

Karjääriinfo erivajadusega noorele

Tallinn 2009

Elukestva Õppe Arendamise Sihtasutus Innove

Autorid:

Merit Rossner, Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskus
Liina Teesalu, Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskus
Lemme Palmet, Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskus
Tiina Lille, Eesti Töötukassa
Kai Kukk, Haridus- ja Teadusministeerium
Meeli Murasov, Haridus- ja Teadusministeerium
Marit Kannelmäe-Geerts, SA Archimedes Euroopa Noored Eesti büroo
Inga Kukk, SA Archimedes Programmi Primus büroo
Tauno Asuja, Tallinna Puuetega Inimeste Koda
Maaris Kameneva, Tallinna Vaimse Tervise Keskus

Koostanud SA Innove karjääriteenuste arenduskeskus:

Anne-Liise Verpson
Kadri Eensalu
Margit Rammo

Täname:

Maaris Kameneva, Tallinna Vaimse Tervise Keskus
Polina Dvinskihh, Sotsiaalministeerium
Raido Sirvi

Keeleliselt toimetanud: A&A Lingua

Kaanefoto: Kaarel Mikkin, headpead.com
Persoonilugude fotod: erakogud

Trükis on välja antud SA Innove karjääriteenuste arenduskeskuse poolt ESF programmis „Karjääriteenuste süsteemi arendamine”.

Trükise elektrooniline versioon asub portaalis Rajaleidja: www.rajaleidja.ee/erivajadus
Trükiseid saab küsida ka piirkondlikest teavitamis- ja nõustamiskeskustest.
Kommentaariid ja küsimused on teretunud aadressile ktk@innove.ee

Küljendanud / Kujundanud: BalticPrint

Sissejuhatus	4
1. Mõisted ja seadusandlus	5
2. Erivajadusega noor Eesti haridussüsteemis	7
3. Puuetega inimeste organisatsioonide võrgustik Eestis	10
4. Terviseedendamise, vaba aja veetmise ja töötamise võimalused	13
4.1 Rehabilitatsiooni- ja õppimisvõimalused Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskuses	13
4.2 Vaimse Tervise Keskuse teenused	16
4.3 Erivajadustega noorte kaasamine programmis Euroopa Noored	20
4.4 Töötukassa teenused puuetega inimestele	23
5. Persoonilood	25
Viidatud veebilehed	32
Lisad	33



*Pole olemas võimatuid unistusi,
on vaid meie piiratud ettekujutus võimalikkusest.
(Beth Mende Conny)*

Sissejuhatus

Eesti rahvaarv on 1,3 miljonit inimest; puudega inimeste osakaal elanikkonnast on umbes 10%. See teeb kokku rohkem inimesi, kui elab Eesti suuruselt teises linnas Tartus.

Eesti Vabariigi põhiseaduse kohaselt on puudega inimesed riigi ja kohalike omavalitsuste erilise hoole all. Puudega inimesed ise ei nõua erilist hooldust, vaid võrdseid võimalusi ühiskonnas osalemiseks. Riik saab oma hoolivust väljendada eri meetmete rakendamise kaudu, mis aitavad parandada puudega inimese iseseisvat ühiskonnas toimetulekut ja vähendada sellega ebavõrdseid võimalusi.

Käesolev trükis on mõeldud nii karjääripetsialistile (nõustajale, infospetsialistile, koordinaatorile) kui ka erivajadusega noore pereliikmetele, et anda infot selle kohta, milliseid õppimis- ja rehabilitatsioonivõimalusi koolid, asutused ja ühingud pakuvad. Trükise eesmärk on aidata orienteeruda erivajadusega inimestele suunatud infotulvas.

Trükises antakse ülevaade erivajadusega õppuri võimalustest Eesti haridussüsteemis ning puuetega inimeste organisatsioonide võrgustikust. Eraldi pööratakse tähelepanu rehabilitatsioonikeskuste tegevustele, käsitletakse nii füüsilisest puudest tingitud erivajadusi kui ka psüühilise erivajadusega noortele suunatud toetavaid teenuseid. Lisaks räägitakse noorte osalemisest rahvusvahelistes noorsoovahetusprogrammides, vabatahtliku töö teenistusest välismaal, vähemate võimalustega noorte kaasamisest ja tööle aitamisest. Lõpetuseks esitatakse paar persoonilugu noorte karjääriteedest.

Haridusliku erivajadusena mõistetakse ka emotsionaal- ja käitumisraskuseid, üld- või eriandekuse juhtusid. Järgnevates peatükkides keskendutakse aga info andmisele ja võimaluste tutvustamisele vaimse ja füüsilise puudega noorte jaoks.

1. Mõisted ja seadusandlus

Puue on inimese anatoomilise, füsioloogilise või psüühilise struktuuri või funktsiooni kaotus või kõrvalekalle, mis koostoimes erinevate suhtumuslike ja keskkondlike takistustega tõkestab ühiskonnaelus osalemist teistega võrdsel alustel. Puue on **ajas muutuv ja mitmetahuline mõiste**, mis esindab inimese ja teda ümbritseva keskkonna vahelist suhet. Inimene, kelle tegevusvõime teatud keskkonnas on piiratud, ei pruugi olla piiratud juhul, kui keskkonda on kohandatud või kui ta saab tegutseda mõnes teises keskkonnas.

Puuded jagunevad füüsilisteks ja vaimseteks puueteks. **Füüsilised puuded** on väga erinevad (nt liikumis-, kuulmis-, nägemispuue, kroonilised haigused). **Vaimne puue** on inimese intellektuaalsete võimete (enamasti kaasasündinud) kahjustus, mida ei saa ravida. **Psüühikahäiret** ehk vaimuhaigust (algab enamasti nooremas täiskasvanueas) saab tänapäeval edukalt ravimitega kontrolli all hoida ja ravida.

Haridusteamade käsitlemisel kasutatakse puuetega noortest rääkides sagedamini terminit hariduslike erivajadustega noored, sotsiaalsfääris on enam kasutusel puudekeskne terminoloogia.

Sotsiaalhoolekandes ja sotsiaalkindlustuses on oluline roll täita nii riigil kui ka kohalikel omavalitsustel. Sotsiaalteenuste osutamist ja sotsiaaltoetuste maksmist finantseeritakse riigi- ja kohalike omavalitsuste eelarvetest. Teiste inimestega võrdsete võimaluste tagamine puuetega isikute aktiivseks osalemiseks ühiskonnaelus ja iseseisvaks toimetulekuks on kehtiva sotsiaalhoolekande seadusega pandud valla- või linnavalitsuse kohustuseks.

Puuetega inimeste **sotsiaaltoetusi** makstakse puudest tingitud lisakulude osaliseks hüvitamiseks inimestele, kellel on tuvastatud keskmine, raske või sügav puue. Puue määratakse tähtajaga 6 kuud kuni 3 aastat. Kuna puue on ajas muutuv, võib puude raskusaste rehabiliteerimise, abivahendite kasutamise, elukeskkonna kohandamise või muude asjaolude mõjul muutuda.

Töövõimetuspensioni makstakse inimesele 40–100%-lise püsiva töövõime kaotuse korral. Töövõimetuspension on asendussissetulek ja kompenseerib seda, et inimene ei saa osaliselt või täielikult töötada. Alla 100%-lise töövõime kaotuse korral eeldatakse, et inimene peaks allesjäänud töövõime piires osajaga töötama.



Trükise temaatikat ja üldisi puuetega inimeste toetusi ja teenuseid reguleerivad järgmised seadused:

- **Eesti Vabariigi haridusseadus** – seaduse ülesanne on õiguslikult tagada haridussüsteemi kujunemine, toimimine ning areng ka erivajadusega inimestele.
- **puuetega inimeste sotsiaaltoetuste seadus** – sätestab puuetega inimeste sotsiaaltoetuste liigid, nende saamise tingimused, nende suurused ning määramise ja maksmise korra. Nimetatud seadus määrab töövõimetuspensioni maksmise korra alates 16. eluaastast.
- **sotsiaalhoolekande seadus** – sätestab erivajadustega inimeste riikliku hoolekande, erinevad teenused ja nende õiguslikud alused ning reguleerib sotsiaalhoolekandes tekkivaid suhteid.
- **tööturuteenuste ja toetuste seadus** – seaduse eesmärk on saavutada tööealise elanikkonna võimalikult kõrge tööhõive ning ennetada pikaajalist töötust ja tööturult tõrjutust tööturuteenuste osutamise ja tööturutoetuste maksmise kaudu.

2. Erivajadusega noor Eesti haridussüsteemis

Kaasav hariduspoliitika on toonud vajaduse määratleda need õppurid, kes vajavad hariduse omandamiseks tavapärasest erinevat õppekorraldust või lisaõpet. Hariduses lähtutakse **võrdsete võimaluste põhimõttest** – haridus olgu kättesaadav ja ligipääsetav kõikide õppurite jaoks. Tihti on vaja lisameetmeid, et need põhimõtted saaksid sõnadest tegelikkuseks.

Haridusliku erivajaduse all mõistetakse vajadust teha muudatusi või kohandusi kooli õppekavas, rühma töökavas või õpikeskkonnas (õppevorm, õpperuumid, õppevahendid, meetodid, suhtluskeel, eriettevalmistusega pedagoogid, tugipersonal) eesmärgiga tagada kõigile võimalus maksimaalseks osalemiseks õppeprotsessis ja individuaalseks arenguks. 2007/2008 õppeaastal oli tavakoolide õpilastest 14% erivajadustega (vt Lisa 1 tabel 1 lk 33).

Erivajadusega õppijale koostatakse vastava õppeasutuse/eriala õppekavast lähtuv individuaalne õppekava, kus arvestatakse õppija vajadusi.

Individuaalse õppekavaga määratakse vähendatud nõuded õppesisule ja sellest tulenevatele õpitulemustele, erisused õppekorralduses, õppeaja pikkuse muutmise, täiendava inimressursi kaasamise vajadus ja põhimõtted, kasutatav kohandatud õppevara, vajalikud ruumikohandused.

Õppeasutuse füüsilise keskkonna kujundamisel tuleb tagada kõikide õppijate ligipääs elutähtsatele ruumidele ja vahenditele. Vastavalt vajadusele peavad olema kuulamist toetavad akustilised tingimused, visuaalset orienteerumist soodustav sisekujundus, piisava mahuga ja kergesti leitav info õppehoonetes orienteerumiseks. Puudega õppija puhul võetakse tugiteenuste rakendamisel arvesse rehabilitatsiooniplaanis toodud soovitusi.

Kõigil õppuritel on seadusega tagatud õigus jätkata haridust järgmisel haridustasemel. Õpe on muutunud paindlikumaks ja õppijakeskemaks ning vajalikku tuge pakutakse ka neile, kes vajavad õpingute jooksul tavalisest enam toetust.

Kool koostöös kooli pidaja, riigi ja õppija elukohajärgse valla või linnaga loob erivajadusega õppijale tingimused kutseõppeks, arvestades võimaluste piires õppija soove, erivajaduste spetsiifikat ning võimalusi sobiva töö leidmiseks. Tugiteenuste tagamiseks ja individuaalse lähenemise võimaldamiseks rahastab riik erivajadustega õpilaste kutseõpet täiendavalt.

Koostöös praktikaettevõtte või -asutusega koostab kool erivajadusega õppijale **individuaalse**



üleminekuplaani vajalike oskuste omandamiseks üleminekul kutseõppest tööellu. Eesmärk on toetada koolilõpetajate sisenemist tööturule ja parandada nende konkurentsivõimet.

2008/2009 õppeaastal õppis Eesti kutseõppeasutustes 768 haridusliku erivajadusega õppijat, mis moodustab kokku 2,8% kõigist kutseõppes õppijatest. Tabel 2 lk 33 annab ülevaate sellest, millise erivajadusega on nende õppijate puhul tegemist. Enamik erivajadusega õppijatest on läbinud põhikooli lihtsustatud õppekava, mis viitab sellele, et neil on kerge vaimne mahajäämus. Tõsise füüsilise või psüühilise erivajadusega õppijaid on kutseõppeasutustes märgatavalt vähem. (vt Lisa 1 lk 33).

Erivajadustega õppijaid õpib enamikus Eesti kutseõppeasutustes. Kõige rohkem oli 2008/09. õppeaastal erivajadustega õppijaid Vana-Vigala Tehnika- ja Teeninduskoolis, Väike-Maarja Õppekeskuses, Tartu Kutsehariduskeskuses ja Vana-Antsla Kutsekeskkoolis (vt Lisa 1, tabel 3 lk 33).

Reeglina õpivad erivajadustega õppijad tavarühmades, kuid kui õppimishuvilisi on enam, võib kool moodustada erivajadustega õppijatele eraldi õpperühma. Eriala valikul ei ole erivajadusega õppijatele seatud piiranguid, kuid füüsilise puude või muu terviseprobleemiga õppijad peaksid sobiva eriala valimisel kindlasti oma vajadustega arvestama. Õppekavarühmade lõikes õpib enim erivajadusega õppijaid ehituse ja tsiviilrajatiste, majutuse ja toitlustuse ning koduteeninduse valdkonnas. Kuigi teistes valdkondades on erivajadustega õppijaid vähem, jaguneb neid siiski pea kõigisse õppekavarühmadesse.


Erivajadustega õppijale laienevad kõik kutseõppes õppijatele ettenähtud toetused ja soodustused.

Näiteks on kõigil õppuritel õigus taotleda õppetootust. Põhikooli baasil õppijatele laieneb ka koolilõuna toetus, samuti on neil võimalik taotleda transporditoetust.

Liikumis-, kuulmis- või nägemispuude ja muude erivajadustega noori õpib ka Eesti kõrgkoolides. Nende osakaal on tasemeõppes pea kaks korda väiksem kui kogu rahvastikus. Järk-järgult on aga ka **kõrgharidus muutumas erivajadustega noortele kättesaadavamaks.**

Euroopa Liidu Sotsiaalfondist (ESF) rahastatava **kõrghariduse kvaliteedi arendamise programmi Primus** raames alustati 2009. aastal erivajadusega üliõpilaste tugiteenuste ühtse süsteemi välja töötamist. Erivajadusega noor peaks juba kõrgkooli astudes oma vajadustest teada andma ning saama kogu info ja tugiteenused võimalikult hõlpsalt ühest kohast.

Igal keskhariiduse omandanud erivajadusega noorel on **õigus saada kõrgharidust**, sest Eesti hariduspoliitikas rakendatakse võrdsete võimaluste põhimõtteid, mille kohaselt peamiseks kõrghariduse saamise eelduseks on üliõpilase võimed.



Erivajadusega inimese õppimist võivad raskendada tema vajadustest, tervislikust seisundist või õpikeskkonnast tulenevad takistused, mis ei võimalda tal täiskoormusega õppida. Seega võib ta vajada **paindlikumat õppekorraldust, pikemat õppeaega või ajutist lisatuge**. Mitmed kõrgkoolid on erivajadusega üliõpilaste õpingute toetamiseks oma vastuvõtutingimustes ja õppekorraldusekirjas kehtestanud eritingimusi ja meetmeid, mille kohta saab infot küsida juba kõrgkooli ja eriala valides.

Sobivaima eriala ja õpikeskkonna leidmiseks peaks noor eelkõige lähtuma oma eelistusest.

Arvestada tuleks, et **erialasid saab õppida mitmes kõrgkoolis ja linnas** (Tallinn, Tartu, Pärnu, Rakvere, Haapsalu, Türi ja Narva). Seetõttu tasuks kõigepealt ühendust võtta konkreetse õppeasutusega, rääkida oma vajadustest ning küsida, kas ja milliseid võimalusi kõrgkool pakub. Suuremates Eesti kõrgkoolides töötab erivajadusega üliõpilaste kontaktisik, samuti oskavad tugiteenuste ja õppetöö korraldamise võimaluste kohta infot ja nõu anda programmi Primus õppija toimetulekut toetavad koordinaatorid.

2010. aastast on erivajadusega üliõpilasel võimalik taotleda programmist Primus **stipendiumi erivajadusest tingitud ning õpingutega seotud lisakulude katteks**. Stipendiumi saab taotleda nii perioodiliste tugiteenuste (nt isiklik abistaja, viipekeeleõlk, transport) kui ka ühekordsete või ebaregulaarsete teenuste eest tasumiseks. Üliõpilane peab stipendiumitaotluse esitama oma kõrgkooli erivajadusega üliõpilaste kontaktisikule, seejärel vaatab taotluse läbi kõrgkooli komisjon ja edastab Primusele, kus otsustatakse stipendiumi saajad ja lõplik määr ning summa kantakse üliõpilase arvelduskontole. Info stipendiumi ja vajalike lisadokumentide kohta ning taotlusvorm koos täitmisjuhistega on programmi Primus kodulehel.

Peale haridusministeeriumi ja programmi Primus pakutava toetuse ning kõrgkoolide enda väljatöötatud eritingimuste ja toetuste saab erivajadusega noor arvestada ka kõigi riigi ja kohalike omavalitsuste rahastatavate puuetega inimeste **sotsiaaltoetuste ja -teenustega** (nt õppetoetus, isikliku abistaja teenus ja sotsiaaltransport, vt sotsiaalministeerium).

Mittetöötav üliõpilane saab **taotleda õppetoetust** – s.o puudest tulenevate õppetööga seotud lisakulude katmist puuetega inimeste sotsiaaltoetuste seaduse alusel (PISTS §10, vt õppetoetus). Toetust taotletakse oma piirkonna pensioniameti kaudu. Töötav üliõpilane võib taotleda ka muid töötavale puudega inimesele ette nähtud toetusi ja teenuseid, nt töötamis- ja täiendusõppetoetust (PISTS §10, vt töötamistoetus). **Töötukassa pakutavatest teenustest** (nt töökoha kohandamine, tugiisiku teenus jms) võib palju kasu olla siis, kui nt erialase praktika kohast on saamas ametlik töökoht.



3. Puuetega inimeste organisatsioonide võrgustik Eestis

Eesti Vabariigi invapoliitika üldkontseptsiooni kohaselt on **puuetega inimeste organisatsioonidel invapoliitika arendamisel kindel roll**: puuetega inimeste vajaduste ja prioriteetide määratlemine, invapoliitika planeerimises osalemine, puuetega inimeste elu puudutavate teenuste ja abinõude osutamine ja hindamine ning rahva teadlikkuse tõstmisele ja muutuste elluviimisele kaasaaitamine.

Nende funktsioonide täitmine eeldab puuetega inimeste aktiivset kaasamist. Seetõttu peab riik ergutama ja toetama puuetega inimeste, nende perekonnaliikmete ja/või neid esindavate organisatsioonide teket ja jätkusuutlikku arengut.

Võrdsete võimaluste loomise eest seisavad lisaks seaduses määratud organitele ka puuetega inimeste enda loodud organisatsioonid. Nende organisatsioonide tegevus on suunatud puuetega inimeste sotsiaalse kaasatuse, aktiivse ühiskonnaosaluse ja täisväärtusliku kodanikutunnetuse tagamisele.

Kõigil puuetega inimeste **organisatsioonidel on oluline roll nii riiklikul kui ka kohalikul tasandil**, sest neil tuleb teha seda tööd, milleks ametnikel napib piisavalt ressursi: abistada, toetada ja nõustada neid, kes vajavad abi puudest tulenevate probleemidega toimetulekul. Puuetega inimeste organisatsioonid võivad oma nõuandvat rolli täita mitmel eri viisil, näiteks osaledes riiklikes ja kohalikes komisjonides ning pakkudes eksperdihinnangut erinevates puuetega inimesi puudutavates valdkondades.

Omaabi ühendustena pakuvad puuetega inimeste organisatsioonid võimalusi puuetega inimeste erinevate oskuste arendamiseks, liikmete vastastikust abistamist ning info vahetamist.

Eesti Puuetega Inimeste Koda (EPIK) on vabariiklike puudespetsiifiliste liitude ning maakondlike puuetega inimeste kodade katusorganisatsioon (Vt Lisa 2, lk 34). EPIK eesmärk on aidata kaasa puuetega inimeste iseseisvaks toimetulekuks vajalike tingimuste ja sotsiaalse infrastruktuuri kujundamisele ning teiste kodanikega võrdsete osalemisvõimaluste loomisele ühiskonnas.

Kui EPIK tegeleb üleriigilisel tasandil üldisemate küsimuste lahendamisega, siis **erinevad puuetega inimeste liidud** tegelevad riiklikul tasandil oma puudeliigi raames probleemide

lahendamisega. **Maakondlikud puuetega inimeste kojad** on see-eest piirkonnas tegutsevate puuetega inimeste organisatsioonide ja kohalike omavalitsuste esindajate vahelised koostööorganid.

Liidud (kojad) on omakorda katusteks rohujuure tasandil tegutsevatele ühingutele, mis ühendavad puuetega inimesi. Puuetega inimeste ühinged võivad samal ajal kuuluda nii mõne liidu kui ka koja alla – näiteks Tallinna Liikumispuuetega Inimeste Ühing kuulub nii Eesti Liikumispuuetega Inimeste Liidu kui ka Tallinna Puuetega Inimeste Koja alla. Kuulumine kahe katuse alla annab ühingutele parema võimaluse kaasa lüüa puuetega inimeste olukorra parandamisele nii puudespetsiifiliselt riiklikul kui ka üldisemas plaanis kohalikul tasandil.

Tallinna Puuetega Inimeste Koda (TPIK) asutati 1997. aastal, kui Sotsiaalministeeriumi algatusel moodustati maakondlikud puuetega inimeste kojad, erandiks suure haldusterritooriumiga Tallinn, kuhu loodi eraldi koda.

TPIK eesmärk on kaitsta puuetega inimeste ja oma liikmesorganisatsioonide huve ja neid esindada ning edendada koostööd avaliku, mittetulundus- ja erasektori vahel, et luua puuetega inimestele võrdsed võimalused kohalikul tasandil.

Peamine regulaarne koostöövorm puuetega inimeste esindusorganisatsioonide ja Tallinna Linnavalitsuse vahel on **invakomisjon**, kus arutletakse üheskoos puuetega inimeste valdkonda puudutavate kitsaskohtade üle ja otsitakse lahendusi probleemide leevendamiseks.

TPIK on katusorganisatsioon 22-le puuetega inimeste ühingule Tallinnas. Kui linnas on puuetega inimesi kokku ligi 20 000, siis neist 4700 kuuluvad mõnda koja liikmesühingusse.

Koja üks peamisi ülesandeid on sihtgrupi **igapäevane teavitamine** uute teenuste, toetuste ja muude muudatuste teemal nii e-posti, telefoni kui ka personaalse kontakti teel. Nõustatakse nii puuetega inimesi, puuetega inimeste spetsialiste, TPIK liikmesühingute esindajaid kui ka teisi inimesi, keda puuetega inimeste temaatika otseselt puudutab. Koja kodulehel on vajalik info puuetega inimestele nii riiklike kui ka linna pakutavate teenuste ja toetuste kohta ning uudised infopäevade/ürituste kohta.

Töstmaks puuetega inimeste teadlikkust, toimuvad **kvartaalsed infotunnid** ning viimastel aastatel on sihtgrupi seas suurt populaarsust kogunud **infoteatmik „Abiks puudega inimesele“**, mis kajastab infot nii riiklike kui ka Tallinna linna teenuste ja toetuste kohta ning annab ülevaate puuetega inimeste ühendustest.



Väga suure külastatavusega on olnud **invamess**, kus huvilised saavad tutvuda abivahendi- ja meditsiinifirmade toodetega, rehabilitatsiooniasutuste teenustega, haridusasutuste õppimisvõimalustega, puuetega inimeste ühingute tegevustega, osaleda erinevatel infotundidel ning saada sotsiaalnõustamist.

Tallinna linna ja Koja koostööna on avatud **Tallinna Puuetega Inimeste Tegevuskeskus**, mis võimaldab puuetega inimeste ühingutel end oluliselt rohkem aktiveerida ja pakkuda sihtgrupile senisest avaramaid võimalusi kultuuri-, spordi- ja huvitegevusteks. Keskuse külastajatel on võimalik saada infot ja esmatasandi nõustamist, osaleda koolitustel, üritustel ning muudes vaba aja tegevustes.

Olulisemad sihtgrupile suunatud projektid on „Puuetega inimeste arvutiõpe ja internetipunkt“ ning „Värviline vihmavari“. Mõlema projekti eesmärk on olnud puuetega inimeste aktiveerimine ja konkurentsivõime suurendamine avatud tööturul osalemiseks või kutseõppesse minekuks.

TPIK koordineerib invataksu teenust sügava ja raske liikumis-, nägemis- või liitpuudega inimestele. On käivitatud tööl käivatele **ratastoolikasutajatele invatransporditeenus** ja see on parandanud mitme puudega inimese töötamise võimalusi.



4. Terviseedendamise, vaba aja veetmise ja töötamise võimalused

Abi nõustamise, rehabilitatsiooni jt teenuste näol peab jõudma puudega nooreni õigel ajal. Puudega inimene on väga huvitatud õppimisest ja töötamisest, kuna see tõstab eneseväärikust, soodustab iseseisvumist ja suurendab kontrolli oma elu üle. Tähtis on ka majanduslik sõltumatus, mida töötamine annab lisaks väikesele töövõimetuspensionile. Kõik see toob positiivse tunde, et ollakse ühiskonda kaasatud.

Hea vaimse tervise tunnused on võime suhelda ja tundeid väljendada, hästi arenenud identiteet, võime töötada ja osaleda ühiskonnaelus. Psüühikahäirega inimeste toetamisel ja nende kaasamisel ühiskonda on oluline roll psühhosotsiaalsel rehabilitatsioonil ning tööturule naasmisel.

4.1 Rehabilitatsiooni- ja õppimisvõimalused

Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskuses

Rehabilitatsioonitegevuse põhieesmärk on parendada noore iseseisvat toimetulekut, töö- ja tegevusvõimet ning toetada õppijat õppeprotsessis. Keskuse kursustele kandideerijaid hinnatakse esmastel ühepäevastel uuringutel, mille käigus hinnatakse kliendi võimeid, tugevusi ja motivatsiooni. Hindamismeeskonda kuuluvad sotsiaaltöötaja, psühholoog, tegevusterapeut, füsioterapeut, vajaduse korral eripedagoog või logopeed ja kutseõpetaja. Erialavaliku selgitamiseks tehakse vajaduse korral puidu, pagari, käsitöö ja arvutialased töökatsed.

Pikemaajalise hindamise, kutsesobivuse selgitamise ja nõustamise eesmärki täidab **rehabilitatsiooniprogramm „Sihid selgeks“**. Viiepäevase programmi peaesmärk on pakkuda kompleksset rehabilitatsiooniteenust koos hindamise ning Astangu keskuse õppekeskkonnast ja -võimalustest ülevaate andmisega. Hindamise järel antakse meeskonnatöö tulemusena soovitus Astangu keskuses sobival kursusel osalemiseks ja toetavaks rehabilitatsiooniks või soovitatakse õppimis- ja rehabilitatsioonivõimalusi mujal Eestis.

Rehabilitatsioonimeeskonna moodustavad sotsiaaltöötajad, psühholoogid, tegevusterapeutid, füsioterapeutid, eripedagoog, muusikaterapeut, logopeed, psühhiaater ja taastusraviarst. Töötatakse lähtuvalt kliendi vajadusest ja eesmärkidest kas individuaalselt või grupis (vajaduse korral toetades õppijat ka tundides ja õpilaskodus).



Toetavad tegevused on järgmised:

- sotsiaalnõustamine – õppija ja tema võrgustikuliikmete informeerimine erinevate sotsiaalteenuste kohta ning toetamine erinevate sotsiaalteenuste lahendamisel;
- psühholoogiline tugi – individuaal-, grupi- ja perenõustamine, psühhoteeraapia ja suhtlemistreeningud;
- tegevusteraapia – individuaalne ja rühmateeraapia, abivahendite alane nõustamine, elu- ja õpikeskkonna hindamine ja vajaduse korral kohandamine;
- füsioteraapia – individuaalne ja grupiteraapia; liikumisravi, vesiravi, Woodway lokomotsiooniteraapia;
- kõnerehabilitatsioon, sh artikulatsiooniaparaadi massaaž;
- eripedagoogi individuaal-, grupi- ja perenõustamine;
- muusikateraapia individuaalselt või grupis;
- õpilaskodus elades tegevusjuhendajate tugi ja tagatud ööpäevaringne sotsiaalhooldaja abi.

Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskus pakub puudest tingitud erivajadustega inimestele mitmeid **õppimisvõimalusi**. Keskuses on igati tänapäevased ja füüsilise puudega inimeste vajadustele kohandatud õppeklassid ja töökojad. Kõikidel õpetajatel on kogemused ja vajalik ettevalmistus hariduslike erivajadustega inimestega töötamiseks.

Õppetöös **arvestatakse õppija individuaalsust** ja koostatakse tema haridusvajadusest, soovidest ja eesmärkidest lähtuv **individuaalne õppekava**. Õppija arengu hindamine ning õppe- ja arengueesmärkide täpsustamine toimub arenguvestluste vormis kolm korda õppeaastas.

Õppetöö sisu planeerimisel ja korraldamisel peetakse alati silmas eesmärki, mis on iga õppija võimalikult iseseisev toimetulek igapäevaelus ja tööturul.

Kohanemiskursuste eesmärk on toetada erialavalikut katselise tööõppega erinevatel erialadel, kujundada õpivalmidust kutse- ja/või tööõppeks keskusel või mõnes kutseõppeasutuses ning arendada igapäevaeluks olulisi sotsiaalseid ja praktilisi oskusi.

Tööõppekursused pakuvad võimalusi võimetekohaste tööoskuste omandamiseks ning valmistavad õppija ette tööks valitud erialal. Astangul on võimalik õppida käsitöö, puidutöötlemise, pagaritöö ja koduteeninduse erialal.

Puudest tingitud erivajadusega inimesed, kes on omandanud tavaõppekava alusel vähemalt põhihariduse, on oodatud **omandama kutseharidust**. Õpe toimub koostöös Haapsalu Kutsehariduskeskusega: õppijal on Haapsalu Kutsehariduskeskuse õpilase staatus ning

lõputunnistuse kutsekeskhariduse omandamise kohta väljastab Haapsalu Kutsehariduskeskus. Õppetöö toimub Tallinnas Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskuses ja kestab kolm aastat.

Astangu keskuses saab osaleda ka näiteks **IT-kursusel**, kust õppija saab arvutikasutaja oskustunnistuse AO1–A07 tasemel arvutikasutaja algoskused koos oskustunnistuse taotlemise võimalusega. Kursusel õpetatakse lisaks aineid, mis tõstavad õppija psühholoogilist ettevalmistust aktiivseks konkureerimiseks tööturul. Õppegrupid komplekteeritakse kehalise puude või püsiva tervisehäirega inimestest ning õppetöös arvestatakse erivajadusega.

Taastumiskursus on **peaajutrauma üle elanud inimestele**, kelle tervislik seisund on stabiliseerunud, kuid kellel esineb mälu- ja kõneprobleeme, raskusi keskendumisel, meeolelu kõikumist, peavalu, väsimust, unisust ja raskusi igapäevaelu tegevustes. Kursuse eesmärk on aidata kohaneda ajutraumast tuleneva terviseseisundiga ja naasta aktiivsesse ellu.

Keskuses on ka väga head **vaba aja veetmise võimalused**. Õppijad saavad kasutada ujulat, sauna, spordisaali, raamatukogu, osaleda huviringides ja üritustel. Kõik õppijad saavad õppeperioodil tasuta lõunasööki. Täpne info avatud erialade, nende sisu, õppeaja ja vastuvõtutingimuste kohta on Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskuse koduleheküljel.

Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskuses tegutsev tööhõivetalitus tegeleb õpilaste karjäärikujundamisalase toetamisega, korraldades karjääritunde ja ettevõttekülastusi.

Lisaks kutseõppe rühmadele toetatakse ka eeldus- ja ettevalmistuskursuseid, pakutakse õppijatele tuge praktika- ja töökohtade leidmisel. Keskuses on ka **töötuba**, kus harjutavad tööd ja tööalaseid käimist neid, kes ei ole veel valmis avatud tööturule minema.

Karjäärikujundamisalane toetamine individuaalselt on näiteks

- individuaalne toetus töö otsimisel – tööotsija esmane intervjuerimine, info hankimine võrgustiku kaudu, eesmärkide seadmine koos kliendiga jms.
- toetus tööle asumisel – kliendi toetamine töökohal esimestel tööpäevadel, töö kliendi tugivõrgustikuga (perekoonnaga ja spetsialistidega, kes kliendiga muudes küsimustes kokku on puutunud/puutuvad) jms.
- toetus töö säilitamiseks – jätkutugi töötajale ja tööandjale (nõustamine telefonitsi ja e-posti teel, vajaduse korral ettevõtte külastamine).



- individuaalne toetus praktikakohtade otsimisel – toetus infootsingutes, sobiva ettevõtte/asutuse otsimine praktika sooritamiseks, toetus tööandjaga suhtlemisel, praktikadokumentide vormistamisel jms.

Õppijad ei ole õpinguid lõpetades sageli teadlikud omandatud eriala nõuetest tööturul ning seepärast on raskendatud üleminek õppest tööturule. Probleemi lahendamiseks toimuvad juba õpingute alguses **karjäärrikujundamise rühmatunnid**, kus arendatakse näiteks töötusisioskuseid, tutvutakse õpitava eriala iseärasustega, tööhõive võimalustega jms.

Astangu keskuses on avatud ka töötuba, kus töötab iga päev umbes kümme inimest ja neid juhendab üks juhendaja.

Keskus sõlmib töötoa töötajatega töövõtulepingud ning töö eest tasutakse tükitöö alusel. Töötuppa võetakse tööle inimesi, kes on valmis tööle käima vähemalt kahel päeval nädalas. Töötoa töötamise kestus ei ole piiratud, kuid eesmärk on siiski liikuda edasi avatud tööturule.

Töötuba on pakkunud ettevõtetele mitmesuguseid teenuseid, nt materjalide komplekteerimine ja pakendamine (seemned, helkurid, ühekordsed nõud), reklaammaterjalide ettevalmistamine (voltimine, kleepimine, organiseerimine, adresseerimine) ning firmakingituste (sh jõulukaartide) valmistamine käsitööna. (vt Lisa 3, lk 35)

4.2 Vaimse Tervise Keskuse teenused

Ühiskonnale oluliste otsuste tegemisel pööratakse vaimsele tervisele sageli vähem tähelepanu kui füüsilisele tervisele, kuigi erinevaid kerge ja raske vaimse tervise häireid esineb ligi 12%-l maailma rahvastikust. Vaimse tervise aktsepteerimine inimese tervise olulise osana väljendab aga ka ühiskonna eetilist seisukohta.

Vaimse tervise teenuseid reguleerib sotsiaalhoolekande seaduse erihoolekandeteenuste osa, kus on põhjalikult kirjeldatud teenustele esitatavaid üldnõudeid ja teenuste taotlemise korda ning erihoolekandeteenust saavale isikule esitatud nõudeid.

Erihoolekande teenused on riiklikud teenused ja neid osutatakse kõigis maakondades ning suuremates linnades.

Teenuste osutajateks on enamasti kas mittetulundusühingud või kohaliku omavalitsuse asutused (päevakeskused). Lõuna-Eesti suuremad teenuse osutajad on SA Tartu Vaimse Tervise Hooldekeskus ja sotsiaalteenuste keskus Iseseisev Elu. Põhja-Eestis ja Tallinnas on suuremad teenuse osutajad Tallinna Vaimse Tervise Keskus ja MTÜ Merimetsa Tugikeskus. Täpsemat infot teenuse osutajatest oma linnas või maakonnas saab vastava **piirkonna sotsiaalkindlustusameti juhtumikorraldajalt**, kes väljastavad inimesele suunamisotsuse erihoolekandeteenuse saamiseks.

Tallinna Vaimse Tervise Keskus on sotsiaalhoolekande asutus, mis pakub ja arendab erinevaid **vaimse tervise teenuseid psüühilise erivajadusega inimestele** (alates 18. eluaastast). Asutuse eesmärk on toetada inimese elukvaliteeti ja aidata kaasa tema paranemisprotsessile. Paranemise all mõeldakse uue tähenduse, eesmärgi ja oma koha leidmist elus, suuremat iseseisvust, toetavaid suhteid, võimalust õppida ja töötada. Paranemine on see, kui noor inimene elab rahuldustpakkuvat, lootusrikkast ja kaasatud elu ning seda ka haigusest põhjustatud piirangutega. 2009. aastal on Tallinna Vaimse Tervise Keskus võtnud fookusesse just **noortele esmahaigestunutele suunatud teenuste arendamise**.

Töötatakse koos kliendi ja tema lähedastega. Keskuses peetakse tähtsaks kliendi soove, usaldust ja rahulolu, et pakutavad teenused oleksid tulemuslikud ja vastaksid iga kliendi vajadustele. Tihedat koostööd tehakse ka teiste asutustega, nõustatakse ning jagatakse teavet vaimse tervise ja teenuste kohta. Tallinna Vaimse Tervise Keskus pakub mitmeid riiklikke teenuseid.

Igapäeva elu toetamise teenus juhtumikorralduse meetodil pakub kliendile pikaajast individuaalset tuge tema enda tavapärasel elukeskkonnas.

Teenust osutab kogukonnatöö meeskond eesmärgiga toetada klienti nii, et tema elukvaliteet paraneb. Olemas on nn tugiisik, kes kliendi ära kuulab ja kellega klient saab rääkida. Pakutav tugi on ajaliselt planeeritud ning see toimub kliendi poolt valitud kohas (nt kodus, ametiasutustes või mujal). Teenus on vabatahtlik ning kestab kuni klient seda soovib ja vajab.

Igapäeva elu toetamise teenust pakutakse kolmes päevakeskuses:

- **Haabersti klubimajas** töötatakse rahvusvahelisest klubimaja mudelist lähtuvalt. Klientidele pakutakse tööle orienteeritud päeva kolmes üksuses: kontori-, köögi-, ja tööüksuses. Organiseeritakse ekskursioone ja muid tegevusi väljaspool klubimaja.
- **Lasnamäe töö ja tegevuskeskuses** pakutakse klientidele erinevaid rühmategevusi, mis taastavad ning arendavad töö- ja argieluks vajalikke oskusi.



- **Pelguranna tegevus- ja teraapiakeskus** pakub põhiliselt loovaid, toetavaid ja teraapilisi rühmategevusi, et leida kliendi tugevad küljed ja õpetada lahendama elus ettetulevaid probleeme. Osaleda saab nt tsirkuseteraapias, draamaterapias, tantsuteraapias, muusikatoas.

Toetatud elamise teenust pakutakse Pelguranna tugikodus, mis on ühiselamu tüüpi majutus psüühilise erivajadusega inimestele. Teenuse eesmärk on inimese iseseisev igapäevaeluga toimetulek. Rühmatöö kaudu arendatakse iseseisvaks eluks vajalikke põhioskusi (nt toidu valmistamine, raha kasutamine, asjaajamine, aja planeerimine, suhtlemine teiste inimestega). Samuti toetatakse sobiva töö- või õppimisvõimaluse leidmist ja säilitamist.

Rehabilitatsiooniteenuse käigus koostatakse kliendile isiklik rehabilitatsiooniplaan, mis on dokument, milles on välja toodud kliendi tegevusvõime ulatus, kui palju ja millist toetust vajatakse ning soovitatavad tegevused ja teenused toimetuleku parandamiseks.

Rehabilitatsiooniplaan on kohustuslik, kui soovitakse mõnda riiklikku erihoolekandeteenust (nt toetatud elamine, töötamise toetamine, elamine kogukonnas või ööpäevaringne erihooldus).

Töötamise toetamise teenuse eesmärk on juhendada ja nõustada isikut, et toetada tema iseseisvat toimetulekut ja parandada elukvaliteeti tema võimetele sobiva töö otsimise ning töötamise ajal. Edaspidi saab klient tuge töösuhte hoidmisel. (Vt lisa 4, lk 36)

Lähtuvalt vajadusest on töötamise toetamise teenuse eesmärk motiveerida inimest tööle asuma, leida võimetele sobiv töö, toetada ja nõustada teda töötamise ajal ning valmistada psüühilise erivajadusega inimene ette iseseisvalt tööle asumiseks.

Teenuse osutamise eeltingimuseks on töövõime kaotus vähemalt 40% ja keskmine või raske puue; rehabilitatsiooniplaan, koos soovitusel kasutada töötamise toetamise teenust; inimese vajadus pideva toetuse ja juhendamise järele.

Seaduse kohaselt peab teenuse osutaja leidma töötamise toetamise teenust saavale isikule sobiva töö vähemalt ühe aasta jooksul pärast isikule teenuse osutamise alustamist.

Psüühilise erivajadusega inimene võiks võimaluse korral alustada töösuhet osalise koormusega.

Tööülesannete andmisel ja kokkulepete tegemisel peaks tööandja end väljendama lihtsalt ja

konkreetselt, samas suhtuma erivajadusega töötajasse võrdväärselt teistega. Töökohtadest on enam levinud suurtes kaubanduskettides kauba paigutajad, saalitöölised ja kärupaigaldajad; puhastusfirmade sise- ja välikoristustööd. Enamasti tulevad töötajad oma tööülesannetega suurepäraselt toime, on kohusetundlikud ning lojaalsed oma tööandjale.

Tallinna Vaimse Tervise Keskuses asub **teabetuba**, mis pakub sotsiaal- ja kogemusnõustamist.

Sotsiaalnõustamine on sotsiaaltöötajalt kliendile **vajaliku info andmine sotsiaalsete õiguste ja seaduste kohta**. Samuti abistatakse konkreetsete sotsiaalsete probleemide lahendamisel edaspidise toimetuleku parandamiseks. Sotsiaalnõustamine on suunatud psüühikahäirega klientidele ja kõigile, kes soovivad rohkem infot erinevate vaimse tervise teenuste kohta. Teabetoast saab esmast infot ka teiste vaimse tervise võrgustiku koostööpartnerite teenuste ja toetuste kohta (nt linnaosade sotsiaalhoolekande osakondade töö, pensioniameti toetused, rehabilitatsiooniteenused jne).

Teabetoas antakse infot nii kohapeal, telefoni kui ka interneti teel (nt selgitatakse seaduseid, jagatakse vajalikku infot selle kohta, kuhu pöörduda jne). Vajadusel aidatakse otsustada, mida saadud info põhjal teha, kuidas tekkinud probleeme lahendada.

Kogemusnõustamine on protsess, mille käigus **jagab oma teadmisi ja kogemusi inimene, kellel on diagnoositud psüühikahäire**, kuid kellel on haigusest paranemise väärtuslik kogemus. Kogemusnõustaja aitab sarnase probleemiga inimestel paremini taastuda ja toime tulla. Kogemusnõustajad toetavad nii psüühikahäirega inimesi kui ka nende perekonnaliikmeid, et aidata mõista haigust ja seda, kuidas haigus mõjutab elukvaliteeti.

Kogemusnõustaja ei anna konkreetset nõu, vaid seletab probleemi lahti lähtuvalt oma taastumise kogemusest.

Haigusest taastununa soovitakse ühiskonnale midagi tagasi anda ja eelkõige on see töö, kus inimene saab ennast teostada. Kogemusnõustajate eesmärk on **tõsta inimeste teadlikkust psüühikahäiretest ja sellest taastumise protsessist**. Soovitakse vähendada n-õ sildistamist, kummutada müüte ja osaleda vaimse tervise poliitika kujundamises. Tulevikuvision on luua hästi toimiv üle-eestiline kogemusnõustajate võrgustik ning aktiivsed tugi- ja eneseabirühmad.

Pakutavad vaimse tervise teenused aitavad vähendada tõrjutust ja suurendavad psüühikahäiretega inimeste kaasamist ühiskonda nii töövõtjatena, teenuse tarbijatena kui ka ise teenuse pakkujatena.



4.3 Erivajadustega noorte kaasamine programmis Euroopa Noored

Tänapäeval on palju võimalusi rahvusvahelistes projektides ja programmides osalemiseks. Programmi Euroopa Noored eesmärk on pakkuda arengu ja avastamise võimalusi võrdsetelt kõikidele noortele. Oluline on põhimõte, et kõik osalevad ühiskonnas täisväärtuslike liikmetena.

Programm Euroopa Noored on mõeldud **noortele vanuses 13–30 eluaastat, samuti noortega töötavatele inimestele ning organisatsioonidele**. Programmi rahastus on jaotatud erinevateks alaprogrammideks: rahvusvahelised noortevahetused, Euroopa vabatahtlik teenistus, noortealgatused, noorte demokraatiaprojektid ja seminarid. Noortega töötavatele inimestele pakub programm võimalust korraldada koolitusi, seminare, töövarju projekte ja paljusid muid enesetäiendamisviise ning neis osaleda. Koostööd saab teha riikidega nii Euroopas kui ka kaugemal.

Rahvusvaheline noortevahetus on Euroopa riikidest pärit noortegruppide omavaheline kohtumine, mille käigus käsitletakse noorte jaoks huvitavaid ja olulisi teemasid ning tutvutakse teistsuguste kultuuritraditsioonidega.

Teemadering on lai: keskkond, töötus, vaba aja veetmise võimalused erivajadustega noortele, mitmekesisus ja sallivus, kultuuridevaheline dialoog, maailma religioonid, demokraatia, aktiivseks kodanikuks olemine jne. Projekti käigus käsitletakse **erinevaid teemasid noorte enda plaanitud kujul**: etendused, etüüdid, külaskäigud, sportlikud tegevused, avalikud esinemised, fotograafia, väitlused, ühisarutlused ja ettekanded, töötoad, loengud jne. Koos oldud päevadesse mahub ka ühist vaba aja veetmist. Näiteks saab proovida asju, mida enne teinud ei ole: kiikumine ratastoolidele ligipääsetaval kiigel, kanuumatk, ekskursioonid, kultuuridevahelise õppimise ja meeskonna kujundamise mängud. **Projekti lõpus võetakse ühiselt analüüsid kõik kokku ja tehakse tulevikuplaane**: kuidas oma kogemust teistele noortele edasi anda ja kuidas nüüd ise edasi liikuda ning oma kogemust parimal viisil ära kasutada.

Noorte vanus noortevahetuses peab olema 13–25 aastat. Igal noortegrupil peab olema vähemalt üks juhendaja, kes projekti teostust jälgib ja on vajaduse korral noortele abiks. Kuigi üks olulisemaid eesmärke nendes projektides on see, et noored saavad algusest lõpuni projekti teostuse eest ise vastutada, tehakse kõike siiski vastavalt oma võimetele ja oskustele. Olenevalt grupist ja noorte erivajadusest võib projekti teostus langeda rohkem juhendaja(te)le ja noortele antakse ülesandeid vastavalt nende võimetele. Kindlasti on oluline, et **noored saavad projekti**

jooksul oma võimeid proovile panna ja omandada uusi oskuseid. Lisaks reisi- ja tegevuskuludele katab programmi rahastus toetuse saamise puhul ka 100% erivajadustega seotud kulud. Noortevahetustes on aastate jooksul osalenud väga palju puuetega noori.

Euroopa vabatahtlik teenistus (EVT) on võimalus 18–30-aastastele noortele, kes soovivad teha välisriigis 2–12 kuud **vabatahtlikku tööd ning sealjuures tutvuda selle riigi inimeste, keele ja kultuuriga.** Üldjuhul on EVT ühekordne kogemus, kui aga noore ja teda saatva organisatsiooni hinnangul vajab noor esialgu lühemaajalist kogemust ja seejärel pikemat vabatahtliku teenistuse projekti, siis on see programmi reeglites täiesti lubatud. **Erivajadusega noorte projektid võivad olla lühema kestusega ja korduvad.** Organisatsioonidele pakub EVT võimalust saata Eesti noori välismaale või kaasata oma igapäevatöösse välisriigist tulevaid vabatahtlikke. Noore jaoks võib EVT olla üks samm lähemale iseseisvale elule, soovitud haridusele või tööle. Lisaks kohaliku eluga tutvumisele sisaldavad vabatahtliku päevad ka töötunde. Tööülesanded olenevad noore huvidest ja organisatsiooni olemusest: restaureerimine, korrastustööd looduses, töö väikelaste, erivajadustega laste või täiskasvanutega, kultuurifestivali korraldamise abistamine, organisatsiooni veebilehe ülesehitamine või lastele arvutiõpetuse andmine, teatritundides õpetajale abiks olemine, lastelaagri kasvatajate aitamine, töötubade korraldamine, info otsimine ja vahendamine kohalikele noortele – kõiki neid töid ja tegemisi, mida EVT projektid pakuvad, on siin võimatu kirja panna.

Tähtis on see, et noor leiab ise või koos saatva organisatsiooniga endale meelepärase asutuse, kus saab proovida just neid asju, mis talle huvi pakuvad ja kus ta tunneb, et tema panusest on kasu.

Teenistuses kaetakse noore elamis-, toitlustus-, reisi- ja muud projektiga kaasnevad kulud. Lisaks on võimalik saada 100% toetust erivajadustega kaasnevatele kulutustele. Kõik olemasolevad projektid on leitavad üle-euroopalisest andmebaasist, mis muudab koostöö organisatsioonide vahel kergemaks. Kui on huvi olla toeks mõnele erivajadusega noorele, siis on alati soovitatav kaasata ka Euroopa Noored Eesti büroo töötajad, kelle kaudu on võimalik leida sobilikke ja kogemustega koostööpartnereid.

Noortealgatus on noorte ideedel põhinev noorte korraldatav tegevus, tegevuste sari, etendused, näitused vms, mille sihtgrupiks võivad olla noored, täiskasvanud või kogu ühiskond nii Eestis, Euroopas kui ka maailmas. Noortealgatuse tegijateks on tuumikgrupp 15–30-aastastest noortest, kes soovivad koos teiste noortega enda jaoks olulise teema päevakorda võtta ja oma koduküla, valla, linna, maakonna või laiemalt Eesti elu mõjutada ja edendada. Programmis Euroopa Noored on võimalik teha nii **kohalikke kui ka rahvusvahelisi noortealgatusi.**



Noortealgatuse projektis on üheks väärtuslikumaks õppetunniks see, et kogu projekti juhtimine on võimalik noorte enda kanda võtta ja vaid vahetevahel kasutada projektinõustaja abi. Seega tuleb noortel läbi mõelda nii projekti planeerimis-, läbiviimis- kui ka analüüsifaasid. Samuti on noortealgatuse projekt **hea meeskonnatöö praktiseerimise võimalus**, kuna tuumikgrupis tuleb projekti kulgemisel ühiselt silma peal hoida, ülesandeid jagada ja üksteist nende tegemistes usaldada. Teemadering on noortealgatuses sama lai kui noortevahetuseski ja ikka võetakse käsitlusele need teemad, mis noortele on hingelähedased: tööhõive, lõimimine, põlvkondadevaheline dialoog, vaba aja veetmise võimaluste vähesus, sallivus ja sallimatus, enesehinnang ja hakkama saamine puudega noorena, tervishoid ja palju muud.

Lisaks eeltoodud võimalustele saavad noored **noorte demokraatiaprojektide ja seminaride** kaudu proovile panna oma osalusvõimalusi kohalikus omavalitsuses või isegi laiemalt Eestis. Nende projektide eesmärk on tekitada dialoog noorte ja otsustajate vahel, mis on kindlasti üks võimalusi tuua esile puuetega noorte väljakutsed Eestis ja mujal.

Eesti Lihashaigete Seltsi juhatuse liige Jüri Lehtmets, kes on osalenud mitmes programmi Euroopa Noored projektis ja nende kaudu püüdnud innustada ka teisi noori, toob välja puuetega noorte **peamised hirmud – miks projektides osalemine alati kergelt ei tule**.

- Noored kardavad, kas nad saavad hakkama ja kuidas nad teiste noortega läbi saavad.

- Reisimine toob kartuse eksida ja võõrast keelt rääkida.
- Aeg-ajalt võib noor tunda puudust ka kodu või teiste täiskasvanute toetusest, mida noored, kes veel ise pealehakkamiseks piisavalt julged ei ole, väga vajavad.

Hirmudele vastu astudes tuleb näha võimalust ennast ületada ja edasi arendada. Karjäärispetsialistid ja noorsootöötajad saavad siin anda oma panuse noori asjatundlikult suunates.

Selleks on igati mõttekas esmalt ise tutvuda programmi Euroopa Noored võimalustega ja alustada koostööd büroo töötajatega, et siis noortele juba täpset infot ning abi anda. Ühiselt on võimalik arutleda, millised on need projektid, mida koos erivajadustega noortega/noortele teha saaks ning kuhu noori toetuse saamiseks edasi suunata. Kasulikke materjale programmi ja kaasamise kohta saab nii Euroopa Noored Eesti büroo kodulehelt kui ka programmi Euroopa Noored üle-euroopalisest kaasatuse ressursikeskusest SALTO Inclusion Resource Centre.

4.4 Töötukassa teenused puuetega inimestele

Tööturuteenuseid osutatakse tööturuteenuste- ja toetuste seaduse (TTTS) järgi töötule ja tööotsijale töö saamiseks ja tööalase arengu soodustamiseks. Lisaks on võimalus saada tööturuteenuseid ka töötaval isikul, kes vajab abi töökohaga kohanemisel ja töökoha säilitamisel. Töötavatele isikutele suunatud teenuseid finantseeritakse ESF-i raamprogrammist „Kvalifitseeritud tööjõu pakkumise suurendamine 2007-2009“.

Erivajadustega noortel on kõigi teiste töötute ja tööotsijatega sarnaselt võimalik saada üldisi tööturuteenuseid.

Lisaks on **neli ainult puuetega inimestele** suunatud teenust puudest tingitud takistuste kõrvaldamiseks tööleasumisel ja/või töötamisel.

Tööturuteenuste saamise eeldus on see, et töötu, tööotsija või töökoha kaotamise ohus olev isik registreerib end töötukassas ning on valmis töö saamiseks ja töötamiseks. Töötukassa teenuseid määrab ja koordineerib **töövahenduskonsultant** või **juhtumikorraldaja**. Juhtumikorraldaja sihtrühmaks on inimesed, kes vajavad tööturule integreerumisel juhtumipõhist abi teenuste saamisel ja korraldamisel. Juhtumikorraldaja aitab vajadusel organiseerida kliendile ka teisi



töölesaamist toetavaid vajalikke teenuseid (nt koostöös KOV-iga ja/või MTÜ-ga). Igale kliendile lähenetakse individuaalselt ja koos valitakse sobivad teenused.

Teenused puuetega inimestele:

- **Tööruumide ja -vahendite kohandamise teenust** osutatakse töötutele või töötavatele puudega isikutele. Teenuse osutamisega muudetakse puudega isikule ligipääsetavaks ja kasutatavaks tööandja ehitis, ruumid, töökoht ja vahendid. Teenuse saamiseks peab puudega isikuga olema sõlmitud tähtajatu tööleping. Tööandjale hüvitatakse pärast kohanduste elluviimist 50% kohanduse maksumusest, kuid mitte rohkem kui 30 000 krooni, erandjuhtudel 50 000 krooni. Teenust on võimalik taotleda kord 3 aasta jooksul.
- **Töötamiseks vajaliku abivahendi tasuta kasutada andmine** on teenus, mis võimaldab töötul või töötaval puudega isikul täita tööülesandeid, ilma milleta on tööalane toimetulek raskendatud. Teenuse saamiseks peab olema isikuga sõlmitud tähtajatu tööleping. Määratud ajaks sõlmitud töölepingu korral sõlmitakse abivahendi tasuta kasutada andmise leping samaks perioodiks, nagu seda on töölepingu kestus. Leping sõlmitakse isikuga/tööandjaga abivahendi tasuta kasutada andmiseks kuni 3 aastaks, vajaduse korral lepingut pikendatakse.
- **Abistamine töövestlusel** on teenus, mida rakendatakse kuulmis- ja kõnepuudega töötule, kes vajab puudest tulenevat abi tööandjaga suhtlemisel. Teenust võib osutada kas juhtumikorraldaja/töövahenduskonsultant, erialaspetsialist või vabatahtlik (võib olla ka pereliige).
- **Tugiisikuga töötamise** teenust osutatakse töötule või töötavale puudega isikule, kes vajab töötamisel puudest tulenevalt abi ja juhendamist. Teenust osutatakse puudega töötule ühe aasta jooksul maksimaalselt 700 tundi või töötavale puudega isikule 6 kuu jooksul maksimaalselt 300 tundi, aga mitte üle 80 tunni kuus. Leping sõlmitakse tööandja või tugiisikuga.

Lisaks eeltoodud spetsiifilistele teenustele on sotsiaalhoolekande seaduse alusel võimalik psüühiliste erivajadustega inimestel saada töötamise toetamise teenust. Teenusele suunatakse rehabilitatsiooniplaani alusel.

Kaitstud töö võimalused Eestis erinevad piirkonniti ning sõltuvad paljuski kohalike omavalitsuste ja mittetulundusühingute võimalustest luua tingimusi erivajadustega inimeste töötamiseks.

Uue teenusena arendab töötukassa töölerakendamise toetamise teenust, mille sisuks on pakkuda individuaalset tuge tööotsingute ajal ja järeltuge töötamisel.

5. Persoonilood

Marit erivajadusega noortest Euroopas

2008. aastal korraldas Euroopa Noored Eesti büroo programmist toetust saanud organisatsioonidele ja noortele Kogemustekohviku. Allakirjutanul oli au istuda lauas kolme noormehega, kes olid aastate jooksul korraldanud üsna mitmeid noortevahetusi. Järgmisedki projektiplaani olid juba paigas. Kuna mul endalgi on nii vabatahtliku tegevuse kui ka noortevahetuse kogemus olemas, saime ühiselt naerda kõigi nende viperuste üle, mida välisriiki minek ja sealsete inimestega kohtumine kaasa võib tuua. Mina rääkisin oma kohvrikadumisest ja lennukist mahajäämisest, nemad omakorda sellest, kuidas nendel alatihi ratastooli lennukisse saamisega seikluseid on või kuidas ratastooli rattad kusagil kaugel kodust ära katki võivad minna. Seal mõnes mõttes meie kogemuse erinevused lõppesidki, kuna **väljakutseid, enda proovilepanekut ning õppimisvõimalusi jagub projektides igale noorele**. Erinevused seisnevad piasiasjades, peamine on aga see, et programm Euroopa Noored on avatud kõigile noortele ja projektikogemuse saavad noored, kes ühel või teisel moel ise või toetava täiskasvanu abiga programmini jõuavad.

Noortevahetustes on läbi aastate osalenud väga palju puuetega noori. Grupp Eesti vaimupuudega noori Võrumaalt käis paar aastat tagasi rahvusvahelises teatriteemalises noortevahetuses Norras. Nende juhendajaks oli Eestisse Euroopa vabatahtlikku teenistust tegema tulnud Prantsusmaa noormees Nico, kes nägi, et **noortevahetus on üks haruldasi võimalusi pakkuda neile võimalust tutvuda teisest kultuurist noortega ja oma õpitut ka teistega jagada**.

Eesti Lihashaigete Seltsi juhataste liige Jüri Lehtmets on öelnud et tema jaoks oli kõige olulisem programmi Euroopa Noored projekt „Puue ajaloo keerdkäigus“, mille korraldas MTÜ Händikäpp. Koos belglaste, sloveenlaste ja ungarlastega said Eesti noored väga praktilist ja vajalikku infot kohaliku invatranspordi kohta, tutvusid üksteise kultuurieripäraga ning said projektijuhtimise kogemuse. Jüri sai nimetatud projekti jooksul ka esimesed ürituse korralduse kogemused, millest kasvas välja SINA programmi raames 2009. aastal toimunud projekt „Party on Wheels“.

Euroopa vabatahtlik teenistus (EVT)

Tartu Emajõe Koolil on hea kogemus nägemispuudega noorte saatmisel Euroopa vabatahtlikku teenistusse. 2006. aastal käisid kaks kooli õpilast Islandil vabatahtlikku tööd tegemas. Poisid töötasid Islandil koos kuue teisest riigist pärit vabatahtlikuga, et valmistada ette 60 erivajadusega noore saabumine rahvusvahelisse noortevahetusse. Projekti põhieesmärgiks oli mõista, mida vaegnägija või pime noor saab ise teha selleks, et keskkond nende ümber muutuks positiivsemaks. Noori saatnud



tugiisiku Elge Leiteni sõnul oli **EVT eesmärk anda noortele iseseisva elamise kogemus minna turvalisest keskkonnast võõraste paika, ennast arusaadavaks teha ja teisest aru saada**. See on samal ajal nii suur katsumus kui ka võimalus. Projektis osalenud Märtin ütleb, et kui **keeleoskus on suus, oled julge, siis saab igal pool hakkama ja puudega inimesel ei olegi nii ilmvoimatu reisisida**. Nii Märtin kui ka Aleksei jätkasid pärast EVT-d projektide tegemist ning üks nendest mõtleb ka pikemaajalise vabatahtliku teenistuse peale.

MTÜ Eesti Erinoorsootöö Ühing noOR andis 2006. aastal ühele vaimupuudega noormehel võimaluse teha kolm nädalat Euroopa vabatahtlikku teenistust Hispaanias, olles talle saatvaks organisatsiooniks ja pakkudes talle terve projekti vältel tugiisiku toetust. Noore kogemusest valmis ka film, mida saab vaadata programmi Euroopa Noored kodulehel. Vaimupuudega noori on välisprojektidesse saatnud ka teised organisatsioonid, nt Maarja küla ja MTÜ Continuous Action.

Noortealgatus

MTÜ Eesti Kurtide Noorte Organisatsioon tegi 2007. aastal projekti, mille kaudu püüti **aidata kaasa sallivuse suurendamisele Eesti ühiskonnas ja panna inimesi paremini mõistma, millisena näevad kurdid noored maailma**. Projekti käigus valmis film, mille esilinastusel oli saal pilgeni rahvast täis oma filmiga jõuti paljude noorte ja täiskasvanuteni.



Jüri Tallinna Vaimse Tervise Keskusest – töö aitab tagasi tööle

Minu haigestumise võib kokku võtta lühidalt: ülepinged ja oskamatus nendest pingetest lähedastega rääkida, probleeme vahendada. On ju jagatud mure tõesti vaid pool muret. Psüühilise haigestumise tingis konfliktisituatsioon isaga, armumine ja oskamatus armastust väljendada. Lisaks läbikukkumised ülikooli eksamitel ja kahjumiga lõppenud, liigselt killustatud ettevõtmised, oskamatus leida konstruktiivseid lahendusi elu toodud olukordadele. Levis paanika ja heitumine. Kõik see kasvas suureks ja raskeks koormaks, mille all toimus hingeline murdumine ja vaimne kokkuvajumine, mis tipnes kehalise läbipõlemise ja psüühika haigestumisega. Haigestusin ülikooli kolmanda kursuse kevadel, kusjuures kõnekas on fakt, et haigestumise ajaks oli palju lõpetamata kursusetöid ja sooritamata eksameid eelnevatestki kursustest, seega kadunud igasugune kontroll elu üle ja toimetulekutunne. Esimese haigestumiskorra järel keskendusin vaid ülikooli koolitöödele, hakkasin võlgu likvideerima, vajalikke kursusetöid tegema ja nõutud eksameid andma.

Teist korda ja tõsisemalt haigestusin seejärel pisut rohkem kui kolmveerand aasta pärast, järgmise aasta talvel. Seekord juba täielike sümptomitega, mis vastavad raskele psüühilisele haigusele. Olin haiglas kuu aega.

Ülikooli lõpetasin siiski kaks aastat pärast tõsist haigestumist, kui keskendusin ainult õppimisele ja ravi jätkamisele. Minu lõputöö teemaks oli motivatsioon ja karjäärikujuundamine. **Õppematerjaliga töötamine oli nagu eneseteraapia ja toetas paralleelselt minu raviprotsessi.**

Haigestumise protsessi tagantjärele vaadates võib teha mõningaid järeldusi ja leida seaduspärasusi, mil viisil psüühiliselt haigestunud inimese elukvaliteeti parandada. Alljärgnevalt esitangi oma nägemuse, ühe juhtumi.

See kirjatükk on ajendatud minu praegusest asendist Tallinna Vaimse Tervise Keskuses. Keskuse juures tegutsevasse **kogemusnõustajate võrgustikku sattusin, kuna nimetatud keskus osutab riigi poolt ette nähtud vaimse tervise teenuseid psüühilise erivajadusega inimesele.** Informatsiooni taolise võimaluse kohta lugesin juhuslikult paar aastat tagasi ajakirjandusest ning haarasin kohe härjal sarvist.

Pärast haigestumist algasid loomulikult kohe otsingud, kuidas oma vaimset tervist parandada, isiksust tagasi elule tuua. Tähtsaim meetod paranemise suunas on medikamentoosne ravi, mille määrab psühhiaater. Ravimitega vähendatakse haiguse sümptomeid, hoitakse minimaalset isiku heaolu ja toimetuleku taset ning pakutakse võimalust alustada individuaalset isiklikku tööd oma elukvaliteedi tõstmiseks.



Selleks, et hakata mõistma iseennast ja oma vajadusi, et olev vastu võtta ja sellega leppida, on väga tähtsal kohal psühholoogi abi. Minul toimus alguses väga intensiivne töö psühholoogiga, kaks korda nädalas. Seanss kestis sagedasti ka üle (traditsioonilise) ühe tunni ja niimoodi järjest kolm-neli esimest aastat.

Esimesed aastad elasingi vaid seansist seansini. Töö jätkub ka praegu, küll pikema intervalliga, aga õnneks suudan nüüd iseseisvalt, toeta, paremini toime tulla. Iseseisvuse ja intervalli suurenemisest järeldub töö efektiivsus.

Isikliku panusena tuleb esimesena mainida autogeense treeningu rakendamist – hingamine, keskendumine, lihaste pingutamine ja lõdvestamine, konstruktiivsed ja positiivsed enesesisendused. Eneseregulatsiooniga tuleb tegeleda usinasti iga päev.

Teine tähtis verstapost teel suuremale töövõimekusele ja emotsionaalsele tasakaalukusele oli jooga avastamine. Joogas toimivad samuti hingamine ning keskendumine, kehaliste harjutuste abil saabub kehaline ja vaimne rahu. Tallinna Vaimse Tervise Keskuses vahendan kogetut liigutamisgruppides, mille juhendaja ma olen.

Tähtsale kohale ravis asetaksin ka tegelemise tantsimisega. **Vajadus aru saada ja meelde jätta tantsu mustreid, olla keskendunud siin ja praegu, koordineerimise olulisus, taustaks muusika, kehalis-käeline kontakt partneriga, suhtlemine toimetulevate inimestega** – kõik see motiveerib ennast pingutama, et olla teistega võrdne.

Olulisel kohal on perekonna toetus – võin aga öelda, et enda tehtud ränkade vigade tõttu oma käitumises olen tahtmatult tõrjunud eakaaslased endast eemale. Käitumisvead, ettearvamatu käitumisviis ning võimetus usaldada on olulisimad, miks sinust eemale hoitakse ja ühistegevusse ei kaasata. Samas õpetab suhtlemine õigemini käituma ning inimeste seas on tore ja tänuvääme olla.

Loomulikult on **kogu paranemisperioodi jooksul olnud olulisim koht töötegemisel.** Algul keskendusin vaid ülikoolile, sooritades eksameid ja tehes kursusetöid, ning lõpuks kaitsesin diplomit. Iga töökoht, mida olen pidanud, on olnud õpetlik ning arendav. Kahjuks olen liiga sagedasti ameteid ja tööandjaid vahetanud. Vaimse tervise edenemise suhtes loen parimaks teraapiliseks kohaks tööd ehitusel, kus ma pidasin vastu kolm aastat nii nagu oli sinna minnes mu eesmärk. Ehitusel sain kohese tagasiside tehtud töö kvaliteedist, võimalik oli tehtud vigu parandada. Korralikult tehtud töö aga suurendas eneseusaldust, andis rahu südamesse ja hea enesetunde, et ma saan hakkama.

Huvitavaks arenguks pean ka asjaolu, et kui alguses olin mõõtmisel ja loodimisel ebakindel, siis mida täpsemalt suutsin mõõtusid fikseerida ja loodi sättda, seda rohkem tekkis ja süvenes minu hingeline tasakaal. Välise abil muutus ka sisemus.

Ehitusel rakendasin isiklikul initsiatiivil meetodit, mida võiks kutsuda **töötamise toetamiseks.**

*Nimelt sõlmisin **kokkuleppe objekti juhiga ja kolleegiga enda juhendamise ja õpetamise suhtes. Koostöö sujus hästi, omandasin palju uusi teadmisi ja oskusi.***

Seetõttu teen siinkohal oma kogemusele põhinedes seadusandjale ettepaneku rakendada vaimse tervise valdkonnas toetava teenusena rohkem tööd ehk siis vastavalt kliendi võimekusest, vajadusest ja huvist lähtuvat töötamise toetamise teenust avatud tööturul.

Võimaluse korral jätkaksin parima meelega töötamist ehk n-ö tööteraapiat. Soovitavalt valdkonnas, mis eeldab töö sooritamiseks nii mõtlemist kui ka käelist tegevust ja põhineb teadmistel, mida tuleb eluliselt siduda, et saada toimiv ja ohutu süsteem, näiteks ehitus kogu oma terviklikkuses. Teine arenguprioriteet tulevikus (või ka paralleelselt) on minu jaoks arvutikasutamise jätkuv õppimine ja kolmas võõrkeelte praktiseerimine.

***Arvan, et rehabilitatsiooni- ja toetavate teenuste kasutamine Tallinna Vaimse Tervise Keskuses on andnud mulle rohkem selgust, julgust, tasakaalu, enesemõistmist, meelerahu ning elurõõmu.** Küllap veel muutki, mida ei oska sõnadesse vormida. Kuigi ära on tehtud suur töö, seisab veelgi parema elukvaliteedi saamiseks ees veel pikk tee.*

Raido Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskusest

Kodukoha lähedal Neeruti järves käis Raido koos sõpradega pea iga päev ujumas. Raido oli siis 17-aastane, kui tavapärase ujumaskäik lõppes õnnetusega. Tuttav järv, kuid üks vettehüpe sai saatuslikuks ning järgmisel päeval, 1. septembril, Raido kooli ei läinud. Raidol diagnoositi seljaaju trauma. Viimasesse klassi läks Raido alles aasta hiljem ning lõpetas selle kahe aastaga: kord nädalas viis isa teda kooli ning kord nädalas käisid õpetajad talle kodus tunde andmas.






Täna on Raido 29-aastane **Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskuse arvutiteeninduse eriala lõpetanu**. Võimalusest Astangul õppida kuulis Raido Rakvere Püüetega Inimeste Kojas. Astangu keskusest oli talle rääkinud ka tuttav sotsiaaltöötaja. Pärast kooli lõpetamist oli Raido olnud suhteliselt kodune: vaatas päevad läbi arvutist filme, mängis, uuris erinevaid põnevaid arvutiprogramme. Otsus kodust lahkuda ei olnud kerge. Teiste ratastoolis liikuvate inimestega sarnaselt kahtles ka Raido: kas ma saan hakkama võõras keskkonnas ilma lähedaste abita? Teiselt poolt teadis ta, et vajab oma ellu muutust. Otsustavaks sai elukaaslase otsus minna pärast keskkooli lõpetamist Tallinna Ülikooli edasi õppima. See andis Raidole viimase tõuke, et minna ja uurida lähemalt Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskuse võimalusi. Kahtlused kadusid, kui Raidol lubati Astangu keskuse õpilaskodusse elama asuda koos oma tüdrukuga. Juba esimene kuu Astangul veenis Raidot, et tema hirmud olid olnud asjatud – ta oleks Astangul sealsete hooldajate kaasabil hakkama saanud ka üksinda.

Praegu ütleb Raido, et Astangu on **superhea koht oma eluga edasi minemiseks inimestele, kes on pärast õnnetust koju jäänud**. Tema valis Astangu, sest siin oli olemas kõik, mida ta hakkamasaamiseks vajab: keskkond on kohandatud ratastoolis inimestele sobivalt, õppijaid abistavad igapäevatoimingutes vajaduse korral ööpäev ringi hooldajad, keskus ja õpilaskodu asuvad samas hoones, nii et koolis käimine on väga lihtne – ühe liftiga alla, teisega üles, tööpäevadel pakutakse õppijatele tasuta lõunat. Astangu keskuse **üheks väga suureks eeliseks tavaliste koolidega võrreldes on rehabilitatsioonitugi**: näiteks saab Raido nädalas kaks korda füsioteraapia teenust – võimelda, basseinis käia või treeninguseadmetel trenni teha. Õpingute jooksul on Raidole suureks toeks olnud keskuse personali soe suhtumine ja abivalmidus.

Pärast esimest õppeaastat Astangul mainis rühmajuhendaja Raidole tööpakkumist Lasteveeb OÜ-s. Kuna esimesel aastal nägi õppekava ette praktikat, pakkus Raido ennast sinna praktikandiks. **Pärast praktika lõppemist tehti talle aga tööpakkumine ning sellest ajast peale töötab Raido internetiportaali lastekas.ee toimetajana**. Raido igapäevaste töökohustuste hulka kuulub jooksvate uudiste, raamatute ja lasteajakirjade tutvustuste ülespanek, laste võistluste korraldamine, ristsõnade ja värvitööde koostamine ning palju muud.

Viimase õppeaasta alguses pakuti Raidole ja teistele arvutiteeninduse eriala õppijatele **Saksamaal praktiseerimise võimalust**. Raido isegi ei mõelnud, et see on tema jaoks täiesti reaalne võimalus minna Eestist välja ja ennast välismaal erialaselt täiendada. Kui kandideerimistähtaeg hakkas kätte jõudma, uurisid keskuse töötajad, miks ta ei kandideeri. Raidol soovitati proovida ja selgitati, et keskusest tulevad tugiisikud samuti kaasa. Pärast pikemat mõtlemist oli Raido nõus ja tunnistas nüüd, et ta ei kahetse oma otsust mitte hetkekski: **see oli suurepärane võimalus ja üks põnevamaid kogemusi Astangu keskuses õppimise jooksul**.



Astangu keskus on Raidole kolm aastat koduks olnud. Ta on avastanud, et Tallinnas on ratastoolis liikumiseks ja vaba aja veetmiseks märksa suuremad võimalused kui kodus Lääne-Virumaal. Invataksud ja madalapõhjalised bussid-trollid teevad linnas liikumise lihtsamaks ning ehkki ka Tallinnas ei ole linnakeskkond nii ratastoolisõbralik kui võiks, on liikuda siiski lihtsam kui kodukandis.

Edaspidi on Raidol plaan koos elukaaslasega Tallinna elama jääda ja siin korter üürida. Kindlasti tahab Raido ka edasi õppida: Astangu keskuses õppides sai talle selgeks, millised on tema erialased huvid ning mis alal ta edaspidi ennast täiendada soovib. Ühe võimalusena kaalub ta ülikoolis kaugõppe vormis oma teadmiste ja oskuste arendamist.

Raido soovib Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskusesse õppima tulla just mugava keskkonna pärast, mis liikumisprobleemidega inimestele loodud. Ka nendele, kes vajavad hakkamasaamiseks palju kõrvalabi, annab ööpäevaringne hooldusteenus võimaluse väga hästi hakkama saada. Keskkonna kõrval on oluline rehabilitatsiooniteenuste kasutamise võimalus ning tööhõivespetsialistide abi töö otsimisel.

Astangul õppimine on Raidole andnud **eriala, mis meeldib, ja enesekindluse tuleviku suhtes.** Keskuses leidis Raido endale palju sõpru nii kaasõppijate kui ka keskuse töötajate seast. Ta on oma õpingud Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskuses küll lõpetanud, kuid ta teab, et ta on alati sinna külalisena tagasi oodatud.



Viidatud veebilehed

Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskus www.astangu.ee

Eesti Puuetega Inimeste Koda www.epik.ee

Eesti Töötukassa www.tootukassa.ee > tööotsijale > tööturuteenused

Euroopa Noored Eesti Büroo <http://euroopa.noored.ee> > sinu võimalused

Haapsalu Kutsehariduskeskus www.hkhk.edu.ee

Haridus- ja Teadusministeerium www.hm.ee > õppijale > hariduslikud erivajadused

Maarja küla www.maarjakyla.ee

MTÜ Continuous Action www.continuousaction.ee

MTÜ Eesti Kurtide Noorte Organisatsioon www.ekno.ee

MTÜ Iseseisev Elu www.iseseisev-elu.ee

MTÜ Händikäpp www.handikapp.ee

MTÜ Merimetsa Tugikeskus www.merimetsa.ee

Programm Primus <http://primus.archimedes.ee> > üldinfo > õppija toimetuleku toetamine

Projekt Party on Wheels www.partyonwheels.eu

SA Tartu Vaimse Tervise Hooldekeskus www.tartuvthk.ee

SALTO Inclusion Resource Centre www.salto-youth.net > SALTO Inclusion RC

Sotsiaalkindlustusamet www.ensib.ee

Sotsiaalministeerium www.sm.ee > sinule > puudega inimesele

Tallinna Puuetega Inimeste Koda www.tallinnakoda.ee

Tallinna Vaimse Tervise Keskus www.mhcenter.ee

Tartu Emajõe Kool www.tek.tartu.ee

Tartu Kutsehariduskeskus www.khk.tartu.ee

Vana-Antsla Kutsekeskkool www.vana-antsla.edu.ee

Vana-Vigala Tehnika- ja Teeninduskool web.vigalattk.ee

Väike-Maarja Õppekeskus www.v-maarja.ee/vmok

Lisa 1

Tabel 1

Erivajadustega õpilaste osakaal õpilaste koguarvust erivajadustega õpilaste ja tavakoolides aastatel 2003–2008.

Õppeaasta	Erivajadustega		Kokku
	õpilaste koolides	õpilased tavakoolides	
2003/2004	2,6%	11,5%	14,1%
2004/2005	2,7%	12,6%	15,3%
2005/2006	3,6%	12,4%	16,0%
2006/2007	3,4%	13,0%	16,4%
2007/2008	3,2%	14,0%	17,2%

Tabel 2

Haridusliku erivajadusega õppijad kutseõppeasutustes erivajaduse tüübi järgi, 2008/09. õppeaastal

Erivajadus	Kokku
Kuulmispuue	38
Liikumispuue	36
läbinud põhikooli lihtsustatud õppekava	615
läbinud põhikooli toimetuleku õppekava	107
Nägemispuue	5
psüühilised erivajadused	80
Õpiraskus	155
Kokku	1036

Tabel 3

Haridusliku erivajadusega õppijate arv kutseõppeasutuste lõikes, 2008/09. õppeaasta

Õppeasutus	Õpilasi
Vana-Vigala Tehnika- ja Teeninduskool	117
Väike-Maarja Õppekeskus	88
Tartu Kutsehariduskeskus	78
Vana-Antsla Kutsekeskkool	74
Haapsalu Kutsehariduskeskus	71
Viljandi Ühendatud Kutsekeskkool	62
Pärnumaa Kutsehariduskeskus	43
Ida-Virumaa Kutsehariduskeskus	40
Narva Kutseõppekeskus	36
Valgamaa Kutseõppekeskus	36
Põltsamaa Ametikool	33
Räpina Aianduskool	24

¹ Ühel õppijal võib olla enam kui üks erivajadus, seetõttu kajastuvad mõned õppijad tabelis mitu korda

² Tabelis on esitatud kutseõppeasutused, kus õpib enam kui 10 erivajadustega õppijat. Kokku on erivajadustega õppijaid 25s kutseõppeasutuses.



Lisa 2

Puuetega Inimeste Koja liikmed:

- Eesti Afaasialiit www.afaasia.ee
- Eesti Allergialiit www.allergialiit.ee
- Eesti Autismühing www.autismeesti.ee
- Eesti Diabeediliit www.diabetes.ee
- Eesti Epilepsialiit <http://liikmetele.epilepsialiit.ee>
- Eesti Fenüülketonuuria Ühing www.epikoda.ee
- Eesti Hemofiiliaühing www.hemofiilia.ee
- Eesti Kogelejate Ühing www.kogelus.ee
- Eesti Kopsuliit www.kopsuliit.ee
- Eesti Kurtide Liit www.ead.ee
- Eesti Kutsehaigete Liit www.hot.ee/ekl
- Eesti Kuulmispuuetega Laste Vanemate Liit www.eklv.ee
- Eesti Laste Südameiliit www.syda.ee
- Eesti Lihasehaigete Selts www.els.ee
- Eesti Liikumispuudega Inimeste Liit www.elil.ee
- Eesti Neeruhaigete Liit www.neer.ee
- Eesti Parkinsoniliit www.epikoda.ee > organisatsioon > liikmed > Eesti Parkinsoniliit
- Eesti Pimedate Liit www.pimedateliit.ee
- Eesti Pimekurtide Tugiliit www.pimekurdid.ee
- Eesti Psoriaasiliit www.epsol.ee
- Eesti Pärilike Sarvestumishäiretega Haigete Liit <http://kodu.neti.ee/~tw002a>
- Eesti Reumaliit www.reumaliit.ee
- Eesti Sclerosis Multiplex'i Ühing www.smk.ee
- Eesti Seljasonga ja Vesipeahaigete Selts www.kelluke.ee
- Eesti Südameiliit www.sydameiliit.ee
- Eesti Tsöliaakia Selts www.tsoliaakia.ee
- Eesti Tsüstilise Fibroosi Ühing www.etfy.ee
- Eesti Vaegkuuljate Liit www.vaegkuuljad.ee
- Eesti Vaimupuudega Inimeste Tugiliit www.vaimukad.ee
- Eesti Vähihaigete Laste Vanemate Liit www.epikoda.ee > organisatsioon > liikmed > Eesti Vähihaigete Laste Vanemate Liit
- Eesti Vähiliit www.cancer.ee
- Harjumaa Puuetega Inimeste Nõukoda www.harjupin.ee
- Hiiumaa Puuetega Inimeste Koda www.hiiumaapik.ee
- Ida-Virumaa Puuetega Inimeste Koda www.erivajadus.ee
- Jõgevamaa Puuetega Inimeste Koda www.jogevapik.ee
- Järvamaa Puuetega Inimeste Koda www.jarvakoda.ee
- Läänemaa Puuetega Inimeste Koda www.epikoda.ee > organisatsioon > liikmed > Läänemaa Puuetega Inimeste Koda
- Lääne-Virumaa Puuetega Inimeste Koda www.virukoda.ee
- MTÜ Naerulinnud <http://naerulinnud.kolhoos.ee>
- MTÜ Prader-Willi Sündroomi Ühing www.pws.ee
- Põlvamaa Puuetega Inimeste Koda <http://polvakoda.ee/pik>

- Pärnumaa Puuetega Inimeste Koda www.epikoda.ee > organisatsioon > liikmed > Pärnumaa Puuetega Inimeste Koda
- Raplamaa Puuetega Inimeste Koda www.epikoda.ee > organisatsioon > liikmed > Raplamaa Puuetega Inimeste Koda
- Saaremaa Puuetega Inimeste Koda www.saarekoda.ee
- Tallinna Puuetega Inimeste Koda www.tallinnakoda.ee
- Tartu Puuetega Inimeste Koda www.tartukoda.ee
- Valgamaa Puuetega Inimeste Koda www.valgakoda.ee
- Viljandimaa Puuetega Inimeste Nõukoda www.viljandimaa.ee/koda
- Võrumaa Puuetega Inimeste Koda www.web.vorukoda.ee

Lisa 3

Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskuse töötoaga koostööd teinud firmad:

Akone OÜ – seemnete pakendamine;

Aurentum OÜ – etikettide kleepimine ja toodete pakendamine;

Iloprint AS – trükiste ettevalmistamine;

Joon OÜ – reklaamtoodete ettevalmistamine;

Netroo AS – firmakingituste tegemine;

Pakkemeister Hillmann OÜ – ühekordsete nõude komplekteerimine ja pakendamine;

Reklaamtoode OÜ – märkide kujundamine ja valmistamine;

Riigihangete Amet – jõulukaartide valmistamine;

Softreflector OÜ – helkurite pakendamine;

Strike OÜ – kirjade ettevalmistamine saatmiseks (voltimine, insertimine, kleepimine, leibeldamine).



Lisa 4

Rehabilitatsiooni astmed

Tallinna Vaimse Tervise Keskuse Haabersti klubimajas kasutatav töötamise toetamise teenusel kasutatav rehabilitatsiooni mudel.

