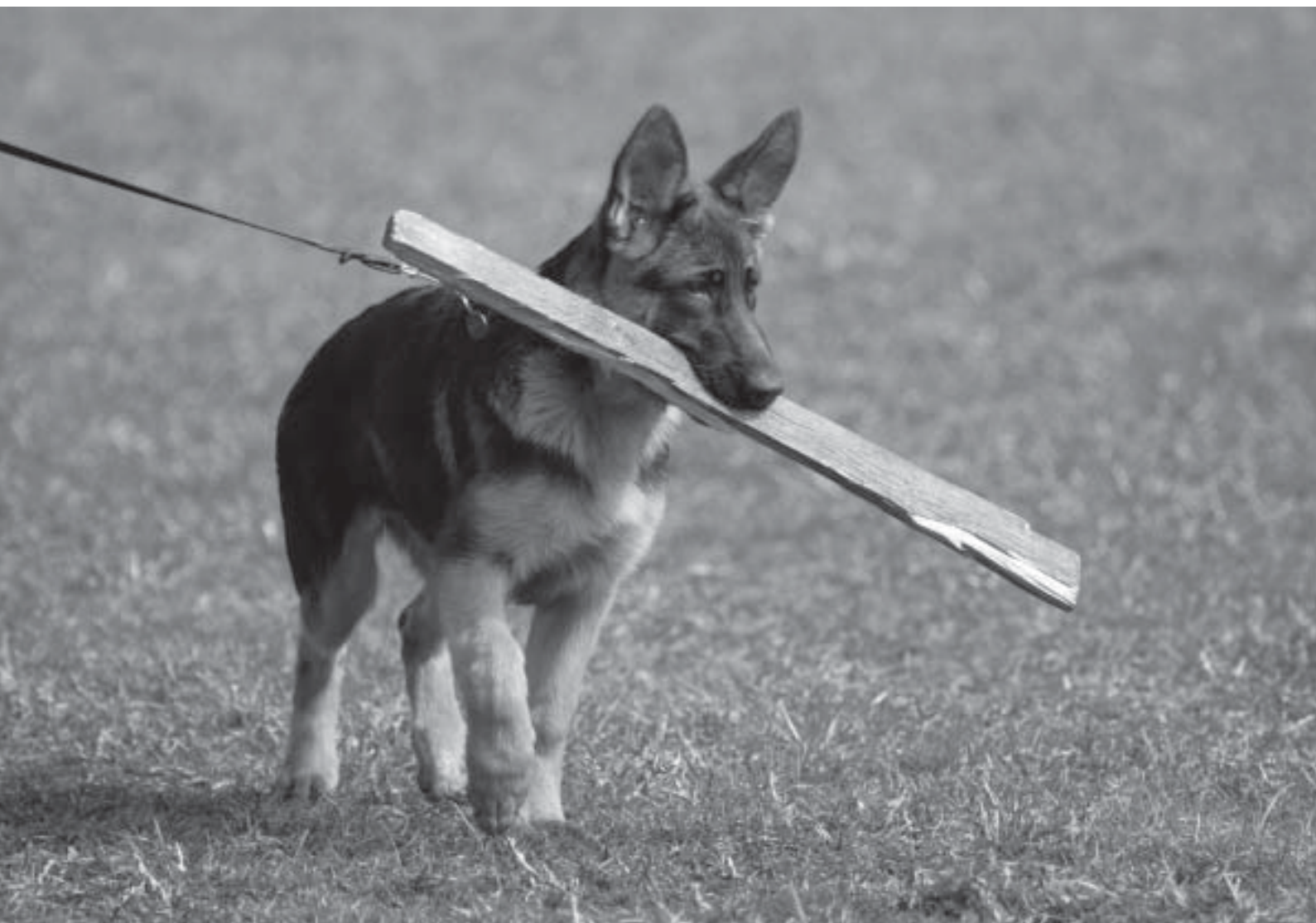
### „Avalikud” etteasted

Järgmiseks läksime me avalikesse kohtadesse. Eesmärgiks oli, et Chell, tema koolitaja ja mina läheme poodi, kus Chell hüppab oma käppadega kassa peale üles ja ulatab müüjale minu rahakoti. Müüja võtab raha, paneb vahetusraha tagasi, ulatab rahakoti tagasi Chellile, kes toob selle mulle. Müüja seob ostukoti kinni ja Chell hüppab uuesti üles ning haarab

selle ja kannab meie ostud – leiva, šampooni, ümbrikud jne. – poest välja. Ajapikku õppis Chell selgeks kõik vajaliku. Ma tahaks oma koolitajat tänada väga palju eest – ta mõistis, kuidas Chelli varasemalt oli koolitatud, ta kasutas tavakoolituse põhimõtetest erinevaid meetodeid ja oskas mind julgustada, kui ma tundsin, et ma polnud Chelliga piisavalt tööd teinud. Koolitaja oli suurepärase ja tänu temale on nüüd Chell välja õpetatud vastavalt minu vajadustele.

### Igapäevane kooselu

Meie päev algab Chelli tervitusega, kui ma ennast voodis keeran. Tema vaimustunud „Mmmmmmmmm” ja nägu, mis on minust vaid mõne tolli kaugusel, aitab mul võidelda haigusest tingitud eraldatuse ja frustratsiooniga. Kui halvasti sa ikka saad ennast tunda koeraga, kes on ülevoolavalt rõõmus, et veedad temaga kogu järgneva päeva? Üldiselt olen ma suuteline ennast ise riidesse panema, kuid Chell aitab mulle tuua kingi või tõsta üles mahakukkunud sokke,





kui mu seisund mõnel päeval ei lase mul asju korralikult haarata.

Õues teeb ta oma „asjatoimetused“ ja tuleb siis tuppa sööma kvaliteetset koeratoitu. Teenistuskoerad on tavaliselt rangel söötmisrežiimil. Seda sellepärast, et nende ainevahetus toimiks nii, et töötades gaaside väljutamist ei toimuks. Chell viibib sageli lähestikku inimestega, kes einestavad restoranis või töötavad raamatukogus – kohtades, kus õhu kvaliteet on oluline. Nii et kui keegi ütleb: „Vabandust, aga ma PIDIN teie armsale kutsule laua alla poetama mõned oma austrid ja natuke kapsast,“ tahaksin ma kangesti vastata: „See tähendab nüüd, et mina võibolla PEAN ärkama öösel kell kolm ja koera välja laskma... või hoopis vältima homme tema kaasavõtmist suletud ruumidesse.“

### „Palun ära patsuta mind – ma töötan!”

Chelli meresinisel sadulasarnasel töövormil on silt kirjaga „Palun ära patsuta mind – ma töötan“. Inimesed reageerivad sellele erinevalt alates „Aaaahh – kui armas!“ kuni hüüatuseni „Miks ei tohi patsutada?“ Kuid on ka sellised kummalisi ütlushiigi nagu „Ma ei ole kunagi oma elus veel hundile nii lähedal olnud“ või „Oo, mu Jumal, politseinikud!“.

Kuid üldreeglina tahaks

inimesed Chelli paitada ja hellitada, ning neil on lõputult küsimusi. Paljud paluvad patsutamiseks luba – mu vastus on ei, sest ta töötab, või palun oodata, kuni ta lõpetab töötamise ja ma saan talle anda vabastava käskluse. (sõna „okei“ tähendab, et ta on vaba). Miks ei tohi hellitada teenistuskoera töötamise ajal? Aga sellepärast, et see premeerib koera oma pere-mehele tähelepanu mitte pööramise eest, ja aja jooksul nõrgenevad sooritused märgatavalt.

Mõned inimesed arvavad, et teenistuskoer on ühiskondlik omand, ja kui ma olen saatnud Chelli ülesannet täitma, otsustavad teda patsutada ja kiita, arvates, et see on demonstratsiooniesinemine. Mul tuleb vastata paljudele küsimustele ja üldiselt teen seda meelsasti. Kuid vahel on päevi, kus ma tunnen, et ei taha olla liikuv „näita-ja-seleta“ eksponaat, ma tahaksin lihtsalt oma poeskäigu tehtud saada.

### Hooldus

Hooldus on teenistuskoera puhul üks põhiteemasid. Chelli tuleb umbes iga kahe kuu tagant pesta ja iga päev kammida-harjata. Kui ta ajab karva, teen ma seda mitu korda päevas. Kohvikus, kus ma käin, ei tahaks keegi saksa lambakoera aluskarvapundart oma cappuccinosse ujutada, eks ole! Ka küüsi tuleb

kord nädalas kergelt lõigata, et need ei kraabiks poelettidega tekitaks müra ametiasutustes. Karva tema käpapad-jandite vahel tuleb samuti pihurata, et poleks libisemisohtu libedal toidupoe põrandal. Chelli nägu pesen – lihtsalt tõmban kergelt niiske rätikuga üle – kui me läheme välja asju ajama. Hea pihustatav hooldusvedelik hoiab kasuka värskelt lõhnavana. Igapäevane kammimine ja kvaliteetne toit tagavad ilusa läikiva ja sileda kasuka. Teenistuskoeri lubatakse üldjuhul kõikjale, kuhu lubatakse nende peremehi, välja arvatud ehk haiglate steriilsed operatsioonitoad. Chelli töö viib teda restoranidesse, klubidesse, teatrisse ja mujale, nii et ta peab olema alati laitmatult puhas.

### Füüsiline vorm

Saksa lambakoerad vajavad füüsilist treeningut! Minu abistamine ja minuga asjaajamisel kaasaskäimine või lamamine sel ajal, kui ma näiteks söön, ei ole Chelli liikumisvajaduse rahuldamiseks piisav. Nii et ma viin teda põllule või metsa, viskan talle palli või piiksubat mänguasja, et ta saaks oma auru välja lasta ning olla metsik ja pöörane, kuni ta ära väsib. Siis rahustav jalutuskäik, seejärel tagasi koju ja peale väikest puhkust värskes veis ja maiusena koeraküpsis. Küpsis on üks vähestest ing-





liskeelsetest sõnadest, mida Chell teab – kogu tema töösõnavara on saksakeelne, kuna tema koolitaja ehitas treeningu üles Schutzhundi koolituse sõnavarale.

### **Korralikult koolitatud koer on töötades rahulik**

Chell teab selliseid sõnu nagu otsi, too, tule, lase lahti, võta, lama, istu, tasa, toeta (kui ma vajan abi tõusmisel), käpad üles ja teised käsklused. Ta tunneb ära võtmed, jalutusrihma, seljakoti, kaelarihma, jalutuskepi, joogi, külmkapi jne. Tema lemmiksõnadeks on aga „Tuubli poiss!“. Kii-

tus on talle parim tasu. Teda motiveerivad koolitusel tennisepall ja suuline kiitus. Korrigeerimine on suuline, harva, kui meil on millegagi probleeme, kasutame korrigeerivat kaelarihma.

Saksa lambakoera kasutuseesmärk oli algselt karjaajamine. Chell, olles erutatud väljaminekust, ringitab minu ümber ja togib mu selga, et mind nagu lammast kiiremini ukseni lükata.

Saksa lambakoer ei ole tõug, kellesse inimesed suhtuksid kaksipidiselt – pigem ollakse nende vastu kas positiivselt või negatiivselt meelestatud. Kõige tavalisem

reaktsioon Chelli puhul on „Vau!“. Paljudele meenutab saksa lambakoer jõustruktuure ning inimesed käituvad teda nähes väga viisakalt ja vaoshoitult.

Teenistuskoer võimaldab oma peremehel elada iseseisvat elu. Saksa lambakoer oma hea iseloomu ja tugeva kehaehitusega on minu jaoks ainuvõimalik mõeldav valik. Milline suurepärase võti vabadusse, milline suurepärase südamlilik, valvas, rahulik, enesekindel, hooliv sõber!

*Inglise keelest tõlkis  
Kaire Paavo*

# Meri lainetab ka lahesopis

**JUHAN NURME**

*Ma puhkan jalgu  
kadakasel rannal  
ja mõtlen,  
kuhu kulgeb tee.*

*Õhk heliseb,  
maa soojust õhkab,  
on päike sädeleva silla  
ehitanud üle vee.*

*Ning lahel luiged  
kui valged pilvetordid,  
must vesikana,  
erksad pardid.*

*Näen saart,  
kus meri  
taevaga saab üheks.  
Kas jõuan ükskord sinna?  
Või jõust jääb väheks  
ning unistus  
vaid näkku heitis kinda.*

*Tuul paisub,  
laine rannaliiva lakub.  
Kas jätkan matka,  
või kodu  
rohkem rõõmu pakub?*



