



Tööturuamet
 korraldaja
 Endl
 Vastu
 Telef
 Anu i
 tel: 62
 Ülle V
 tel: 62
 Anne
 tel: 66

bör
 Tallinn
 0 - 10
 faks
 sultar
 53
 3, e-post: ylle.veljend@tta.ee
 nsultant, jantumikorraldaja
 53 46 3050, e-post: anne.martin@tta.ee

inimeste juhtumi-

tallinn@tta.ee
 adaja
 anu.kippar@tta.ee
 korraldaja
 ylle.veljend@tta.ee

Lisainfo: Töö- ja sotsiaalkaitseamet, kodulehekülj www.tta.ee
 Loe lisa kaitsesüsteemi- ja töökeskustest Tallinna linna teenuste alt.

Abivahendite ostmise ja laenutuse kompenseerimine

1. Riik kompenseerib osaliselt puudega inimestele abivahendi ostmise, laenutuse ja nendega seotud teenused.
2. Pöördu abivahendi taotlemiseks kohaliku omavalitsusse.
3. Loe lisa Tallinnas osutatavate teenuste alt.

2012

Abiks
 puudega inimesele

I n f o t e a t m i k





Sotsiaal- ja Tervishoiuamet



Tallinna Puuetega Inimeste Koda
Tallinn City's Board of Disabled People

Infoteatmik

Abiks puudega inimesele

Tallinn 2012

*Neljas, parandatud ja täiendatud väljaanne
Koostas Tiia Tiik, Tallinna Puuetega Inimeste Koda*

Välja antud Tallinna Sotsiaal- ja Tervishoiuameti toetusel

Iga inimene on väärtus, igal inimesel on midagi anda

Selleks, et puudega inimene igapäevaelus rahuldavalt toime tuleks, on vaja väiksemat või suuremat abi. Mõnele piisab prillidest, teine vajab mitmeid abivahendeid ning teenuseid. Iga riigi ülesanne on oma kodanikke raskuste puhul abistada. Eesti Vabariigi põhiseaduse paragrahv 28 lg 4 kohaselt on lasterikkad pered ja puuetega inimesed riigi ning kohaliku omavalitsuse erilise hoole all.

Viimasel ajal räägitakse palju puuetega inimeste õiguste konventsioonist, mille Eesti Vabariigi president allkirjastas juba 2007. aastal ja riigikogu ratifitseeris 21. märtsil 2012. See dokument on aluseks puuetega inimeste õiguste eest seismisel, iseseisva toimetuleku strateegiate parandamisel, iga-aastaste tegevuskavade väljatöötamisel ning eelarvete planeerimisel.

Kuidas ja kust leida abi, saad teada sellest infomaterjalist. Brošüür sisaldab infot nii riiklike kui ka Tallinna linna pakutavate teenuste ja toetuste kohta ning annab ülevaate puuetega inimeste organisatsioonidest, mis aitavad Sul oma igapäevaeluga paremini toime tulla. Materjali autorid on lisanud ka oma kogemusi, et võiksid saada abi väiksema jõu- ja ajakuluga.

Sisukord

RIIKLIKUD TOETUSED JA TEENUSED

Puude raskusastme määramine	4
Töövõimetuspension	5
Sotsiaaltoetused puuetega inimestele	7
Rehabilitatsiooniteenus	11
Rehabilitatsiooniplaan	13
Taastus-, hooldus- ja õendusravi	14
Tööturuteenused	18

TALLINNA TOETUSED JA TEENUSED PUUETEGA INIESTELE

Tallinna abitelefon 1345	19
Sotsiaalhoolekande osakonnad	19
Soodustused ja toetused	20
Soodustused abivahendite ostmisel	22
Abivahendite firmad	23
Täiendav ravimihüvitis	27
Soodustused ühistranspordi kasutamisel	27
Parkimiskaart	29
Tallinna linna teenused	31

PUUETEGA INIESTE ÜHINGUD TALLINNAS

Tallinna Puuetega Inimeste Koja liikmed	50
Tallinna puuetega inimeste tegevuskeskus	52

PUUDE RASKUSASTME MÄÄRAMINE

Puue on inimese anatoomilise, füsioloogilise või psüühilise struktuuri või funktsiooni kaotus või kõrvalekalle, mis koostoimes erinevate suhtumuslike ja keskkondlike takistustega tõkestab ühiskonnaelus osalemist teistega võrdsetel alustel.

Riik maksab puudega inimestele sotsiaaltoetusi, kui puudega inimesel on oma puude tõttu lisakulutusi, näiteks on vaja abivahendeid, hooldust, rehabilitatsiooni või kui lisakulutused on seotud transpordi, töötamise või õppimisega.

Tulenevalt isiku vanusest, s.o laps (kuni 16-aastane), 16-aastane kuni vanaduspensioniealine inimene (edaspidi tööealine inimene) ja vanaduspensioniealine inimene, tuvastatakse puude raskusaste ning puudest tulenevad lisakulud erinevatel alustel. Puude raskusaste ja puudest tulenevad lisakulud tuvastatakse täiskasvanud inimesele kestusega 6 kuud, 1 aasta, 2 aastat, 3 aastat või 5 aastat.

Selle taotlemiseks tuleb pöörduda elukohajärgsesse pensioniametisse ja täita taotlus, kuhu tuleb märkida kindlasti oma **perearsti või sind raviva eriarsti andmed**, kellel on puude raskusastme ning puudest tulenevate lisakulude tuvastamiseks vajalik info inimese terviseseisundi kohta. Juhul, kui isik taotleb püsiva töövõimetuse ja puude raskusastme ning puudest tulenevate lisakulude tuvastamist üheaegselt, täidetakse ühine ekspertiisitaotlus.

Põhja Pensioniameti Tallinna büroo Tallinna klienditeenindus

Pronksi 12, 10117 Tallinn

Infotelefon: 16 106 või 6 121 360

Üldtelefon: 6 640 104

Faks: 6 640 101

E-post: info@pronksi.ensib.ee

Klientide vastuvõtt: E 8.30–18.00; T, K, N, R 8.30–16.30

Kodulehekülg: www.ensib.ee

Kuni 16-aastasel lapsel ja vanaduspensioniealisel inimesel tuvastatakse puude raskusaste lähtuvalt kõrvalabi, juhendamise või järelevalve vajadusest järgmiselt:

- **sügav**, kui inimene vajab ööpäevaringselt pidevat kõrvalabi, juhendamist või järelevalvet
- **raske**, kui inimene vajab igal ööpäeval kõrvalabi, juhendamist või järelevalvet
- **keskmine**, kui inimene vajab regulaarset kõrvalabi või juhendamist väljaspool oma elamiskohta vähemalt korra nädalas.

Tööealisel inimesel (16-aastasel kuni vanaduspensioniealisel inimesel) tuvastatakse puude raskusaste lähtuvalt igapäevasest tegutsemis- ja ühiskonnaelus osalemise piirangutest järgmiselt:

- **sügav**, kui inimese igapäevane tegutsemine või ühiskonnaelus osalemine on täielikult takistatud
- **raske**, kui inimese igapäevane tegutsemine või ühiskonnaelus osalemine on piiratud
- **keskmine**, kui inimese igapäevases tegutsemises või ühiskonnaelus osalemises esineb raskusi.

Tööealise inimese puudest tulenevad lisakulud tuvastatakse, arvestades tema vajadusi (ravimid, transport, abivahendid, erivajadused riietusele ja jalatsitele, suurenenud majapidamiskulutuste hüvitamise vajadus, kommunikatsioonivahendid) ja inimese kompenseerimata funktsioonihäirete suurus. Lisakulude arvutamiseks on välja töötatud algoritm.

TÖÖVÕIMETUSPENSION

Püsiv töövõimetus on täielik (100%), kui inimesel esineb haigusest või vigastusest põhjustatud tugevasti väljendunud funktsioonihäire, mille tõttu ta ei ole võimeline tööga elatist teenima või **osaline** (10–90%), kui inimene on võimeline tööga elatist teenima, kuid haigusest või vigastusest põhjustatud funktsioonihäire tõttu ei ole võimeline tegema talle sobivat tööd tööaja üldisele riiklikule normile vastavas mahus.

Töövõime kaotuse protsenti määratakse kestusega 6 kuud, 1 aasta,

2 aastat, 3 aastat, 5 aastat või kuni vanaduspensioniiikka jõudmiseni (kuid mitte kauem kui 5 aastat).

Töövõimetuspensioni arvutamise kohta vaata lisaks <http://www.ensib.ee/toovoimetuspension-2/>

Püsiva töövõimetuse tuvastamiseks tuleb inimesel täita vormikohane ekspertiisitaotlus. Täidetud taotluse võib tuua pensioniametisse, saata posti või e-posti teel digitaalselt allkirjastatult. Inimene peab olema nimeetatud arsti vastuvõtul käinud taotluse esitamisele eelneva 3 kuu jooksul. Püsiva töövõimetuse ekspertiisi teeb Sotsiaalkindlustusamet, kaasates ekspertarste. Juhul, kui isik taotleb püsiva töövõimetuse ja puude raskusastme ja puudest tulenevate lisakulude tuvastamist üheaegselt, täidetakse ühine ekspertiisitaotlus.

Töövõimetuspensioni taotlemiseks tuleb koos ekspertiisitaotlusega vajaduse korral esitada järgmised **täiendavad dokumendid püsiva töövõimetuse põhjuse tuvastamiseks:**

- 1) töövigastuse korral – tööõnnetuse raport
- 2) kutsehaiguse korral – kutsehaigestumise raport
- 3) politseiteenistuses teenistusülesannete täitmisel saadud vigastuse või teenistusega seotud haiguse korral – haigestumist või tervisekahjustuse saamist tõendavad dokumendid (tööõnnetuse raport, kutsehaigestumise raport, tervisekontrolli otsus, tervisetõend vms)
- 4) piirivalveteenistuses teenistusülesannete täitmisel saadud vigastuse või teenistusega seotud haiguse korral – haigestumist või tervisekahjustuse saamist tõendavad dokumendid (tööõnnetuse raport, kutsehaigestumise raport, tervisekontrolli otsus, tervisetõend vms)
- 5) päästeteenistuses teenistusülesannete täitmisel saadud vigastuse või teenistusega seotud haiguse korral – haigestumist või tervisekahjustuse saamist tõendavad dokumendid (tööõnnetuse raport, kutsehaigestumise raport, tervisekontrolli otsus, tervisetõend vms)
- 6) teenistuskohustustetäitmisel saadud vigastuse või teenistuskohustustega seotud haiguse korral – haigestumist või tervisekahjustuse saamist tõendavad dokumendid (tööõnnetuse raport, kutsehaigestumise raport, tervisekontrolli otsus, tervisetõend vms)
- 7) vigastuse või haigestumise korral tuumakatastroofi, tuumakatsetuse või aatomielektriijaama avarii tagajärjel – meditsiiniline dokument,

millest nähtub põhjuslik seos tuumakatastroofi, tuumakatsetuse või aatomielektriijaama avarii ja vigastuse või haigestumise vahel

- 8) vigastuse või haigestumise korral liiklusõnnetuse tagajärjel – politsei tõend liiklusõnnetuse kohta
- 9) vigastuse või haigestumise korral vägivallakuriteo tagajärjel – kohtuotsus või eeluurimisasutuse tõend kriminaalasja kohta.

Püsiva töövõimetus ekspertiis kestab kuni poolteist kuud. Pikenenud menetluse tõttu inimene rahas ei kaota.

Püsiv töövõimetus ulatusega 40–100% annab õiguse taotleda **töövõimetuspensioni**. Selleks on vaja täita töövõimetuspensioni taotlus, võtta kaasa pass (välismaalasel koos kehtiva elamisloaga) või isikutunnistus (ID-kaart), töövõimetus tõendav dokument, töövõimetus isiku pensioniõiguslikku ja pensionikindlustusstaaži tõendavad dokumendid, 1 foto (3 x 4 cm) ning pangakonto number, kui taotleja soovib pensioni kanda oma pangakontole.

Kui inimene ei nõustu ekspertiisiotsusega, võib ta 3 kuu jooksul alates otsusest teadasaamise päevast **pöörduda vaidega** Sotsiaalkindlustusameti (Lembitu 12, 15092 Tallinn) juures asuvasse **vaidluskomisjoni**. Vaides tuleb põhjendada, miks inimene otsusega nõus ei ole.

SOTSIAALTOETUSED PUUETEGA INIMESTELE

Sotsiaaltoetused on mõeldud puudest tingitud lisakulude, sealhulgas töötamisega seotud lisakulude katteks. Toetuse taotlemiseks tuleb pöörduda elukohajärgsesse pensioniametisse. Toetusi määratakse ja makstakse Eesti alalistele elanikele ja tähtajalise elamisloa või tähtajalise elamisõiguse alusel Eestis elavatele isikutele lisakulutusi põhjustava keskmise, raske või sügava puude korral.

Toetuse liike on mitmeid, kuid alati tuleb toetuse taotlemisel esitada

1. vormikohane avaldus
2. taotleja pass või ID-kaart
3. ekspertiisi otsus puude raskusastme kohta.

Mõne toetuse liigi puhul tuleb esitada ka lisadokumente.

Sotsiaaltoetuste arvutamise aluseks on puuetega inimeste sotsiaaltoetuste määr, mis 2012. aastal on 25,57 eurot (püsinud alates 2000. aastast samal tasemel).

Näiteks kui sul on liikumispuue ja väärja kõndimisasendi tõttu kulub oluliselt rohkem jalatseid, loetakse kaasnevaid kulutusi puudest tingitud lisakuludeks.

PUUDEGA LAPSE TOETUST makstakse igakuiselt kuni 16-aastasele puudega lapsele puudest tingitud lisakulude hüvitamiseks ja rehabilitatsiooniplaanis ettenähtud tegevusteks

- keskmise puudega lapsele 270% sotsiaaltoetuste määrast (2012. aastal 69,04 eurot)
- raske või sügava puudega lapsele 315% sotsiaaltoetuste määrast (2012. aastal 80,55 eurot).

Selle toetuse puhul tuleb lisaks muudele dokumentidele esitada ka lapse sünnitunnistus.

PUUDEGA TÖÖEALISE INIMESE TOETUST makstakse igakuiselt puudega tööealisele inimesele puudest tingitud lisakulude hüvitamiseks. Toetust makstakse vastavalt lisakuludele, kuid mitte vähem kui 65% sotsiaaltoetuste määrast (2012. aastal 16,62 eurot) ja mitte rohkem kui 210% sotsiaaltoetuste määrast (2012. aastal 53,70 eurot) kuus.

PUUDEGA VANADUSPENSIONEALISE INIMESE TOETUST makstakse igakuiselt keskmise, raske või sügava puudega vanaduspensioneeriale inimesele puudest tingitud lisakulude hüvitamiseks ja rehabilitatsiooniplaani olemasolu korral selles ettenähtud tegevusteks

- keskmise puudega isikule 50% sotsiaaltoetuste määrast (2012. aastal 12,79 eurot)
- raske puudega isikule 105% sotsiaaltoetuste määrast (2012. aastal 26,85 eurot)
- sügava puudega isikule 160% sotsiaaltoetuste määrast (2012. aastal 40,91 eurot).

PUUDEGA VANEMA TOETUST makstakse igakuiselt kuni 16-aastast last ja põhikoolis, gümnaasiumis või kutseõppeasutuses õppivat kuni 19-aastast last kasvatavale

- puudega üksikvanemale
- ühele puudega abikaasadest
- üksi last kasvatavale puudega võõrasvanemale
- üksi last kasvatavale puudega eestkostjale
- üksi last kasvatavale puudega isikule, kui temaga on sõlmitud sotsiaaltoetuste seaduse alusel kirjalik perekonnas hooldamise leping.

Puudega vanema toetuse suurus on 75% sotsiaaltoetuste määrast (2012. aastal 19,18 eurot).

Toetuse taotlemisel tuleb lisadokumentidena esitada

1. lapse sünnitunnistus
2. õpilaspilet või õppeasutuse teatis lapse õppimise kohta põhikoolis, gümnaasiumis või kutseõppeasutuses, kui toetust taotleb 16–19-aastast last kasvatav puudega isik
3. perekonnaseisu tõendav dokument, üksikvanema tõend või toetuse taotleja omakäeline kinnitus, et ta kasvatab last üksinda, kui toetust taotleb last üksi kasvatav puudega isik
4. teise abikaasa kirjalik nõusolek, kui toetust taotleb üks puudega abikaasadest.

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

Õppetoeust suurus on 25–100% sotsiaaltoetuste määrast vastavalt tegelikele lisakulutustele (2012. aastal 6,39–25,57 eurot).

Toetuse taotlemisel tuleb lisadokumentidena esitada

1. õppeasutuse teatis õppimise kohta, õpilaspilet või üliõpilaspilet
2. dokument puudest tingitud ja õppetööga seotud lisakulude või selliste kulutuste tegemise vajaduse kohta
3. omakäeline kinnitus mittetöötamise kohta.

TÖÖTAMISTOETUST makstakse 16-aastasele ja vanemale töötavale puudega inimesele, kellel on puudest tingituna tööga seotud lisakulutusi. Seda makstakse inimese enda tegelike, puudest tingitud töötamisega seotud kulutuste osaliseks hüvitamiseks kuni 10-kordses sotsiaaltoetuste määras kolme kalendriaasta jooksul alates toetuse esmakordsest määramisest. Kui kolme kalendriaasta jooksul tehtud lisakulud on maksimumsummast väiksemad, makstakse toetusena välja puudega inimese kauba või teenuse eest tegelikult tasutud summa.

Toetusega hüvitatavad kulutused peavad olema tehtud töötamise ajal. Enne töötamise algust ja pärast töötamise lõppu tehtud kulutuste hüvitamiseks toetust ei maksta. Toetust makstakse vastavalt esitatud kuludokumentidele kalendriaasta kestel tehtud kulutuste eest. Eelmisel kalendriaastal tehtud kulutuste eest makstakse toetust, kui avaldus toetuse saamiseks on esitatud hiljemalt jooksva aasta 31. märtsil.

Toetuse taotlemisel tuleb lisadokumentidena esitada

1. tööraamat või muu töötamist tõendava dokument
2. dokument töötamisega seotud kulude kohta
3. kirjalik selgitus puudest tingitud ja töötamisega seotud lisakulu vajaduse kohta.

REHABILITATSIOONITOETUST makstakse 16–65-aastasele puudega inimesele aktiivseks rehabilitatsiooniks sotsiaalministri määratud rehabilitatsiooniasutustes.

Rehabilitatsioonitoetust makstakse tegelike rehabilitatsioonikulude osaliseks hüvitamiseks kuni 200% sotsiaaltoetuste määrast kalendriaasta jooksul (2012. aastal 51,14 eurot).

Toetuse taotlemisel tuleb esitada lisaks dokument rehabilitatsioonikulude kohta.

TÄIENDUSKOOLITUSTOETUST makstakse töötavale puudega inimesele tööalaseks ja tasemekoolituseks. Seda võimaldatakse koolituskulude osaliseks hüvitamiseks kuni 24-kordses sotsiaaltoetuste määras (613,68 eurot) kolme kalendriaasta jooksul alates toetuse esmakordsest määramisest.

Toetuse taotlemisel tuleb lisadokumentidena esitada

1. tööraamat või muu töötamist tõendav dokument
2. dokument täienduskoolituskulude kohta.

Näiteks saab täienduskoolitustoetust taotleda koristaja ametikohal töötav puudega inimene, kes soovib õppida tasulistel kursustel kasutama uusi kaasaegseid töö- ja puhastusvahendeid.

REHABILITATSIOONITEENUS

REHABILITATSIOONITEENUS on sotsiaalteenus, mille eesmärk on parandada puudega inimese iseseisvat toimetulekut, suurendada ühiskonda kaasatust ja soodustada töötamist või tööle asumist. Rehabilitatsiooniteenuse käigus hinnatakse inimese toimetulekut ja kõrvalabi vajadust, tehakse ettepanekuid kodu-, töö- ja õpikeskkonnakohandamiseks, abivahendi(te) saamiseks ja kasutamiseks. Inimest nõustatakse erinevates valdkondades, et parandada tema edasist sotsiaalset toimetulekut.

Õigus rehabilitatsiooniteenusele on

1. kõigil puuet taotlevatel lastel ja neil puuet taotlevatel tööealistel isikutel, kelle suhtes teeb vastava otsuse Sotsiaalkindlustusamet
2. puudega lastel ja täiskasvanutel
3. tööealistel (16-akuni vanaduspensionari ealistel) psüühilise erivajadusega inimestel, kelle töövõime kaotus on vähemalt 40%
4. alaealiste komisjoni otsusel rehabilitatsiooninõustamisele suunatud isikutel.

Rehabilitatsiooniteenuste raames

1. koostatakse isiklik rehabilitatsiooniplaan (lastele kehtivusega 6 kuud, 1 aasta, 2 aastat või 3 aastat; täiskasvanutele kehtivusega 6 kuud, 1 aasta, 2 aastat, 3 aastat või 5 aastat)
2. juhendatakse inimest, kuidas rehabilitatsiooniplaanis kirjeldatud tegevusi ellu viia.
3. osutatakse järgmisi rehabilitatsiooniplaanis märgitud teenuseid:
 - rehabilitatsioonivajaduse hindamine ja planeerimine

- rehabilitatsiooniplaani täitmise juhendamine
- rehabilitatsiooniplaani täiendamine ja tulemuste hindamine
- füsioterapeudi teenus (individuaalne ja grupidöö)
- tegevusterapeudi ja loovterapeudi teenus (individuaalne ja grupidöö)
- sotsiaaltöötaja teenus (individuaalne, perenõustamine ja grupinõustamine)
- eripedagoogi teenus (individuaalne, perenõustamine ja grupinõustamine)
- psühholoogi teenus (individuaalne, perenõustamine ja grupinõustamine)
- logopeedi teenus (individuaalne, seanss perele ja grupinõustamine).

Rehabilitatsiooniteenuseid võib vajadusel osutada kokku kuni kalendriaastaks kehtestatud maksimaalse maksumuse täitumiseni, näiteks puudega lastele kuni 1295 euro eest ja puudega täiskasvanutele kuni 448 euro eest aastas.

Rehabilitatsiooniteenuse taotlemine

Rehabilitatsiooniteenuse saamiseks tuleb täita **rehabilitatsiooniteenuse taotlus**. Seda ei pea täitma inimene, kes suunatakse rehabilitatsioonile puude raskusastme määramisel.

Enne kui lähed rehabilitatsiooniteenust taotlema, mõtle, kas sul on aega rehabilitatsiooniasutuses viibimiseks ning võimalik saada transporti. Majutus keskuses ja transport kompenseeritakse osaliselt. Kui sa ise taotlust esitama minna ei saa, võid juba täidetud ja allkirjastatud dokumendid saata kas või tähitud kirjaga.

Pensioniametisse võta kindlasti kaasa koopia isikut tõendavast dokumendist. Seaduslikul esindajal on vaja lisaks taotlusele esitada ka esindusõigust tõendava dokumendi koopia.

Psüühilise erivajadusega inimesed esitavad lisaks

- 1) perearsti või eriarsti tõendi (väljavõtte haigusloost või tervisekaardist) psüühikahäire esinemise kohta

NB! Tõendit ei pea esitama dementsuse diagnoosiga vanaduspensioni ikka jõudnud isik, kellel ei ole lisaks muud psüühikahäiret; samuti isik,

kellel on kehtiv otsus psüühikahäire tõttu tuvastatud puude või püsiva töövõimetuse kohta pärast 01.01.2003.

2) perearsti või eriarsti tõendi somaatiliste haiguste kohta.

Rehabilitatsiooniteenusele suunamise otsus langetatakse 10 päeva jooksul. Kui inimesel on õigus rehabilitatsioonile, saadetakse posti teel talle suunamiskiri, millele on lisatud rehabilitatsiooniasutuste nimekiri. Lõpliku otsuse teed sina ise.

Enne rehabilitatsiooniasutuse valimist mõtle, milline keskus sulle sobib – uuri, millised spetsialistid seal töötavad, milliseid teenuseid pakutakse. Heaks abistajaks ja nõuandjaks võib olla mõni sama puudega inimene, kellel on eelnevaid kogemusi. Valitud asutusega peab ühendust võtma **21 päeva jooksul** ja aja kokku leppima. **Kui sul ei õnnestu mõjuvatel põhjustel rehabilitatsioonile minna, teavita sellest kohe pensioniametit.**

REHABILITATSIOONIPLAAN

Isiklik rehabilitatsiooniplaan on puudega inimesele väga oluline dokument. Ole plaani tegemise juures aktiivne kaasarääkija. Küsi juba enne infot ja mõtle läbi oma vajadused! Rehabilitatsiooniplaanis antakse hinnang sinu tegevusvõimele ning koostatakse tegevuskava.

Tegevuskavas on kirjas sinu rehabiliteerimiseks vajalikud tegevused, teenused ja abivahendid. Samuti märgitakse ära nende hulk, sagedus, kestus ning võimalikud teenuste osutajad. **Tegevuskavasse märgitakse ka teenused, mida võib pakkuda ja rahastada kohalik omavalitsus, tööhõiveamet või haigekassa.**

*Näiteks kui vajad isiklikku abistajat, invatransporti või sinu korter vajab kohandamist, on **väga oluline, et need teenused oleksid kirjas rehabilitatsiooniplaanis.***

Kinnitad oma allkirjaga, et oled rehabilitatsiooniplaaniga tutvunud ja sellest aru saanud. Rehabilitatsiooniasutus koostab osutatud teenuste kohta arve, mis esitatakse koos plaaniga pensioniametile. Kinnitad oma

allkirjaga, et oled teenuseid saanud. Rehabilitatsiooniplaani originaal saadetakse sulle tähitud kirjaga, koopia läheb pensioniametisse.

Vaidlustamine

Kui inimene leiab, et rehabilitatsiooniteenuse osutamise käigus on rikutud tema õigusi, võib ta kolme kuu jooksul esitada vabas vormis vaidlustava avalduse Sotsiaalkindlustusameti (Lembitu 12, 15092 Tallinn) juures asuvasse vaidluskomisjoni.

Vaidesse märgitakse

1. haldusorgani nimetus, kellele vaie on esitatud
2. vaide esitaja nimi või nimetus, postiaadress ja sidevahendite numbrid
3. vaidlustatava haldusakti või toimingu sisu
4. põhjused, miks vaide esitaja leiab, et haldusakt või toiming rikub tema õigusi
5. vaide esitaja selgelt väljendatud taotlus
6. vaide esitaja kinnitus selle kohta, et vaieldavas asjas ei ole jõustunud kohtuotsust ega toimu kohtumenetlust
7. vaidele lisatud dokumentide loetelu
8. allkiri.

Vaidele kirjutab alla rehabilitatsiooniteenuseid kasutanud isik või tema esindaja. Viimasel juhul tuleb vaidele lisada esindusõigust tõendav dokument või volikiri, juhul kui seda ei ole varem esitatud.

TAASTUS-, HOOLDUS- JA ÕENDUSRAVI

TAASTUSRAVI on suunatud häirunud funktsioonide taastamisele, säilitamisele või puudega kohanemisele. Tegu on töövõimet või toimetulekut taastava raviga. Taastusravi tehakse nii ambulatoorselt kui ka statsionaarselt. Haigekassa tasub taastusravi eest, kui see on osutatud kindlustatule meditsiinilisel näidustusel.

NB! Palu need teenused ka rehabilitatsiooniplaani märkida.

Tavaliselt otsustab taastusarst, kas taastusravi on näidustatud ning millised protseduurid on patsiendile vajalikud. Kuid ka teiste erialade arstid (näiteks neuroloogid) määravad mõningaid taastusravi protseduure oma patsientidele.

Et haigekassa tasuks taastusravi eest, peab olema arsti saatekiri taastusarsti vastuvõtule.

Haigekassa tasub kindlustatu tervishoiuteenuste eest ainult siis, kui ravi-asutusel on olemas leping haigekassaga. Intensiivseks statsionaarseks taastusraviks, mille eest haigekassa tasub 100%, on vajalik taastusarsti suunamine. 20-protsendilise omaosalusega funktsioone toetavale statsionaarsele taastusravile võivad suunata ka teised arstid.

HOOLDUSRABI eesmärgiks on patsiendile parima võimaliku elukvaliteedi/toimetuleku saavutamise või säilitamine. Hooldusravi sihtgrupiks on patsiendid, kes vajavad õendusabi, kuna ei tule iseseisvalt toime kroonilistest haigusest tingitud erinevate häirete ja puuete tõttu. Enamasti on tegemist üle 65-aastaste inimestega. Ka hooldusravi osutatakse nii statsionaarselt (haiglas) kui ambulatoorselt (koduõendus, vähihaigetekodune toetusravi). Hooldusravile suunatakse arsti saatekirjaga. Omaosalus statsionaarses hooldusravis on 15%. Voodipäevatasu on hooldusravi korral 6,45 eurot päevas.

Ambulatoorsed hooldusravi teenused, sh koduõendusteenus, on inimesele endiselt tasuta. Selle eest maksab tervishoiuteenuse osutajale haigekassa. Koduõendusvisiidil tehtavate toimingute hulka kuuluvad õendushooldusplaani koostamine, õendusala nõustamine, patsiendi põetamine, ravi protseduuride ja teatud laboriuuringute tegemine.

Lepingupartnerite kohta saad infot haigekassast. Hoolekandeteenuste (hooldekodud jm) kohta saab täpsemat infot **kohalikust omavalitsusest**.

Haigekassa Harju osakond (sh Tallinn)

Lastekodu 48, 10144 Tallinn

Infotelefon: 16 363

Sekretär: 6 033 630

Faks: 6 033 631

E-post: harju@haigekassa.ee

Klientide vastuvõtt: E–R 8.30–16.30

Kodulehekülg: www.haigekassa.ee

KODUÕENDUS

Teenust osutavad erialase koolituse läbinud, kõrge kvalifikatsiooniga koduõed Tallinna linna piires. Sihtgrupiks on hooldushaiglast, pikaajalise ravi osakondadest või teistest haiglatest lahkunud patsiendid, kes ei vaja aktiivset ravi, vaid õendushooldusabi. Teenus sobib ka patsientidele, kellel õendushooldus võimaldab ennetada haiglaravile sattumist, liikumisvõimetutele ja liikumispuudega inimestele, tõsiste füüsiliste probleemidega kroonilistele voodihaigetele, samuti surijatele. Teenuse saamiseks on vajalik pöörduda oma pere- või eriarsti poole, kes väljastab saatekirja. Seejärel pöördu koduõenduse teenuse osutaja poole.

Alba Õendusteenused OÜ

Jaagu talu, Vilivalla küla, Padise vald, Harju maakond

Telefon: 58 504 483

Kodulehekülg: www.albaoendus.ee

AS Ida-Tallinna Keskhaigla

Energia 8, Tallinn

Telefon: 6 771 800

E-post: eha.rumberg@itk.ee

Kodulehekülg: www.itk.ee/kliinikud/hooldusravikliinik/hooldusravikliinikust/hooldusravikeskus/koduoendus

AS Lääne-Tallinna Keskhaigla

Sõle 16, Tallinn

Telefon: 6 665 312 või 56 623 484 või 6 665 489

E-post: koduoendus@keskhaigla.ee

Kodulehekülg: www.ltkh.ee/index.php?page=347

Avahoole OÜ

Tökke 30, Saue

Telefon: 6 840 901

E-post: info@avahoole.ee

Kodulehekülg: www.avahoole.ee

Eldred OÜ

Roosipõõsa tee 16/2, Rae küla, Rae vald

Telefon: 58 200 202

Kodulehekülg: www.eldred.ee

OÜ Depoo

Anijärve tee 11, Lubja küla, Viimsi vald

Telefon: 5 277 437

Kodulehekülg: www.koduoendus.ee

TÖÖTURUTEENUSED

Puuetega inimestele suunatud tööturuteenuste eesmärk on puudest tingitud takistuste kõrvaldamine töökoha saamisel ja töötamisel. Töötuna arvelevõtmiseks tuleb pöörduda endale sobivasse töötukassa osakonda konsultandi vastuvõtule.

Puudega inimene on see, kellel on määratud puue või kes on tunnustatud osaliselt või täielikult töövõimetuks. Lisaks puuetega inimestele toetatakse alates 2010. aastast ka pikaajalise tervisehäirega töötuid ja töötavaid inimesi, kellel pikaajaline tervisehäire takistab töölesaamist või töötamist. Kõigi teenuste vajadust hindab juhtumikorraldaja, kaasates vajadusel eksperte.

Töötukassa toetab puuetega inimesi järgmiste tööturuteenustega:

1. tööruumide ja -vahendite kohandamine
2. töötamiseks vajaliku tehnilise abivahendi tasuta kasutada andmine
3. tugiisikuga töötamine
4. abistamine tööintervjuul
5. hooldusteenus tööturuteenusel osalemise ajal või tööle asumisel.

Lisaks nimetatud teenustele on võimalik osa saada ka teistest tööturuteenustest, milleks on nt karjääriinõustamine (s.h karjääriinfotuba), psühholoogiline nõustamine, võlanõustamine, sõltuvusnõustamine ja sotsiaalne rehabilitatsioon.

Töötukassa Tallinna ja Harjumaa bürood

Tõnismäe büroo – Endla 4, 10142 Tallinn

Tel. 6 263 300; 6 263 251

Tondi büroo – Pärnu mnt 139, 11317 Tallinn

(punane, nn Catwees'i maja)

Tel. 6 506 307; 6 506 308

Tähesaju büroo – Tähesaju tee 14, 13917 Tallinn

Tel. 6 024 944; 6 024 945

Klientide vastuvõtt:

E, K, N 8.15–16.00; T 8.15–17.30 ning R 8.15–12.00

(iga kuu viimasel reedel 8.15–10.00)

E-post: tallinn@tootukassa.ee

Lisainfo: www.tootukassa.ee

Kaitstud koolitus- ja töökeskustest saad lugeda lisaks Tallinna linna teenuste alt.

Tallinna toetused ja teenused puuetega inimestele

Toetusi ja teenuseid saab taotleda ainult see puudega inimene, kes on kantud Tallinna linna elanikeregistrisse. Sotsiaalosakonda minnes võta kaasa isikut tõendav dokument ja puude otsus.

TALLINNA ABITELEFON 1345

Abitelefoni 1345 töötab ööpäevaringselt, helistamise eest tasub helistaja kohaliku kõne minutihinna järgi. Ootamatutele ja kiiret lahendust vajavatele tehnilistele olmeprobleemidele leitakse lahendus või antakse nõu edasise tegevuse kohta. Kui tulemus pöördumatult ei rahulda, on soovitatav teha korduvpäring või saata märgukiri ebarahuldava teeninduse kohta.

SOTSIAALHOOLEKANDE OSAKONNAD

Teenuste või toetuste saamiseks pöördu elukohajärgsesse sotsiaalhoolekande osakonda.

Haabersti Linnaosa Valitsuse sotsiaalhoolekande osakond

Ehitajate tee 109a, 13514 Tallinn
Tel. 6 404 862

Kristiine Linnaosa Valitsuse sotsiaalhoolekande osakond

Tulika 33b, 10615 Tallinn
Tel. 6 457 140

Lasnamäe Linnaosa Valitsuse sotsiaalhoolekande osakond

Pallasti 54, 13619 Tallinn
Tel. 6 457 753

Mustamäe Linnaosa Valitsuse sotsiaalhoolekande osakond

Tammsaare tee 135, 12915 Tallinn
Tel. 6 457 560

Nõmme Linnaosa Valitsuse sotsiaalhoolekande osakond

Nõmme-Kase 12b, 11617 Tallinn
Tel. 6 457 384

Pirita Linnaosa Valitsuse sotsiaalhoolekande osakond

Merivälja tee 24, 11911 Tallinn
Tel. 6 457 623

Põhja-Tallinna Valitsuse sotsiaalhoolekande osakond

Kotzebue 2, 10412 Tallinn
Tel. 6 457 088

Tallinna Kesklinna Valitsuse sotsiaalhoolekande osakond

Pärnu mnt 9, 10148 Tallinn
Tel. 6 457 832

SOODUSTUSED JA TOETUSED

Puudega inimestele maksab toetusi linnaosa sotsiaalhoolekande osakond. Sissetulekust sõltuvate toetuse taotlemise õigus on isikul, kelle perekonna netosissetulek esimese pereliikme kohta on väiksem kehtivast palga alammäärast ja iga järgmise pereliikme kohta väiksem kui 80% kehtivast palga alammäärast. Toetuste kohta saad infot Tallinna linna kodulehelt www.tallinn.ee või elukohajärgsest sotsiaalhoolekande osakonnast.

PEREKONNA SISSETULEKUST SÕLTUVAD TOETUSED

Puudega isikutele makstakse toetusi

- 1) toimetuleku tagamiseks 64 eurot
- 2) puudega lapse perele rehabilitatsiooniteenuse osaliseks hüvitamiseks 128 eurot
- 3) rehabilitatsiooni- ja taastusraviteenuse osaliseks hüvitamiseks 96 eurot
- 3) abivahendite soetamise osaliseks hüvitamiseks 128 eurot
- 4) retseptiravimite ja vaktsineerimise maksumuse osaliseks hüvitamiseks 160 eurot
- 5) teatripiletite maksumuse osaliseks hüvitamiseks 32 eurot

Võta sotsiaalhoolekandeosakonda kaasa isikut tõendav dokument ning kõigi samal aadressil elavate isikute sissetulekut tõendavad dokumendid (kolme viimase kuu palgatõend, otsus puude raskusastme tuvastamise kohta, koolitõend pärast 9. klassi (kui peres on õppivaid lapsi) ja elatise kohtuotsus, kui sulle makstakse elatisraha. (Kui sulle makstakse elatist kokkuleppe alusel, saad kirjutada avalduse kohapeal.)

PEREKONNA SISSETULEKUST MITTESÕLTUVAD TOETUSED

HOOLDAJA MÄÄRAMINE JA HOOLDAJATOETUSE TAOTLEMINE

Keskmise, raske või sügava puudega isikule hooldaja määramiseks ja hooldajatoetuse maksmise taotlemiseks tuleb esitada avaldus hooldatava elukohajärgse linnaosa valitsuse sotsiaalhoolekande osakonda. Hooldaja-

toetuse taotlemisel teeb linnaosa valitsuse sotsiaalhoolekande osakonna sotsiaaltöötaja kodukülastuse ning vormistab hooldusvajaduse hindamise akti, kaasates vajadusel ka teisi spetsialiste. Hoolekande osakonna juhataja või tema asetäitja teeb otsuse hooldajatoetuse määramise või määramisest keeldumise kohta hooldusvajaduse hindamise akti ja hooldaja vastavuse põhjal määrusega sätestatud tingimustele ühe kuu jooksul taotluse esitamisest.

Hooldajatoetuse määrad kehtestatakse alljärgnevalt:

- 1) vähemalt 16-aastase raske puudega isiku hooldajale 15,40 eurot kuus
- 2) vähemalt 16-aastase sügava puudega isiku hooldajale 25,60 eurot kuus
- 3) 3–16-aastase keskmise, raske või sügava puudega lapse hooldajale 19,20 eurot kuus.

PENSIONILISA MAKSMINE

Pensionilisa taotlemise õigus on vanadus- või töövõimetuspensioni saajatel ning täisealistel rahva- või toitjakaotuspensioni saajatel. Avaldus toetuse saamiseks tuleb esitada elukohajärgsele sotsiaalhoolekande osakonnale sünnikuule eelneval kuul või sünnikuul. 2012. aastal on pensionilisa suuruseks 76,70 eurot. Avaldust ei pea uuesti esitama need, kes 2011. aastal said pensionilisa.

PUUDEGA LAPSE TOETUS

Toetus määratakse vanemale, eestkostjale või lapse hooldajale, kes rahvastikuregistri andmetel on olnud Tallinna linna elanik vähemalt aasta enne toetuse taotlemise aasta 1. jaanuari ja elab rahvastikuregistri andmetel lapsega ühel aadressil. Lapse hooldajal on õigus taotleda toetust ka tingimusel, kui ta rahvastikuregistri andmetel elab väljaspool Tallinna linna, kuid laps on Tallinna linna elanik. Toetust ei saa need vanemad, kelle lapsele on määratud töövõimetuspension. Puudega lapse toetus 2012. aastal on 76,70 eurot.

VAIDLUSTE LAHENDAMINE

Sotsiaalteenuste ja muu abi osutamise ja ning sotsiaaltoetuste maksmise seotud vaidlusi lahendab linnaosa vanem. Vaie tuleb esitada linnavalitsusele või maavanemale, toetudes sotsiaalhoolekande korraldamise juhendile, mis on kehtestatud Tallinna Linnavalitsuse 18.04.2007 määrusega nr 31. Vaidele tuleb vastata 30 päeva jooksul. Sotsiaalhoolekande korraldamise seotud vaidlusi lahendab sotsiaal- ja tervishoiuvaldkonda kureeriv abilinnapea. Sel juhul on võimalus pöörduda halduskohtusse ka ilma vaiet esitamata.

SOODUSTUSED ABIVAHENDITE OSTMISEL

ABIVAHENDI TAOTLEMINE – pöördu elukohajärgsesse sotsiaalhoolekande osakonda, kus arstitõendi alusel väljastatakse isikliku abivahendi kaart.

Tehniliste abivahendite kasutamise vajaduse määrab

1. tehniliste väikeabivahendite korral perearst või eriarst
2. keeruliste tehniliste abivahendite korral eriarst või rehabilitatsiooniasutus.

Kui abivahendi maksumus on enam kui 1278,23 eurot, tuleb pöörduda vabas vormis avaldusega **Tallinna Sotsiaal- ja Tervishoiuameti** abivahendite komisjoni poole aadressil Narva mnt 11d. **Eelisjärjekorras** võimaldatakse soodustingimustel **abivahendite ostmist, laenutamist või nendega seotud teenuseid lastele ja tööealistele isikutele** rehabilitatsiooniplaani või eriarsti tõendi alusel.

Selleks on vajalikud järgmised dokumendid:

- 1) isiklik abivahendikaart
- 2) kirjalik taotlus toimetuleku kirjeldusega
- 3) puuet tõendav dokument (AEK otsus)
- 4) vähempakkumine vähemalt kahelt firmalt.

Juhul, kui abivahendite müümine või laenutamine ei ole kohe võimalik, seab abivahendeid müüv ja laenutav ettevõtte sisse taotlejate järjekorra, mille alusel abivahendeid müüakse ning laenutatakse. Korduvalt määratud väikeabivahendite ostmiseks, laenutamiseks või nendega seotud

teenuste kompenseerimise taotlemiseks pöörduv taotleja abivahendeid väljastavasse ettevõttesse. Ettevõtte kooskõlastab enne abivahendi müüki või laenutamist taotluse maavalitsusega.

Korduvalt määratud keerulisemate abivahendite kompenseerimise taotlemiseks ja erandjuhtumitel esitab isik vabas vormis avalduse abivahendite komisjonile. Isikul on õigus soodustingimustel eraldatavale tehnilisele abivahendile (v.a ühekordseks kasutamiseks olevad abivahendid) pärast eelmise kasutusaja möödumist. Kui abivahend osutub kasutuskõlbmatuks garantiiaja jooksul või see isikule ei sobi, loetakse abivahend selle ettevõtte praagiks ja kuulub ümbertegemisele või -vahetamisele väljastaja omavahendite arvelt.

ABIVAHENDITE FIRMAD

*ortopeedilised jalanõud,
liikumisabivahendid, proteesid,
ortoosid*

AS Gadox

J. Sütiste tee 19A, Tallinn
Tel.: 6 777 808 või 6 777 808
E-post: info@gadox.ee
Kauplus: Paldiski mnt 68a,
Tallinn (Merimetsa
Tervisekeskuse I korrusel)
Telefon: 6 405 505
E-post: kauplus@gadox.ee
Kodulehekülg: www.gadox.ee

*ortoosid, proteesid, tallatoed,
liikumisabivahendid*

Eesti Ortoosikeskuse OÜ

Türi tn 6, Tallinn
Telefon: 6 556 326
E-post: info@ortoosikeskus.ee
Kodulehekülg: www.
ortoosikeskus.ee

*ortoosid, proteesid, ortopeedilised
jalatsid, tugikorsetid*

Ortopeediakeskus OÜ

Paldiski mnt 68a, kabinet 251,
Tallinn
Telefon: 6 405 535
E-post: ortkesk@solo.ee
Kodulehekülg: www.
ortopeediakeskus.ee

ortopeedilised abivahendid

Ortoosimeister OÜ

Koidu 17, Tallinn
Telefon: 5 8049 993

*liikumis-, hooldus- põetus-
abivahendid*

Tervise Abi OÜ

Ädala tn 8, Tallinn
Telefon: 6 737 811
E-post: info@terviseabi.ee
Filiaalid
Magdaleena Haigla polikliinikus,
Mustamäe Haiglas,
Ädala müügipunktis,
Lasnamäe Erakliinikus Balneom
Kodulehekülg: www.terviseabi.ee

*liikumis-, hooldus- ja
põetusabivahendid,
inkontinentsitooted*

Invaru OÜ

Peterburi tee 14a, Tallinn
Telefon: 6 025 400
E-post: info@invaru.ee
Kodulehekülg: www.invaru.ee

*jalatsite valmistamine eritellimuste
alusel*

RV Ortopeedia OÜ

Elektri 1a, Tallinn
Telefon: 5 114 191
E-post: rvortopeedia@hotmail.ee

*tava- ja elektrilised ratastoolid ning
auto käsijuhtimisseadmed*

OÜ Manual

Endla 59, Tallinn
Telefon: 6 543 556 või 5 103
235 või 5 010 127
E-post: info@manual.ee
Kodulehekülg: www.manual.ee

*inkontinentsitooted lastele ja
täiskasvanutele*

MTÜ Inkotuba

Hariduse 6, kabinet 115, Tallinn
Telefon: 6 462 121
Endla 59, II korrus, Tallinn
Telefon: 6 782 110
E-post: tallinn@inkotuba.ee
Kodulehekülg: www.kuivaks.ee

kuulmisabivahendid

Kuulmisrehabilitatsioonikeskus MTÜ

Lembitu 10b, Tallinn
Telefon: 6 454 046
Faks: 6 466 565
E-post: arvokannel@hotmail.ee
Kodulehekülg: www.1181.ee/
?OBJECT_ID=5791

kuulmisabivahendid

SA Tartu Ülikooli Kliinikumi Kõrvakliinik

J. Kuperjanovi 1, Tartu
Telefon: 7 319 772
Kodulehekülg: www.kliinikum.
ee/korvakliinik/

kuulmisabivahendid

Kõrva-Nina-Kurguhaiguste Kliinik

Paldiski mnt 68A
Telefon: 6 405 570
E-post: info@entc.ee
Kodulehekülg: www.entc.ee/

silmaproteesid

AS Ida-Tallinna Keskaigla Silmakliinik

Ravi 18
Telefon: 1900
E-post: info@itk.ee
Kodulehekülg: www.itk.ee/
index.php?page=116

kuulmisabivahendid

AS Ida-Tallinna Keskaigla kõrva-nina-kurguhaiguste keskus

Ravi 18, Tallinn
Telefon: 1900
E-post: info@itk.ee
Kodulehekülg: www.itk.ee/
index.php?page=144

nägemisabivahendid

OÜ Laservisioon

Ahtri 6a, Tallinn
Telefon: 6 264 270
E-post:
laservisioon@laservisioon.ee
Kodulehekülg:
www.laservisioon.ee/

nägemis- ja kuulmisabivahendid

MTÜ Jumalalaegas

Pühavaimu 4, Tallinn
Esitlused Heleni koolis jm –
jälgi infot veebist
Telefon: 53 838 129
E-post: laegas@laegas.ee
Kodulehekülg: www.laegas.ee

pehmed ortoosid, moodusistmed ja seljatoed ratastoolide kohanduseks

Adeli Eesti OÜ

Tuisu 20, Tallinn
Telefon: 654 4531
E-post: adeli_eesti@hotmail.com
Kodulehekülg: www.adeli.ee/

proteesid ja ortoosid

Rehabilitatsioonibi OÜ

Pargi 30, Keila
Tel.: 6 390 408 või 53 023 740
Tulika 19, Tallinn
Telefon (eelregistreerimiseks):
55 693 034
E-post: info@abivahendid.ee
Kodulehekülg:
www.abivahendid.ee/

tehnilised kommunikaatorid

MTÜ Inimeselt Inimesele

Käo 53, Tallinn
Telefon: 6 773 495
Faks: 6 773 892
E-post:
inimeseltinimesele@gmail.com
Kodulehekülg: www.
inimeseltinimesele.ee

rinnaproteesid

MTÜ Eesti Vähiliit

Viru tänav 5–3, Tallinn
Avatud neljapäeviti
kl 12.00–15.00
(vajalik eelregistreerimine)
Telefon: 6 311 730
E-post: info@cancer.ee
Kodulehekülg: www.cancer.ee/

inhalaatorid

Semetron AS

Kotka 26, Tallinn
Tel.: 6 837 661 (Peegi Võsumägi)
Faks: 6 837 601
E-post: semetron@semetron.ee
Kodulehekülg: www.semetron.ee/

biostimulaatorid liikumispuudega inimestele jalgade närvisüsteemi ja lihastegevuse parandamiseks

BioDesign OÜ

Ravi 27, kabinet 329, Tallinn
Telefon: 6 459 404

ortopeedilised tallatoed, jalatskorsetid, ortoosid, käimise kepid

Extra Confort Eesti OÜ

Narva mnt 63, 10152 Tallinn
Teeninduspunkt: Punane 61,
kabinet 101, Tallinn (Medicum
tervisekeskuse I korrusel)
Telefon: 6 050 668
E-post: rosa@jalaabi.ee
Kodulehekülg: http://jalaabi.ee

proteesid ja ortopeedilised abivahendid

Rehort OÜ

Rahu 8, 50112 Tartu
Teeninduspunkt: Paldiski mnt 68,
Tallinn, Meremeeste haigla arsti
suunamisega
Telefon: 6 405 535

Individuaalsed ja kohandatavad tallatoed ning ortoosid

Jalaexpert

Vastuvõtt Magdaleena Haigla
Polikliinikus
Pärnu mnt 104, 0-korrus
kabinet 0010, 001
Registreerimine telefonil
7 402 316 või 53 340 007
koos suunamiskirjaga Hea
Tervise keskusel
E-post: jalaexpert@hotmail.ee
Kodulehekülg: www.jalaexpert.ee/

auto- ja liikumisabivahendid

Baltic Mobility Center OÜ

Pärnu mnt 555, Laagri,
Harjumaa
Telefon: 5 062 788 (Andrus)
E-post: andrus@bmc-est.com
Kodulehekülg:
<http://www.bmc-est.com>

*mähkmed, ratastoolid jm
invaabivahendid*

OÜ Egero

Tel 55 650 060 (Mati Rohtlaan)
Vastuvõtt Astangu
Kutser rehabilitatsiooni Keskuses
E-post: info@egero.eu
Kodulehekülg: www.egero.eu

*ratastoolid, kaldteed jm
invaabivahendid*

LifeGear OÜ

Ahtri 12, Tallinn
Telefon: 6 116 820 (Alar Veski)
E-post: info@lifegear.ee
Kodulehekülg: www.lifegear.ee

*auto käsijuhtimisseadmed,
kaldteed*

OÜ Rexer

Telefon: 55 25 324 (Mati Kits)
E-post: info@rexer.ee

*elektrilised ja manuaalsed
liikumisabivahendid*

OÜ Tehokas

Nigula 19, Tartu
Telefon: 5 112 112 (Elmar Murs)
E-post: www.ratastooliabi.ee

MEDITSIINILISE ABIVAHENDI MÄÄRAMINE

Haigekassa hüvitab kindlustatud isikutele meditsiiniseadmeid, mille abil on võimalik ravida haigusi ja vigastusi või mille kasutamine hoiab ära haiguse süvenemise. Meditsiiniseadme vajaduse määrab raviarst. Kui Teil on diagnoositud haigus, mille raviks on vaja kasutada meditsiiniseadet, kirjutab raviarst Teile soodustingimustel meditsiiniseadme ostmiseks saatekirja, mis sisaldab andmeid abivahendi vajaduste kohta: abivahendi nimetus ja kogus (kõigi abivahendite korral), operatsiooni/trauma kuupäev (märgitakse esmaproteeside, ortooside vajaduse korral), abivahendi kirjeldus (lisatakse esmaproteeside, ortooside, põletushaige surveriiete vajaduse korral).

Saatekirjaga tuleb pöörduda haigekassasse, kes väljastab meditsiinilise abivahendi kaardi, kuhu meditsiinilise abivahendi müüja kannab abivahendi väljastamise andmed. Arsti saatekirja ja avalduse võib ise kohale tuua või saata postiga. Haigekassa saadab meditsiiniseadme abivahendikaardi Teile postiteel.

Meditsiiniliste abivahendite loetellu kuuluvad

- glükomeetrite testribad
- stoomihooldusvahendid
- esmased proteesid, ortoosid
- ravikontaktläätsed
- põletushaigete surveriided.

Haigekassa meditsiiniseadmete loetelu ja meditsiiniseadmete hüvitamise tingimused on esitatud sotsiaalministri 15.12.2011 määruses nr 60 "Eesti Haigekassa meditsiiniseadmete loetelu ja meditsiiniseadmete loetellu kantud meditsiiniseadme eest tasu maksmise kohustuse ülevõtmise kord".

TÄIENDAV RAVIMIHÜVITIS

Haigekassa kompenseerib soodusravimite kulusid, kui kalendriaastas on tasutud üle 384 eurot (millest on maha arvatud omaosalus ja piir- või hinnakokkuleppe hinda ületav osa). Täiendavat ravimihüvitist makstakse vastavalt kulutustele. Kui kulutused ravimitele ületavad 384 eurot (vahemikus 384–640 eurot), tasutakse ületavast osast 50% ehk kuni 128 eurot. Kui kulutused on vahemikus 640-1299 eurot, siis makstakse inimesele tagasi 75% summast ehk kuni 495 eurot. Kui kulutused ravimitele on suuremad kui 1300 eurot, siis makstakse ületavate summade eest täiendava ravimihüvitiseks 623 eurot. Küsimuste tekkides pöördu haigekassasse. Taotlemiseks esita kirjalik taotlus haigekassale.

SOODUSTUSED ÜHISTRANSPORDI KASUTAMISEL

SOODUSTUSED KOGU EESTIS

Ühistranspordiseaduse paragrahvi 27 järgi saavad eelkooliealised ja puudega lapsed, sügava puudega 16-aastased ning vanemaid isikuid ja sügava või raske nägemispuudega isiku saatja või nägemispuudega isikut saatev juhtkoer riigisisestel liinidel (kaasa arvatud kommertsliinidel) kasutada maantee-, raudtee- ja veeliiklust tasuta.

SOODUSTUSED TALLINNAS

Tallinnas kehtivate soodustuste aluseks on Tallinna ühistranspordis sõidu eest tasumise kord ja sõidupiletite hinnad. (Tallinna Linnavolikogu 16.06.2011 määrus nr 24. https://oigusaktid.tallinn.ee/?id=3001&aktid=118899&fd=1&q_sort=elex_akt.akt_vkp)

TASUTA SÕIDU ÕIGUS ON

- 1) eelkooliealisel lapsel
- 2) puudega lapsel ja tema saatjal
- 3) sügava puudega 16-aastasel ja vanemal isikul ning tema saatjal
- 4) sügava või raske nägemispuudega isikul ja tema saatjal või nägemispuudega isikut saatval juhtkoeral
- 5) 65-aastasel ja vanemal isikul.

SÕIDUSOODUSTUSED

Soodustalongi, soodustunnipileti, elektriraudteega soodusühiskaardi kasutamise õigus (sõltumata tema elukohast) on

- 1) õpilasel
- 2) üliõpilasel
- 3) pensionäril
- 4) raske või keskmise puudega 16-aastasel või vanemal isikul
- 5) 3 ja enama lapsega pere vanemal.

SÕIDUSOODUSTUSTE KASUTAMISE ÕIGUST tõendavaks dokumendiks on

- 1) õpilastel Eesti Vabariigi isikutunnistus (ID-kaart), õpilaspilet või sellega võrdsustatud ISIC Scholar kaart
- 2) raske või keskmise puudega 16-aastasel ja vanematel isikutel Eesti Vabariigi isikutunnistus (ID-kaart) või Sotsiaalkindlustusameti väljastatud puuet tõendav dokument koos isikut tõendava dokumendiga
- 3) üliõpilastel Eesti Vabariigi isikutunnistus (ID-kaart), Eesti Vabariigis väljastatud üliõpilaspilet, sellega võrdsustatud ISIC Student kaart või Swedbanki Tudengikaart
- 4) pensionäridel Eesti Vabariigi isikutunnistus (ID-kaart) või Eesti Vabariigi pensionitunnistus.

Sõiduõiguse tõendamiseks tuleb esitada kontrolörile kehtiv ID-kaart (alla 15-aastaselt õpilaspilet) ja sõidusoodustust tõendav dokument (v.a juhul, kui soodustus on müümisel registrist kontrollitud, mida näitab info müügikanalis). Soodustusega sõidu õigust tõendavaks dokumendiks on raske või keskmise puudega 16-aastastel ja vanematel isikutel otsus koos isikut tõendava dokumendiga – ID kaart, millele on tehtud kohalikus sotsiaalosalakonnas kinnitus sõidusoodustuse kohta.

Sooduskaart on sõidukaart, mis annab õpilasele, üliõpilasele, kuni 64-aastasele (k.a) pensionärile, raske või keskmise puudega 16-aastasele ja vanemale isikule ning 3 ja enama lapsega pere vanemale õiguse kasutada ühistransporti soodsamatel tingimustel. Sooduskaardid jagunevad tallinlase ID-piletiks, mittetallinlase ID-piletiks ja esitajakaardiks.

Sõiduplaanides on madalapõhjaliste busside, trollide ja trammide väljumised tähistatud kollase taustaga. Tallinna ühistranspordi Sõiduplaanid leiad siit: <http://www.tallinn.ee/est/otsing?sona=11143>.

PARKIMISKAART

Parkimiskaart väljastatakse isikule, mitte sõidukile. Parkimiskaardi taotlemine, väljaandmine ja selle kasutamine on isikupõhine ning lubatud ainult juhul, kui tegemist on parkimiskaardi saanud isikuga seotud sõitude ja parkimisega. Parkimiskaart väljastatakse isiklikult puudega inimesele, lapsekaart lapse vanemale või hooldajale (kättesaamisel tuleb esitada lapse sünnitunnistus, eestkostet või hooldust tõendav dokument).

Parkimiskaardi väljaandmise aluseks on Liiklusseaduse § 68, kus sätestatakse liikumispuudega juhi ja liikumispuudega või pimedat inimest teenindava sõiduki juhi erioigused.

Kaarti väljastatakse

- 1) tööealisele puudega isikule Sotsiaalkindlustusameti väljastatud puude raskusastme ja lisakulude tuvastamise otsusega
- 2) lapsele ja pensioniealisele puudega isikule Sotsiaalkindlustusameti väljastatud puude raskusastme ja lisakulude tuvastamise otsusega, mille aluseks on pere- või eriarsti teatis § 2 lõike 1 punktis 1 sätestatud kõrvalekalde kohta

- 3) ajutise liikumis- või nägemisfunktsiooni kõrvalekaldega isikule pere- või eriarsti väljastatud teatise alusel, kui tal esineb
- keskmisele, raskele või sügavale puude raskusastmele vastav liikumis- või nägemisfunktsiooni kõrvalekalle
 - ajutine liikumisfunktsiooni kõrvalekalle, mis tingib liikumisabivahendi kasutamise, või ajutine nägemisfunktsiooni kõrvalekalle.

Parkimiskaart antakse välja puuet tõendavale dokumendile märgitud puude raskusastme kehtivuse perioodiks, kuid mitte kauemaks kui 5 aastaks. Ajutise liikumis- või nägemisfunktsiooni kõrvalekalde korral antakse parkimiskaart välja funktsiooni kõrvalekalde tõenäolise möödumise perioodiks, kuid mitte kauemaks kui 6 kuuks. Ajutise parkimiskaardi tähtaega pikendatakse täiendavaks 6 kuuks üksnes pere- või eriarsti tõendi alusel.

Tallinna Transpordiameti linnatranspordi osakond võtab vastu taotlusi ja väljastab liikumispuudega või pimedat inimest teenindava sõiduki parkimiskaarte Vabaduse väljak 7, Linnavalitsuse Teenindusbüroos (Roosikrantsi tn poolne sissekäik, laud 3).

Vastuvõtuajad: E 08.15–18.00, T–N 08.15–17.00, R 08.15–14.00, lõuna 12.00–13.00 (reedel lõunat ei ole). Info telefonil 6 404 456.

NB! Parkimiskaarte väljastatakse tasuta.

Kaardi taotlemiseks esita kaardi väljastajale

1. isikut tõendav dokument (pass, ID-kaart või juhiluba)
2. puude raskusastme ja lisakulude tuvastamise otsus
3. ajutise kõrvalekalde korral eriarsti väljastatud teatis
4. parkimiskaarti taotleva isiku foto (3 x 4 cm).

EESTKOSTE SEADMISE KORRALDAMINE

Puuetega inimeste eestkosteõiguse (materjalide vormistamise ja nende kohtus esindamise) taotlemiseks tuleb pöörduda kohalikku sotsiaalhoolekande osakonna töötaja poole. Linnaosavalitsus vormistab eestkosteks vajalikud dokumendid ja esitab vajalikud materjalid kohtule vastavalt Tallinna Linnavalitsuse 26.10.2011 määrusele nr 118 “**Eestkoste korraldamise ja teostamise kord**”. Teenuse osutamisega seotud vaidlusi lahendab linnaosa vanem, kelle haldusaktiga mittenõustumisel saab pöörduda linnavalitsuse või maavanema poole.

ELURUUMIDE KOHANDAMISE TEENUS

Eluruumide kohandamise teenuse taotlemiseks pöördu sotsiaalhoolekande osakonda ja esita avaldus. Rahaliste vahendite puudumisel lase ennast järjekorda panna. Uuri eelnevalt ka kohandamistööde võimalikku maksumust.

Sotsiaal- või munitsipaalkorteri taotlemiseks pöördu linnaosa sotsiaalosakonda.

ETTELUGEMISE TEENUS

Ettelugemise teenusega luuakse nägemispuudega isikutele võrdsed võimalused info-, teabe-, õppe jm materjalide kohandatud kujul kasutamiseks. See on vabatahtlike ettelugejate teenus nägemispuudega inimestele, eelkõige kõrgkoolis õppivatele nägemispuudega ja nõrgalt nägevatele isikutele. Soovitud materjali saab eelneval kokkuleppel viia paberkandjal (raamat või muu materjal) teenuse osutaja kätte, kes teeb paberkandjal olevast materjalist helifaili, mis riputatakse internetiaadressile **www.helikiri.ee**.

Taotlemiseks pöördu

MTÜ Põhja-Eesti Pimedate Ühing

Tondi 8a, 11313 Tallinn

Telefon: 6 748 945 või 5 575 310

E-post: ppy@ppy.ee

Kodulehekülg: www.ppy.ee

HOOLEKANDEASUTUSSE SUUNAMINE

Sobiva hooldusasutuse leidmiseks ning hooldusele suunamiseks pöördu elukohajärgsesse sotsiaalhoolekande osakonda. Seda saab teha nii klient ise kui ka tema seaduslik esindaja. Kaasa võta isikut tõendav dokument.

HÄIRENUPUTEENUS

Häirenuputeenus on suunatud eakatele ja puuetega inimestele, kes tulevalt oma tervislikust seisundist võivad sattuda abitusse olukorda. See teenus võimaldab kutsuda abi eelkõige situatsioonides, kus klient ei ole võimeline liikuma ja iseseisvalt abistajatele ust avama, näiteks arstiabi ootamatu vajaduse korral, millele lisandub võimetus liikuda; nn isikuabi ootamatu vajadusel (kukkumine, ajutine liikumisvõimetus, siseruumidesse lõksujäämine jmt); päästeteenust vajavates situatsioonides (tulekahju, plahvatus jmt). Teenuse kasutamise eelduseks on lauatelefoniga olemasolu kliendi kodus ja juurdepääs kliendi eluruumi. Isiku eluruumi paigaldatakse kahepoolset sidet võimaldav hädaabisüsteem, mida saab kasutada ööpäevaringselt.

Häirenupuga abi kutsumine maksab kliendile operaatori paketi põhise hinna ja seadme korrashoiuks tehtavate testkõnede kulu. Seadmete paigalduse ning hoolduse eest tasub Tallinna linn. Taotlemiseks tuleb pöörduda elukohajärgsesse sotsiaalhoolekande osakonda.

Teenust korraldab

MTÜ Tallinna Hoolekande Keskus

Estonia pst 15, Tallinn

Telefon: 6 444 047

E-post: imbi.eesmets@thk.ee

Kodulehekülg: www.thk.ee/

IGAPÄEVAELU TOETAMISE TEENUS

Igapäevaeltu toetamise teenuse kohta, mis on suunatud vaimupuudega ja psüühikahäirega inimestele, saad lugeda töötamise toetamise teenuse alt.

raske ja sügava vaimupuudega inimeste igapäevaeltu toetamine

MTÜ Erivajadustega Inimeste Toetusühing Tugiliisu

Maleva 16, 11711 Tallinn

Telefon: 6 605 067

E-post: agne@vaimukad.ee

Kodulehekülg: www.vaimukad.ee/tugiliit/est/

psüühikahäirega isikute igapäevaelu toetamine

MTÜ Merimetsa Tugikeskus

Merimetsa tee 1, 10614 Tallinn

Telefon: 6 567 524

E-post: info@merimetsa.ee

Kodulehekülg: www.merimetsa.ee

raske ja sügava vaimu- või liitpuudega inimeste igapäevaelu toetamine

Päevakeskus Käo

Pae 37/ Võidu jooksu 18, 11414 Tallinn

Telefon: 6 720 696

E-post: merike.merirand@kaokeskus.ee

Kodulehekülg: www.kaokeskus.ee

keskmise ja raske vaimupuudega inimeste igapäevaelu toetamine

Tallinna Puuetega Noorte Keskus Juks

Pihlaka 10, 11211 Tallinn

Telefon: 6 559 452

E-post: juks@juks.ee

Kodulehekülg: www.juks.ee

Igapäevaelu toetamine juhtumikorralduse meetodil – individuaalne tugi inimese tavapärasel elukeskkonnas

Tallinna Vaimse Tervise Keskuse kogukonnatöö meeskond

Kopli 25, 10412 Tallinn

Telefon: 6 276 644 või 3 276 643

E-post: kogukond@mhcenter.ee

Kodulehekülg: www.mhcenter.ee

Igapäevaelu toetamine päevakeskuses – loovad, toetavad ja teraapilised rühmategevused

Tallinna Vaimse Tervise Keskuse Pelguranna tegevus- ja teraapiakeskus

Pelguranna 31, 10312 Tallinn

Telefon: 6 618 023

E-post: paevakeskus@mhcenter.ee

Igapäevaelu toetamine päevakeskuses klubimaja mudelil

Tallinna Vaimse Tervise Keskuse Haabersti klubimaja

Õismäe tee 105a, 13515 Tallinn

Telefon: 6 579 458 või 6 579 455

E-post: klubimaja@mhcenter.ee

Igapäevaelu toetamine päevakeskuses

Tallinna Vaimse Tervise Keskuse Lasnamäe töö- ja tegevuskeskus

Pae 19, 11414 Tallinn

Telefon: 6 345 600

E-post: lasnamaekeskus@mhcenter.ee

Kodulehekülg: www.mhcenter.ee

MTÜ Eesti Abikeskused

Paldiski mnt 52 (Seewaldi klubimaja), 10614 Tallinn

Telefon: 56 231 999

E-post: kaksikdiagnoos@gmail.com

Kodulehekülj: www.kaksikdiagnoos.ee

INTERVALLHOIUTEENUSED

Intervallhoiuteenuste eesmärk on toetada raske, sügava või liitpuudega täiskasvanute perekondade toimetulekut parima võimaliku elukvaliteedi tagamiseks, andes vanema(te)le/hooldaja(te)le/eestkostja(te)le võimaluse ajutiseks puhkuseks või erijuhtudel kodust eemalviibimiseks.

Lastele osutatakse teenust keskmise, raske või sügava puude korral. Eesmärk on ennetada perekonnas toimetulekuraskusi ja võimaldada vanematele aktiivset osavõttu ühiskondlikust elust. Teenuse osutamisel tagatakse lapse eale ja seisundile vastav hooldamine, toitlustamine, kasvatamine, arendamine ja meditsiinilise abi korraldamine. Teenust osutatakse lapsevanema, eestkostja või lepingulise hooldaja, lapse elukohajärgse linnaosa valitsuse ja lastekodu vahel sõlmitud lepingu alusel. Teenuse saamiseks esitab lapsevanem, eestkostja või lepinguline hooldaja lapse elukohajärgse linnaosa valitsuse sotsiaalhoolekande osakonnale vastava avalduse.

Teenust võib kasutada osade kaupa, mille igakordse kasutamise lepitab lapsevanem, eestkostja või hooldaja lastekoduga kokku üldjuhul kaks nädalat enne teenuse kasutamist. Kui laps vajab teenuse kasutamise ajal ka invatransporti, esitab lapsevanem või hooldaja vastava avalduse elukohajärgsele sotsiaalhoolekande osakonnale samuti kaks nädalat enne teenuse kasutamist.

Teenuse hinna ning omaosalustasu suuruse kehtestab Tallinna Sotsiaal- ja Tervishoiuamet. Lapsevanem, eestkostja või lepinguline hooldaja tasub teenuse eest pärast teenuse kasutamist lastekodu esitatud arve alusel. Igal lapsel on õigus saada teenust vastavalt vajadusele ja lastekodu võimalustele, kuid üldjuhul mitte rohkem kui 30 kalendripäeva aasta jooksul. Erandjuhud lepitakse kokku lapsevanema, eestkostja või lepingulise hooldaja, lapse elukohajärgse sotsiaalhoolekande osakonna ning lastekodu ja Tallinna Sotsiaal- ja Tervishoiuameti vahel. Teenus on mõeldud

eaka toimetulekuvõime toetamiseks pärast haiglas viibimist, kui kodus hooldamine ei ole mõeldav ja pereliikmetele või lähedastele ajutise eemaloleku võimaldamiseks

Iru Hooldekodu

Hooldekodu tee 2, 13914 Tallinn
Telefon: 6 062 802 või 60 62 809
E-post: aili.vellemae@iruhk.ee
Kodulehekülg: www.iruhk.ee

raske, sügava või liitpuudega isikutele alates 18. eluaastast

Päevakeskus Käo

Pae 37/Võidujooksu 18, 11414 Tallinn
Telefon: 6 720 696
E-post: merike.merirand@kaokeskus.ee
Kodulehekülg: www.kaokeskus.ee/

keskmise, raske ja sügava puudega laste (alates 3. eluaastast) vanematele

Tallinna Lastekodu

Pae 37/Võidujooksu 18, 11414 Tallinn
Telefon: 6 213 770
E-post: info@tallinnalastekodu.ee
Kodulehekülg: www.tallinnalastekodu.ee

INVATAKSOTEENUS

Taksoteenus puuetega inimestele osutatakse soodushinnaga taksokaardi alusel Tallinna elanikeregistrisse kantud puudega inimesele sügava ja raske liikumis-, nägemis- või liitpuude korral alates 4. eluaastast tingimusel, et te ei saa kõrvalabita kasutada ühistransporti. Taotlemiseks pöördu isiklikult teenuse koordineerija poole. Võta kaasa puuet tõendava dokumendi koopia, 1 euro ja arstitõend, millel on kirjas, et oma puude tõttu ei ole võimalik kasutada ühiskondlikku transporti ja millist abivahendit kasutad. Kliendile väljastatakse magnetkaart, mille kehtivus on seotud puude määramise ajaga.

MTÜ Tallinna Puuetega Inimeste Koda

Endla tn 59-104
T-N kella 10-16.
Tel/faks: 6 554 160
E-post: koda@tallinnakoda.ee
Kodulehekülg: www.tallinnakoda.ee

Taksoteenuse kasutamisel on kuulimiit, millest kliendi omaosalus on ¼. Teenindab Tulika Takso. Tellimine telefonil 6 120 030, e-post **info@tulika.ee**, faks 6 120 013; riiklikel pühadel ja erijuhtudel telefon 6 120 007. Kuulmispuudega isikud saavad kutsuda takso, saates SMSi numbrile 53 345 859.

Näiteks 8-eurose arve korral ja taksokaardi esitamisel tasud ise 2 eurot.

Ratastoolibussi taksoteenuse kasutamiseks on vajalik ettetellimine 12 tundi. Teenuse kasutamisel tasub klient 0,6 eurot sõidulustamistasu ja 0,10 eurot/km-lt. Teenindab Termaki Autopargi AS. Tellimine telefonil 6 120 030, e-post info@tulika.ee, faks 6 120 013; riiklikel pühadel ja erijuhtudel telefon 6 120 007. Võimalusel täidetakse tellimused lühema aja jooksul. Tellimisel tuleb teatada taksokaardi number, nimi, sõiduaeg, aadress, telefoninumber ja millist abi vajate; grupisõidul ratastoolikasutajate arv.

ISIKLIKU ABISTAJA TEENUS

Isikliku abistaja teenus on suunatud liikumispuudega täiskasvanutele, raske või sügava nägemispuudega täiskasvanutele, tavakoolis õppivatele nägemis- ja/või liikumispuudega lastele õppeperioodil (koolis) ja neile, kes vajavad abistamist ka kodustes toimingutes, millega nad ise toime ei tule. Tugiisiku teenus on mõeldud raske või sügava vaimupuudega täiskasvanud inimestele. Teenuse taotlemiseks pöördu selle koordinaatori poole. Isik tasub omaosaluse v.a lastele osutatava teenuse puhul koolis.

isikliku abistaja teenus liikumispuudega 17–65-aastastele täiskasvanutele

MTÜ Eesti Iseseisva Elu Keskus

Endla 59, 10615 Tallinn

Telefon: 6 870 192

E-post eiek@hot.ee

isikliku abistaja teenus nägemispuudega täiskasvanutele

MTÜ Põhja-Eesti Pimedate Ühing

Tondi 8a, 11313 Tallinn

Telefon: 6 748 945

E-post: ppy@ppy.ee

Kodulehekülg: www.ppy.ee

isikliku abistaja teenus (tavakoolis õppivale nägemis- ja/või liikumispuudega) lastele koolis ja kodus

MTÜ EIT Tugiliisu

Maleva 16, Tallinn

Telefon: 6 605 067

E-post: agne@vaimukad.ee

Kodulehekülg: www.vaimukad.ee/tugiliit/est/

vaimupuudega isikutele vanuses 10–40 eluaastat (tugiisikuteenus)

MTÜ EIT Tugiliisu

Maleva 16, Tallinn

Telefon: 6 605 067

E-post: agne@vaimukad.ee

Kodulehekülg: www.vaimukad.ee

KODUTEENUSED

Teenust osutatakse puudega inimestele, eakatele ja toimetulekuprobleemidega lastega peredele. Koduteenused on isikule kodustes tingimustes osutatavad teenused, mis aitavad tal harjumuspäras keskkonnas toime tulla. Koduteenuste all mõistetakse isiku abistamist koduste ja kodu ning isikliku eluga seotud igapäevaeluks vajalike toimingute sooritamisel ning asjaajamisel. Koduteenused sisaldavad koduabi ja isikuabi. Sõltuvalt kliendi majanduslikust olukorrast osutatakse teenuseid tasu eest ning osaliselt või täielikult tasuta (otsustab sotsiaalhoolekande osakonna juhataja). Koduteenused on tasuta isikutele, kelle sissetulek on väiksem kui Vabariigi Valitsuse kehtestatud palga alammäär. Taotlemiseks tuleb pöörduda sotsiaalosakonda.

LAPSEHOIUTEENUS SÜGAVA JA RASKE PUUDEGA LAPSELE

Teenuse eesmärk on toetada hooldamislepingu alusel lapsevanema, eestkostja või lapse hooldaja toimetulekut perekonnas või töötamist. Sihtgrupiks on kuni 18-aastaste (kehtib selle kalendriaasta lõpuni, mil laps saab 18) raske või sügava puudega lapsed eeldusel, et raske või sügava puudega lapse hooldusteenuste vajadus on kirjas lapse rehabilitatsiooniplaanis, lapse hooldamine ei ole samal ajal tagatud teiste sotsiaalteenustega ja laps ei viibi samal ajal haridusasutuses. Teenust võib osutada füüsilisest isikust ettevõtja, juriidiline isik, kohaliku omavalitsuse asutus või valitsusasutuse hallatav asutus, millel on lapsehoiuteenuse

osutaja tegevuskohajärgse maavanema antud kehtiv tegevusluba. Lapsele tagatakse hooldamine, arendamine ja turvalisus lapsehoidja juures või lapse kodus. Lapsehoidja lähtub oma töös lapsevanema, eestkostja või hooldaja juhistest ning lapse huvidest.

Valige oma lapsele sobiv lapsehoidja ja leppige kokku teenuse osutamise tingimustes. Lapsehoidja leidmisel on abiks majandustegevuse register <http://mtr.mkm.ee/default.aspx?=-otsiteg>. Pöörduge oma elukohajärgse linnaosa valitsuse sotsiaalhoolekande osakonda, kus saate täita teenuse taotlemise avalduse.

PUUETEGA INIMESTE NÕUSTAMINE

Puuetega inimeste nõustamise eesmärgiks on pakkuda psühholoogilist abi, toetada ja soodustada sotsiaalset toimetulekut, suurendada sotsiaalse suhtlemise võrgustikku ning jagada spetsiifilist informatsiooni. Psühholoogiline nõustamine, toimetuleku- ja sotsiaalnõustamine toimub puuetega inimeste ühendustes.

sotsiaalnõustamine

Tallinna Puuetega Inimeste Tegevuskeskus

Endla 59, 10615 Tallinn
Telefon: 6 564 048 või 6 554 160
E-post: tiaa@tallinnakoda.ee
Kodulehekülg: www.tallinnakoda.ee

Esmatasandi nõustamiseks võid pöörduda ka oma puudeliigi tugiühingu esindaja poole.

nägemispuudega isikud ja nende sotsiaalse võrgustiku liikmed

MTÜ Põhja-Eesti Pimedate Ühing

Tondi 8a, 11313 Tallinn
Telefon: 6 748 945
E-post: ppy@ppy.ee
Kodulehekülg: www.ppy.ee

kurtide ja vaegkuulmisega isikutele, kes suhtlevad viipekeeles

MTÜ Eesti Kurtide Liit

Nõmme tee 2, 13426 Tallinn
Telefon: 6 552 510
E-post: ead@ead.ee
Kodulehekülg: www.ead.ee

vaimupuudega isikutele, nende hooldajatele või nendega seotud isikutele (nt tööandjale)

MTÜ Erivajadustega Inimeste Toetusühing Tugiliisu

Maleva 16, 11711 Tallinn

Telefon: 6 605 067

E-post: agne@vaimukad.ee

Kodulehekülg: www.vaimukad.ee/tugiliit/est/

pimekurtidele, pimedatele, nägemis- ja liitpuudega isikutele või nende perekonnaliikmetele

tavakoolis õppivate nägemispuudega laste ja nende perede nõustamine (perepäevadel sünkroontõlge eesti ja vene keelde)

Eesti Pimekurtide Tugiliit

Ehte 7, 10318 Tallinn

Telefon: 6 748 497

E-post: info@pimekurdid.ee

Kodulehekülg: www.pimekurdid.ee

nõustamisteenus kuulmispuudega lastele ja nende vanematele

MTÜ Eesti Kuulmispuudega Laste Vanemate Liit

Ehte 7, 10318 Tallinn

Telefon: 6 008 552

E-post: eklvl@eklvl.ee

Kodulehekülg: www.eklvl.ee

KRIISIABI

Teenuse eesmärk on pakkuda eelkõige Tallinna linna elanikele ning Tallinnas viibivatele inimestele, kuid ka nende lähedastele tasuta lühiajalist psühholoogilist abi traumaatiliste sündmuste, õnnetusjuhtumite ja igapäevaelu kriiside korral.

MTÜ Eluliin

Pärnu mnt 9a, Tallinn

Telefon: 6 314 300

E–R kell 9.00–20.00, L 10.00–20.00

E-post: kriisiabikeskus@tallinnlv.ee

Kodulehekülg: www.eluliin.ee

PUUETEGA LASTE PÄEVAHOID KOOLIVAHEAJAL

Eesmärk on pakkuda koolivaheaegadel puudega lapsele ea- ja võimete kohast tegevust, et tagada puudega laste perekondadele normaalne elukorraldus laste koolivaheaegadel ja võimaldada vanematel tööl edasi käia. Rakendatakse lastevanemate omaosalust, mis sisaldab toitlustamise ja hügieenitarvetega seotud kulusid. Taotlemiseks tuleb pöörduda sotsiaalhoolekande osakonda või teenuse osutaja poole ja esitada avaldus koos põhjendusega teenust osutavale asutusele. Kaasa võtta lapse puuet ja erivajadusi tõendav dokument.

MTÜ Eesti Kuulmispuuetega Laste Vanemate Liit

Ehte 7, 10318 Tallinn
Telefon: 6 008 552
E-post: eklvl@eklvl.ee
Kodulehekülg: www.eklvl.ee

MTÜ Meie lapsed

Osutab päevahoiuteenust Tallinnas elavatele 7–18-aastastele raske ja sügava vaimu- ning liitpuudega lastele Tallinna I Internaatkoolis.

Koidu 108/110–3, 10139 Tallinn
Telefon: 5 027 742
E-post: marianne.laater@gmail.com
Kodulehekülg: <http://web.zone.ee/meielapsed/>

PÄEVATEGEVUS JA PÄEVAHOIUTEENUS

Päevategevuse ja päevahoiuteenuse eesmärk on toetada perekondade toimetulekut parima võimaliku elukvaliteedi tagamisel, võimaldada hoolidajale ajutist puhkust ning pakkuda klientidele loovat tegevust turvalises keskkonnas. Päeva- ja intervallhoiuteenust saavad kasutada raske või sügava vaimu- ning liitpuudega täiskasvanud ja lapsed. Pöördu teenuse pakkuja poole. Kaasa võtta rehabilitatsiooniplaan ning vabas vormis avaldus. Teenuse osutamisel rakendatakse omaosalust.

päevahoid raske ja sügava vaimu- ning liitpuudega täiskasvanutele

Päevakeskus KÄO

Pae 37/Võidujooksu 18, 11414 Tallinn
Telefon: 6 720 696
E-post: merike.merirand@kaokeskus.ee
Kodulehekülg: www.kaokeskus.ee

päevahoid raske ja sügava vaimu- ning liitpuudega lastele

Päevakeskus KÄO

Käo 53, 11317 Tallinn
Telefon: 6 773 495
E-post: kaokeskus@kaokeskus.ee
Kodulehekülg: www.kaokeskus.ee

autistide rühm

Tallinna Tugikeskus Juks

Kadaka tee 153c, Tallinn
Telefon: 6 737 949 või 53 001 072
E-post: juks@juks.ee
Kodulehekülg: www.juks.ee

töökeskus

Ehitajate tee 82, Tallinn
Telefon: 6 616 644
E-post: workcenter@juks.ee

arenduskeskus

Pihlaka 10, Tallinn
Telefon: 6 559 452
E-post: juks@juks.ee

RAAMATUKOGU KODUTEENINDUS

Koduteenindus on eriteenus, mida Tallinna Keskraamatukogu pakub eakatele ja liikumispuudega inimestele. Koduteenindus kasutab raamatukogu üldfondi teavikuid. Ühtlasi pakume rändkoguteenust meditsiini- ja hooldusasutustele.

Tallinna Keskraamatukogu

Estonia pst 8, 15044 Tallinn
Telefon: 6 830 920 ja 6 830 960
E-post: keskraamatukogu@tln.lib.ee
Kodulehekülg: www.keskraamatukogu.ee

TOETATUD ELAMISE TEENUS

Toetatud elamise teenuse eesmärk on vaimupuudega ja psüühikahäirega inimestele iseseisva igapäeva elu võimaluse loomine turvalise ning toetava elukeskkonna kaudu ja hoolekandetasutusse sattumise ennetamine. Toetatud elamise teenus on riiklik vaimupuudega noortele ja psüühikahäiretega inimestele suunatud teenus. Suunab Sotsiaalkindlustusameti juhtumikorraldaja rehabilitatsiooniplaani alusel. Psüühikahäirega isikutel on nõutav ka arsti suunamine.

Teenuse taotlemiseks pöördu:

MTÜ Erivajadustega Inimeste Toetusühing Tugiliisu

(vaimupuudega noortele)

Maleva 16, 11711 Tallinn

Telefon: 6 605 067

E-post: agne@vaimukad.ee

Kodulehekülg: www.vaimukad.ee/tugiliit/est/

Tallinna Vaimse Tervise Keskus ja Pelguranna tugikodu

(psüühiliste erivajadustega inimestele)

Pelguranna 31, 10312 Tallinn

Telefon: 6 618 157

E-post: tugikodu@mhcenter.ee

Kodulehekülg: www.mhcenter.ee

TRANSPORDITEENUS PUUDEGA INIMESTELE

Teenust saavad taotleda rahvastikuregistri järgi Tallinnas elavad sügava ja raske liikumis- või liitpuudega isikud alates neljandast eluaastast, kes ei saa oma puude tõttu kasutada ühiskondlikku transporti ilma kõrvalabita. Teenuse taotlemiseks pöördu sotsiaalosalakonda, kuhu minnes võta kindlasti kaasa puuet tõendav dokument ja vajadusel ka haridusameti nõustamiskomisjoni otsus.

Avalduste kinnitamine toimub Tallinna Sotsiaal- ja Tervishoiuametis, mis saadab kinnitatud tellimused transpordi osutajale. Transport saabub avalduses märgitud aadressile. Vajalikud muudatused graafikus tuleb kokku leppida teenuse osutajaga telefoni teel.

Teenust osutab

Termaki Autopargi AS

Kadaka tee 70b, 12618 Tallinn

Telefon: 6 739 331

E-post: aime.klasen@termak.ee

Kodulehekülg: www.termak.ee

TRANSPORDITEENUS TÖÖKOHTA SÕIDUKS

Teenust saavad kasutada põhikohaga töötavad ratastoolis isikud. Selleks tuleb esitada avaldus koordinaatorile ja lisada puuet tõendava (AEK) otsuse koopia ning perearsti teatis invatranspordi vajaduse kohta. Avalduste kinnitamine toimub Tallinna Sotsiaal- ja Tervishoiuametis, mis saadab

kinnitatud tellimused transpordi osutajale. Transport saabub vastavalt avalduses märgitud aadressile. Vajalikud muudatused graafikus tuleb kokku leppida teenuse osutajaga telefoni teel. Teenust pakub Termaki Autopargi AS. Isik tasub teenuse eest koordineerijale (omaosalusena) enne selle kasutamist.

Töobussiringi transporditeenust koordineerib

Tallinna Puuetega Inimeste Koda

Endla tn 59–104
T, K, N kella 10.00–16.00
Telefon: 6 554 160
E-post: koda@tallinnakoda.ee
Kodulehekülg: www.tallinnakoda.ee

TUGITEENUSED JA KOOLITUSED

Perekoolitusprogramm on suunatud psüühiliste erivajadustega (skisofreenia ja teised sarnased psüühikahäired) täisealiste haigete pereliikmetele ja lähedastele. Noorte toetusgrupp TEIS keskendub vaimse tervise probleemidega esmahaigestunud noortele.

Teabetuba pakub sotsiaalnõustamist ja kogemusnõustaja teenust ka pereliikmetele ning lähedastele, kes soovivad tuge ja teavet psüühikahäirega toimetulemiseks ning üldist informatsiooni vaimse tervise teenustest.

Kogemusnõustamisel jagab oma teadmisi ja kogemusi inimene, kellel on diagnoositud psüühikahäire, kuid kellel endal on haigusest paranemise kogemus. Kogemusnõustaja aitab sarnase probleemiga inimestel paremini taastuda.

Sotsiaalnõustamine on sotsiaaltöötajalt isikule vajaliku teabe andmine tema sotsiaalsetest õigustest ja seadustest ning abistamine konkreetsete sotsiaalsete probleemide lahendamisel edaspidise toimetuleku soodustamiseks.

Tallinna Vaimse Tervise Keskuse rehabilitatsioonimeeskond

(perekoolitusprogramm skisofreeniahaige lähedastele)
Kopli 25, 10412 Tallinn
Telefon: 6 276 646 ja 58 189 832
E-post: meeskond@mhcenter.ee
Kodulehekülg: www.mhcenter.ee

Tallinna Vaimse Tervise Keskuse Pelguranna tegevus- ja teraapiakeskus

(noorte toetusgrupp TEIS)
Kopli 25, 10412 Tallinn
Telefon: 646 6604 ja 5818 9835
E-post: paevakeskus@mhcenter.ee

Tallinna Vaimse Tervise Keskuse teabetuba

(sotsiaalnõustamine, kogemusnõustamine)
Õismäe tee 105a, 13515 Tallinn
Telefon: 6 700 171
E-post: info@mhcenter.ee

TÖÖTAMISE TOETAMINE

Töötamise toetamise teenus hõlmab psüühiliste erivajadustega isikute töötamise toetamist nii avatud tööturul kui ka töötamist nn kaitstud töökohal. Teenus on mõeldud isikutele, kes vajavad pidevat juhendamist, julgustamist ja tuge. Klientidele makstakse tehtud töö eest töötasu. Suunajaks on Sotsiaalkindlustuseameti juhtumikorraldaja. Tulevane töötaja peab olema töötukassas arvel tööotsijana või töötuna.

psüühiliste erivajadustega inimestele

MTÜ EIT Tugiliisu

Maleva 16, 11711 Tallinn
Telefon: 6 605 067
E-post: agne@vaimukad.ee
Kodulehekülg: www.vaimukad.ee

psüühiliste erivajadustega isikute töötamise toetamine ja kaitstud töötamine

MTÜ Merimetsa Tugikeskus

Merimetsa tee 1, 10614 Tallinn
Telefon: 6 567 524
E-post: info@merimetsa.ee
Kodulehekülg: www.merimetsa.ee

kaitstud töökeskus nägemispuudega inimestele

MTÜ Pimedate Töökeskus Hariner

Laki 7, 10621 Tallinn
Tel/faks: 6 563 324 või 58 051 584
E-post: natalja@hariner.ee
Kodulehekülg: www.hariner.ee

pimemassööride töö- ja koolituskeskus

MTÜ Pimemassööride Ühing

Hariduse 6, Tallinn

Telefon: 55 616 818 või 5 575 310

E-post: jannejerva@hotmail.ee

erivajadusega isikute töötamise toetamine ja kaitstud töötamine

Tallinna Tugikeskus Juks

Pihlaka 10, 11211 Tallinn

Telefon: 6 559 452

E-post: juks@juks.ee

Kodulehekülg: www.juks.ee

psüühikahäirega inimestele

Tallinna Vaimse Tervise Keskus

Haabersti klubimaja

Õismäe tee 105a, 13515 Tallinn

Telefon: 6 579 458 ja 6 579 455

E-post: klubimaja@mhcenter.ee

Kodulehekülg: www.mhcenter.ee

psüühikahäiretega isikute kaitstud töötamine

Tallinna Vaimse Tervise Keskuse Lasnamäe töö- ja tegevuskeskus

Pae 19, 11414 Tallinn

Telefon: 6 345 600 ja 56 562 361

E-post: lasnamäekeskus@mhcenter.ee

VAEGNÄGIJATE USALDUSTELEFON JA VEEBINÕUSTAMINE

Vaegnägijate usaldustelefoni ja veebinõustamise all peetakse silmas nägemispuudega isikute eesti- ja venekeelset anonüümset nõuande- ja usaldustelefoni, mis toimib tavakõne hinnaga (vastavalt operaatori hinnakirjale) ning e-nõustamist. Eesmärgiks on eelkõige ära kuulata klientide muresid ja probleeme ning samaaegselt nõustada neid kõigis sotsiaalvaldkondades, alates puudega seonduvatest probleemidest (toetused, puude määramine vms) kuni pensionite, vajalike riiklike ja kohalike institutsioonide tutvustamise, kontaktide edastamise ning tugigruppe ühendavate kolmanda sektori ühingutesse suunamiseni.

MTÜ Jumalalaegas

Pühavaimu 4, Tallinn

Infotelefon: 6 088 860 (E-R 9.00–12.00)

E-nõustamine: abilaegas@laegas.ee (ööpäevaringselt)

Vastus tuleb hiljemalt järgmise tööpäeva jooksul.

Kodulehekülg: www.laegas.ee

VIIPEKEELE KURSUSED

Viipekeele kursusi korraldatakse kuulmispuuetega laste vanematele ja kuulmispuudega lastega tegelevatele töötajatele. Huvi korral pöördu teenuse osutaja poole.

MTÜ Eesti Kuulmispuuetega Laste Vanemate Liit

Ehte 7, Tallinn

Telefon: 6 008 552 või 5 201 428

E-post: eklvl@ekvl.ee

Kodulehekülg: www.ekvl.ee

VIIPEKEELE TÖLKETEENUS

Viipekeele tõlketeenuse osutamise uus kord annab viipekeele tõlketeenuse täisealisele kliendile õiguse valida endale usaldusväärne viipekeele tõlk lepinguga sõlmitud tõlkefirmadest. Teenuse saamiseks peavad esmakordsed taotlejad pöörduma koordinaatori poole, kes sõlmib vastava lepingu ja arvutab kliendi kontole virtuaalne summa, mille ulatuses võib klient tõlketeenust kasutada.

Teenuse osutamist koordineerib

Eesti Kurtide Liit

Nõmme tee 2, 3.korrus, 13426 Tallinn

Vastuvõtuajad: E 10.00–13.00 ja K 15.00–18.00

Telefon: 6 552 510 või 56 560 287

Faks: 6 552 510

E-post kaire.papp@ead.ee

Koduleht: <http://www.ead.ee>

Näiteks saad teenust kasutada, kui vajad viipekeele tõlki puudest tingitud asjaajamisel tervishoiuasutustes, ametiasutustes, õigusalasest asjaajamises, koolitustel või koosolekutel.

VÕLANÕUSTAMISE TEENUS

Võlanõustamise teenus on suunatud isikutele, kes on sattunud või sattumas majanduslikesse raskustesse. Võlanõustamine koosneb neljast nõustamisalasest elemendist: finants-juriidilisest, psühhosotsiaalsest, elulis-praktilisest ja pedagoogilis-preventiivsest nõustamisest. Kaasa võta isikut tõendav dokument ning dokumendid võlakohustuste kohta.

Tallinna Sotsiaaltöö Keskus

Kauge 4, Tallinn

Info ja registreerimine: tööpäeviti kl 9–16

Telefon: 6 660 886

E-post: volanoustaja@swcenter.ee

Võlanõustamine toimub tööpäeviti (ka õhtuti) ja laupäeviti järgnevatel aadressidel:

Kauge 4 (ligipääs ka liikumispuudega inimestel)

Tuulemaa 6

Akadeemia tee 34, kabinet 105.

Kodulehekülg: <http://www.swcenter.ee/volanoustajate-vastuvott>

***Näiteks** kui sul on makseraskused (üürivõlg, telefonivõlg, laen eraisikult või pangalt, liising, järelmaks, maksuvõlg, trahvid, viivised, elatisraha võlg, krediitkaardi võlg, eluasemelaen, õppelaen, käendus vms), võid pöörduda võlanõustaja poole.*

ÕIGUSNÕUSTAMINE

Õigusnõustamine on vähekindlustatud isikute nõustamine õigusalastes küsimustes, tasuta juriidilise konsultatsiooni võimaldamine vähekindlustatud isikutele.

SA Õigusteenuste Büroo

Vajalik eelregistreerimine (telefoni teel).

Aadress: J. Köhleri 7, III korrus, 11101 Tallinn

Telefon: 6 015 122

Faks: 6 015 120

E-post: sekretar@otb.ee

Kodulehekülg: www.otb.ee

***Näiteks** kui sa pole suuteline maksta korteriüüri või pangalaenu, peaksid pöörduma kohalikku sotsiaalhoolekande osakonda, sest üürivõlgade tekkimisel ei saa taotleda toimetulekutoetust.*

ÖÖPÄEVARINGNE HOOLDUS

Teenust osutatakse korraga kuni 12-le täisealisele isikule, kellel on raskest või püsivast psüühikahäirest tingitud erivajadus ja kes vastab järgnevatel kriteeriumitele: raske või sügav vaimupuue, töövõime kaotus vähemalt 80%, rehabilitatsiooniplaani tegevuskavas soovitus ööpäevaringsele

hooldamisele suunamiseks. Ööpäevaringne hooldusteenus sisaldab kliendi juhendamist ja abistamist igapäevaelus vajalike toimingute sooritamisel, 3 toidukorda päevas, aktiveerivatesse tegevustesse kaasamist, ööpäevaringse ohutuse tagamist kliendile, tervishoiuteenuse osutaja ravijuhiste s.h raviskeemi järgimist. Teenuse taotlemiseks pöördu Sotsiaalkindlustusametisse.

Tallinna Tugikeskus Juks

Kadaka tee 153c, 12615 Tallinn
Telefon: 6 737 949 ja 53 001 072
E-post: kadaka@juks.ee
Kodulehekülg: <http://www.juks.ee>

ÜLDHOODLDEKODU TEENUS

Üldhooldekoduteenuse eesmärk on kindlustada eelkõige üksi elavate eakate, kelle toimetulekut ei ole võimalik tagada teiste sotsiaalteenuste või muu abi osutamisega, ööpäevaringne hooldamine üldhooldekodus. Taotlemiseks pöörduda elukohajärgse linnaosa sotsiaalhoolekande osakonda. Tallinna linna kaasfinantseerimisel esitab taotleja elukohajärgsele linnaosa valitsusele kirjaliku avalduse. Eesti hooldekodude kontaktid leiad Sotsiaalministeeriumi koduleheküljelt <http://www.sm.ee/sinule/eakale/hoolekandeesutused.html>.

Tallinna eakatele osutab hooldekoduteenust

Iru Hooldekodu

Hooldekodu tee 2, 13914 Tallinn
Telefon: 6 062 802
E-post: iru@iruhk.ee

PUUETEGA INIMESTE SPORDITEGEVUSE TOETUS

Sporditegevuse toetus on ette nähtud spordiklubidele ja -koolidele 4–19-aastaste Tallinna laste, noorte ja puuetega harrastajate ning püsiva töövõimetusega (vähemalt 40%) inimeste sporditegevuse korraldamiseks. Pöördu puuetega inimeste spordiga tegeleva ühingu poole. Muu spordiinfo saamiseks külasta Tallinna spordiportaali.

Spordiklubi saab määrata aadressil <http://www.tallinn.ee/est/sport/Spordiklubi-maaramine>.

Toetuse saamise põhitingimused:

1. harrastaja on rahvastikuregistri andmetel Tallinna elanik
2. harrastaja on spordiklubi või -kooli nimekirjas
3. teovõimelise harrastaja või harrastaja seadusliku esindaja sooviavaldus (elektrooniline mäрге, avaldus) ühe spordiklubi või -kooli kasuks (Elektroonilise kinnituse saab teha läbi kodanikuportaali www.eesti.ee, täpsemate juhiste saamiseks vaadake menetluse käiku.)
4. harrastajate rühmaga tegeleb vähemalt II kvalifikatsioonitasemega treener.

Puuetega inimeste ühingud Tallinnas

Paljud puudega inimesed ja nende pereliikmed on koondunud erinevatesse ühingutesse, et seista oma huvide ja õiguste eest. Tugiühingus on võimalik saada teadmisi oma puudeliigi kohta, jagada oma kogemusi ning saada tuge sarnaste kogemustega inimestelt, leida lahendusi muredele, võtta osa koolitustest ja leida uusi sõpru.

Ühingud kuuluvad omakorda maakondlikesse puuetega inimeste koda-
desse ning puudeliikide ja diagnooside järgi üleriigilistesse puuetega ini-
meste liitudesse.

Tallinna puuetega inimeste ühingud on moodustanud katusorganisatsiooni Tallinna Puuetega Inimeste Koda, mille eesmärgiks on esindada ja kaitsta puuetega inimeste huve Tallinnas ja selle lähiümbruses.

Tallinna Puuetega Inimeste Koja peamisteks tegevusvaldkondadeks on: invapoliitika kujundamine Tallinna tasandil, liikmesorganisatsioonide toe-
tamine, informatsiooni edastamine ja esmatasandi nõustamine, Tallinna Puuetega Inimeste Tegevuskeskuse haldamine ning puuetega inimestele suunatud erinevate projektide ja teenuste läbiviimine ja pakkumine.

Tallinna Puuetega Inimeste Koda

Endla 59, 10615 Tallinn

Tel/faks: 6 564 048

E-post: koda@tallinnakoda.ee

Kodulehekülg: www.tallinnakoda.ee

TALLINNA PUUETEGA INIMESTE KOJA LIIKMED

Tallinna Puuetega Inimeste Koja liikmeteks võivad olla Tallinnas asuvad mittetulundusühingud, mille liikmeteks on Tallinnas ja Harjumaal elavad puuetega inimesed ja/või nende hooldajaid.

Tallinna Liikumispuudega Inimeste Ühing

Esimees: Jüri Järve
Aadress: Endla 59, 10615
Tallinn
Tel: 6 543 556 või 5 010 127
E-post: tliy@tliy.ee
Kodulehekülg: www.tliy.ee

Tallinna Invaspordiühing (liikumispuudega inimeste spordiklubi)

Esinaine: Rita Goruškina
Aadress: Endla 59,
10615 Tallinn
Tel: 6 567 804 või 5 548 505
E-post: ritasport@hotmail.ee
Kodulehekülg:
tallinnainvaspordiyhing.
blogspot.com

MTÜ Kohanemiskeskus Danko (vähihaigeid koondav ühing)

Esinaine: Irina Kosenkova
Aadress: Endla 59,
10615 Tallinn
Tel: 6 350 216 või 53 472 167
E-post: danko98@hotmail.ee

Põhja-Eesti Pimedate Ühing

Esimees: Kristiina Peetsalu
Aadress: Tondi 8a,
11313 Tallinn
Tel: 6 748 945 või 55 667 878
Faks: 6 748 001
E-post: esimees@ppy.ee,
ppy@ppy.ee
Kodulehekülg: www.ppy.ee

Põhja-Eesti Neeruhaigete Selts

Kontaktisik: Ester Kukkur
Aadress: Paldiski mnt 68,
10617 Tallinn
Tel: 58 145 534
E-post: eses@hotmail.ee

Tugiühendus Võimalus

(vaimupuudega inimeste ja perede ühendus)

Esinaine: Õilme Niitepõld
Aadress: Endla 59,
10615 Tallinn
Tel: 6 443 701 või 55 527 960
E-post: niite@hotmail.ee

Liikumispuudega Laste Tugiühing

Esinaine: Külli Urb
Aadress: Endla 59, 10615 Tallinn
Tel: 6 564 048 või 55 672 585
E-post: kylli@samm.ee
Kodulehekülg: www.samm.ee

Tallinna Arengupuudega Inimeste Tugiühing

Kontaktisik: Elvi Lageda
Aadress: Endla 59,
10615 Tallinn
Tel: 5 226 811
E-post: elvi.lageda@mail.ee

Tallinna Suhkruhaigete Selts

Juhataja: Ulvi Tammer-Jäätes
Aadress: Endla 59, 10615 Tallinn
Tel: 5 119 001
Faks: 5 070 091
E-post: ulvi.tammer@diabetes.ee
Kodulehekülg: www.diabetes.ee/seltsid/tallinn

Tallinna Epilepsiaühendus

Esimees: Tiiu Kolga
Kontaktisik: Madis Kruus
Aadress: Nõmme tee 63A-1,
11311 Tallinn
Tel: 6 557 289 või 53 422 424
E-post: madis@koolieelik.ee

MTÜ Elulõng (psüühikahäiretega inimesi koondav ühing – *hetkel väheaktiivne*)

Merimetsa Tugikeskus

(psüühikahäiretega inimeste töökeskus)

Juhataja: Saima Kalgan
Aadress: Merimetsa tee 1,
10614 Tallinn
Tel/faks: 6 567 530
E-post: info@merimetsa.ee
Kodulehekülg: www.merimetsa.ee

Nõmme Vaegkuuljate Selts

Esimees: Rein Järve
Aadress: Toompuiestee 10,
10137 Tallinn
Tel/faks: 6 616 394
E-post: reinjarve@hot.ee

Tallinna ja Harjumaa Kurtide Ühing

Esimees: Tiit Papp
Projektijuht: Tiiu Hermat
Aadress: Nõmme tee 2,
13426 Tallinn
Tel/faks: 6 773 288
või 56 455 483
E-post: thky@thky.ee
Kodulehekülg: www.thky.ee

Tallinna ja Harjumaa Kutsehaigete Ühing

Esinaine: Eve Kõlkar
Aadress: Endla 59,
10615 Tallinn
Tel: 6 701 288 või 55 682 154
E-post: nalla123@hot.ee

Sclerosis Multipleksi Tallinna Ühing

Kontaktisik: Pille-Katrin Levin
Aadress: Endla 59, 10615 Tallinn
Tel: 5 077 411
E-post: pillekatrin@smk.ee

Tallinna Parkinsonihaiguse Selts

Esimees: Eero Kaalep
Aadress: Endla 59-204,
10615 Tallinn
Tel: 53 448 050
E-post: ekaalep@hot.ee
Kodulehekülg: www.parkinson.ee

MTÜ Pimedate Töökeseus Hariner

Esimees: Eduard Borissenko
Tegevdirektor: Natalja Fedotova
Aadress: Laki tn 7, 10621 Tallinn
Tel/faks: 6 563 497
E-post: info@hariner.ee
Kodulehekülg: www.hariner.ee

Tallinna Reumaühendus

Kontaktisik: Küllly Kikas
Aadress: Magdaleena Polikliinik,
Pärnu mnt 104-111, 11312 Tallinn
Tel: 5 250 943
E-post: kyllikikas@hot.ee

Tallinna ja Harjumaa Vaegkuuljate Ühing

Esimees: Külliki Bode
Aadress: Toompuiestee 10,
10137 Tallinn
Tel: 6 616 394 või 53 478 422
E-post: info@thvk.ee
Kodulehekülg: www.thvk.ee

Põhja-Eesti Autismi Liit

Esimees: Ivica Mägi
Aadress: Pärnu mnt. 411-3,
10913 Tallinn
Tel: 5 169 605
E-post: info@autism.ee
Kodulehekülg: www.autism.ee

Nõmme Puuetega Laste Vanemate Tugiühing (*hetkel väheaktiivne*)

TALLINNA PUUETEGA INIMESTE TEGEVUSKESKUS

Tallinna Puuetega Inimeste Tegevuskeskus on Tallinna Puuetega Inimeste Koja hallatav keskus, mis on avatud kõikidele huvilistele

E–R 10.00–18.00,

sisetegevusteks (ringide töö, koolitused, koosolekud jmt) 9.00–19.00, kokkuleppel ka kauem; laupäeval sisetegevusteks 11.00–16.00 (kokkuleppel kauem) ja pühapäeval vastavalt vajadusele eelneval kokkuleppel.

Adress: Endla 59, 10615 Tallinn

Administraatori tel/faks: 6 564 048

E-post: koda@tallinnakoda.ee

Kodulehekülg: www.tallinnakoda.ee

Keskuses on puuetega inimeste ühingutel võimalik läbi viia

- 1) informatsiooni- ja nõustamistegevust
- 2) koolitustegevust
- 3) erinevate teenuste ja projektide koordineerimist
- 4) sotsiaalset rehabilitatsiooni, kultuuri- ja sporditegevust.

Klientidel on võimalik

- 1) osaleda puuetega inimeste organisatsioonide töös
- 2) osaleda koolitustel, üritustel, vaba aja tegevuses
- 3) saada informatsiooni ja esmatasandi nõustamist
- 4) kasutada arvutit, internetti
- 5) lugeda ajalehti, raamatuid
- 6) osta puuetega inimeste valmistatud käsitööd
- 7) osta abivahendeid ja inkontinentsitarbeid.

Tallinna Puuetega Inimeste Koda
www.tallinnakoda.ee

Eesti Puuetega Inimeste Koda
www.epikoda.ee

Sotsiaalkindlustusamet
www.ensib.ee

Sotsiaalministeerium
www.sm.ee

Tallinna Sotsiaal- ja Tervishoiuamet
www.tallinn.ee

Töötukassa
www.tootukassa.ee

Haigekassa
www.haigekassa.ee

Eesti Liikumispuudega Inimeste Liit
www.elil.ee

Eesti Kurtide Liit
www.ead.ee

Eesti Pimedate Liit
www.pimedateliit.ee

Eesti Vaimupuudega Inimeste Tugiliit
www.vaimukad.ee

Liikumispuuetega inimeste ligipääsetavuse info
www.liikumisvabadus.invainfo.ee

Väljaandja:

Tallinna Puuetega Inimeste Koda
Endla 59, 10615 Tallinn
Telefon: 6 564 048
E-post: koda@tallinnakoda.ee
Kodulehekülg: www.tallinnakoda.ee
Arveldusarve nr: 1120181691 Swedbank
Registrinumber: 80010550

