



Meie sõbrad:
Kristi-Maija Paananen
Lk 4

Meie külaline:
Siiri Oviir
Lk 6

Tarkuseterad:
Lk 7

Tasub teada:
Lk 8-11

Sündmused:
Lk 12-19

Kööginurk:
Lk 20

Kaanelugu Lk 2:

**INGRID
BUHT**



SISUKORD

- 1** ▶▶ **JUHTKIRI:**
Janek Muru
- 2-3** ▶▶ **MEIE INIMESED:**
Ingrid Buht
- 4-5** ▶▶ **MEIE SÕBRAD:**
Kristi-Maija Paananen
- 6** ▶▶ **MEIE KÜLALINE:**
Siiri Oviir
- 7** ▶▶ **TARKUSETERAD:**
Maoaasta
- 8-9** ▶▶ **TASUB TEADA:**
Raha nõu
- 10-11** ▶▶ **TASUB TEADA:**
Taastusravi & Hotell Wasa
- 12-13** ▶▶ **SÜNDMUSED:**
Kiigemetsa kool
- 14-15** ▶▶ **SÜNDMUSED:**
Puuetega Inimeste Koja ümarlaud
- 16-17** ▶▶ **SÜNDMUSED:**
Ülevaade puuetega inimeste
hoolekandest Nõmmel
- 18-19** ▶▶ **SÜNDMUSED:**
Üritustesari „Erinevus rikastab“
Tasku keskuses.
- 20** ▶▶ **KÖÖGINURK:**
Porgandikook

TOIMETUS

JANEK MURU

peatoimetaja
janek@vaimupuu.ee

KERTTU RAKKE

keeletoimetaja

MARGUS ENNO

tegevtoimetaja

MERIKE TALIARU

Haldus/arendus

TAIRE EHAVER

Kööginurga toimetaja
taire@vaimupuu.ee

Toimetuse üldinfo:

Tel: +372 688 2660

Gsm: +372 5563 4449

toimetus@vaimupuu.ee

www.vaimupuu.ee

MTÜ Vaimupuu

Pihlaka 12-32,

11211 Tallinn

Makett ja kujundus:

Ragne Rikkonen-Tähnas

Trükk: AS Ferdida

Paber: G-Print (kaaned: G-Print
250g/m² ja sisu G-Print 150g/m²)

KAASTÖÖD: Age Ilumaa,
Anna-Maria Mirskaja, Madis
Eenloo, Mari-Ly Soomer,
Mairi Lilleleht, Siiri Oviir,
Taire Ehaver, Toivo Niiberg

AS Ferdida

PAPYRUS

DSV



Minu isiklikus elus toimus aasta algul suur muutus. Kohtusin oma juubelil esimest korda oma vanaisaga, mis kujunes väga emotsionaalseks. Minu jaoks on tähtis, et mul on päris oma perekond. Siin ma tahan öelda aitäh oma vanaisale ja kasuvanaemale, kes mind üles otsisid, mis oli mulle suur sünnipäevakingitus.

Vaimupuu käesolevas numbris on meil lugejatele nii mõnigi tore sõnum vahendada, aga teeme ka asjalikku juttu. Peagi seisavad ees 2013. aasta kohalike omavalitsuste valimised. Kindlasti leiavad puuetega inimeste probleemid kajastamist ka iga erakonna valimisprogrammis. Me kavatsame igas numbris rääkida natuke sellest, mida eri omavalitsused on teinud puudega inimeste olukorra parandamiseks ja nende aktiivsemaks kaasamiseks. Seekord anname ülevaate puuetega inimeste hoolekandest Nõmmel.

11. oktoobril toimus Eesti Puuetega Inimeste kojas (EPIKoda) ümarlaud, et arutada puuetega inimeste vajadusi, mida rõhutada 2013. aasta kohalike omavalitsuste valimistel. Seda oli vaja selleks, et kaardistada puuetega inimeste mured ja probleemid, tagada nende huvide ühtlasem ja parem kaitse, probleemidele tähelepanu juhtimine ning valimisjärgne tegevus. Sellest käesolevas numbris lugeda saabki.

Lisaks tuleb juttu Jõgevamaa Kiigemetsa Koolist, mis on tegutsenud juba üle 20 aasta ning on olnud lausa mitmel rindel edukas.

Tore uudis on see, et Vaimupuu hakkab koostööd tegema Taastusravi ja Hotell Wasaga. Alates sellest numbrist saab lugeda, milliseid võimalusi ja teenuseid nemad muu hulgas ka puudega inimestele pakuvad.

Riigikogu konverentsisaalis avati vaimupuudega inimeste fotokonkursi võidutööde näitus. Näituse avas Riigikogu sotsiaalkomisjoni esimees Margus Tsahkna.



peatoimetaja Janek Muru

Tulekul on aga juba uus konkurss: Vaimupuu ja Coca-Cola Plaza korraldavad üheskoos filmifotokonkursi „Elu nagu filmis“. Selle eesmärk on innustada vaimupuudega inimest märkama ümbritsevas elus filmilikke momente. Soovitan kõigile kindlasti sellest osa võtta.

Kevad on juba ukse ees. Loodan, et koos looduse ärkamisega ilmub inimeste nägudele ka rohkem naeratusi. Ja ärgem unustagem, et 8. märtsil on naistepäev. Sel puhul kõigile meie naistele nii toimetuses kui ka lugejate seas head naistepäeva!

Kena kevadet ja meeldivat lugemist!

Täname kõiki toetajaid!

OTT SIKUT, AIRE BEET, KADI NÄREP, KRISTA ANNUK, JAANUS PAJUSTE, AINI PUNGA, ENEL TANN, ARIN VEILER, RITA LAAS, INNA BONDARTSHUK-KÜNNAP, KAIDI KALAMEES, BERRY INSLERMANN, DIANA KASSATIK, MARE TOOMPERE, KERSTI JÜRGENSON, ANNELIVÕSU, SIIM TIMPSON, ERKO KAPP, EVE MÖLLITS, KRISTEL SEPP, IMBI NURK, MERLE PLOOMI, TAIMA KIIPUS, REET PEET, MAIE ROOMETS, VALLI KÜTT, SIRJE KOMPUS, SILVI TIIK, OTT LAIDO, HELLE KALLISTE, ELISE ELBE, ZOJA VIPRE, HELI SARV, ANU LOHK, VILJA NÖMM, KATRIN LALL.

KALLIS LUGEJA!

Kui Sul on ettepanekuid, millest või kellest meie ajakirjas edaspidi juttu peaks olema, anna meile teada! Väga oodatud on nii ajakirjanduslikud kui kunstilised kaastööd.

Kui soovid meie ajakirja tellida (tasuta) või väljaandmist toetada, võta meiega ühendust!

Toimetuse telefon: **55634449** e-posti aadress: **toimetus@vaimupuu.ee**

www.vaimupuu.ee.

a/a: 221053671605 Swedbank,
MTÜ Vaimupuu

INGRID BUHT: SÜNDISIN TÄIESTI TERVENA

Ingrid on ettevõtlik noor naine, kes otsib ja ka leiab võimalusi, kuidas oma eluga paremini hakkama saada. Ta armastab väga laulda ja tantsida. Hea kokk on ta ka. Üks isevärki omadus on tal küll – ta soovib ülehommseid vastuseid juba eile teada saada. Kiirustamine on segaja, mille kallal peab veel tööd tegema. Kiirustades tehtud otsused on vahel elu keerulisemaks muutnud.

TEKST: Age Ilumaa, "Vahtra" Tugikeskus tegevusjuhendaja
FOTOD: Kalev Lilleorg

MILLINE OLI SINU LAPSEPÕLV?

Elasin maal. Kasvatati meid rangelt, aga õiglaselt. Väiksest peale olen tuttav tööga. Enne kooli minekut sai laudast läbi käidud ja loomi talitatud. Kui töö tehtud, siis mängisime õdede ja naabritüdrukutega nukkudega. Läbi metsa sai käidud ka vanaemal külas, kellega sai arutada maailma asju ja teha üheskoos tööd. Vanaema õpetas mulle aias tööd tegema. Palju aega veetsin ma internaatkoolis. Kodus käisin ainult nädalavahetustel.

KUIDAS SINU HAIGUS ALGAS?

Sündisin täiesti tervena Rapla haiglas. Sünnimisel aga tõmbasin endale lootevett kopsudesse ning sain seda si trauma. Mõni päev hiljem mu hingamine seiskus. Reanimobiiliga viidi mind Tallinna haiglasse. Olin kliinilises surmas. Minu elustamisega nähti päris palju vaeva. Aastaid hiljem ütles neuroloog, et selliste kahjustustega võiks arvata, et mind on maha pillatud. Aga näe, siin ma olen ja olen õnnelik, et saan oma eluga hakkama.

KUIDAS MÖÖDUS SINU KOOLIAEG?

Õppisin Märjamaa Põhikoolis. 1. ja 2. klassis õppisin tavaliselt lihtsustatud programmi alusel. Sealt edasi õppisin Haimre Põhikoolis, kus oli mul eraõpetaja. Tänu tundega meenutan õpetaja Laine Lättekivi, kel oli aega ja viitsimist minuga kannatlikult tegeleda. Kooliajal



Ingrid Buht.

kannatasin palju kiusamise pärast. 5. klassi läksin Tartu Emajõe Kooli, mis on nägemispuudega inimeste kool. Seal oli kiusamist märksa vähem, aga vahel ikka tuli ette. Elasin internaadis. Kodus käisin iga kahe nädala tagant. Lõpetasin seal 9. klassi. Edasi läksin Vana-Vigala Tehnika- ja Teeninduskooli, kus sain koka kutse.

MILLEGA OLI SUL KOOLIS RASKUSI?

Kõige suuremaks raskuseks oli nägemispuue. Kuna ma tahvlile ei näinud, siis õpetaja tegi mulle eraldi paljunduse, et ma saaksin ka tööst osa võtta. Kehalise kasvatus tunnis olid segajaks tasakaaluhäired.

KAS SA TÖÖTAD PRAEGU?

Praegu ma tööl ei käi, aga varem olen tööd otsinud ja saanud. Märjamaal olin tööl baaris „Dekoltee”, kus töötasin koka abina. Töökoormus oli aga liiga suur, nii et pidin sealt ära tulema. Seejärel töötasin üle ühe aasta puhastusteenindajana Swedbanki Rapla osakonnas. See töö mulle meeldis ja oli ka jõukohane. Kuna olen väga emotsionaalne, siis tegin liiga kiirelt otsuseid, mida hiljem olen kahetsenud. Eelmisel aastal kohtusin Tiinaga, kes

pakkus mulle abitöid talus. Olen hästi palju temalt õppinud, kuidas elus hakkama saada ja edasi minna. Töö talus on huvitav ja mitmekülgne. Samas hoian ennast kursis tööpakkumistega. Soovin leida endale meelepärast tööd. Tööd vajan selleks, et paremini oma eluga hakkama saada.

UIDAS SU PEREKOND SINU HAIGUSESSE SUHTUB?

Pere on mul toetav, kuigi olen juba piisavalt iseseisev ja elan perest eraldi. Nad mõistavad minu probleeme ja saavad aru, kui mul on raske.

UIDAS SATTUSID VAHTRA TUGIKESKUSESSE?

2008. aastal sattusin psühhiaatriahaiglasse, kuna probleemid kasvasid üle pea. Sealne psühhiaater dr Kanter soovitas mul Vahtra tugikeskuses käima hakata. 2009. aastal seda tegingi. Algul olin segaduses, et mis siin tehakse, või kuidas olla. Lühikese ajaga sain aru, et siin tehakse huvitavaid asju. Tagantjärele mõtlen, et hea soovitus oli. Tore ajaveetmise koht.



Ingrid Buht on rõõmus, kui saab laulda ja tantsida.

MISSUGUST ABI OLED SAANUD VAHTRA TUGIKESKUSEST JA KES ON SU TEGEVUSJUHENDAJA?

Siin olen saanud moraalset tuge ja ka materiaalselt abi. Kui tuleb mingi probleem, on hea pöörduda juhendajate ja Vahtra sõprade poole, kelle toel leiab iga probleem lahenduse. Tänu Vahtrale saab osaleda erinevatel üritustel ja ettevõtmistel. Suurim rõõm on osaleda üritusel "Vahtra" tantsud tähtedega". Minu tegevusjuhendajad on Hely Kuus ja Age Ilumaa.

UIDAS SATTUSID ÜRITUSELE „VAHTRA TANTSUD TÄHTEDEGA“? MITMENDAT KORDA JA KES ON OLNUD SINU TANTSUPARTNERID?

Selle mõtte käisid välja juhendajad. Täna olen osalenud juba kolmel korral. Tantsupartneriteks on olnud Andres Tina (endine Rapla Hooldekeskuse juhataja), Aare Heinvee (Riigikogu liige) ja Raul Roosileht (Päästamet). Aastal 2012 sain ka oma esimese esikoha standardtantsudes, mille üle on mul väga hea meel. Läbi selle ürituse saan palju uusi tutvusi, palju rõõmu ja tantsulusti.

MILLISTES KOHTADES JA TINGIMUSTES OLETE TANTSIMIST HARJUTANUD?

Tantsuproovid toimuvad põhiliselt tugikeskuse saalis ja kultuurikeskuses. Aga on ka eriti meeldejäävaid kohti. Näiteks viimasel korral tuli trenni teha Märjamaa Päästameti garaazis, mis oli põnev ja naljakas.

MILLEST SA UNISTAD?

Unistan kindlast tööst, oma majast ja oma perest.

MILLISED ON SU RÕÕMUD JA MURED?

Mure – raske on leida mulle jõukohast tööd.

Rõõm – kui saan tegeleda mulle meeldivate asjadega. Armastan laulda ja tantsida. Mulle meeldib, kui ma saan inimestele rõõmu valmistada.

Soovin kõigile lugejaile jõudu liikuda elus edasi, palju rõõmu teile ellu. Igal probleemil on lahendus. Elu ei ole ainult must-valge, nagu see näib. Mõelge positiivselt, siis läheb kõik hästi. ■

KOKKUVÕTE



Ingrid Buht on tubli noor naine Raplamaalt. Kuigi elu pole kerge, on Ingrid ikka rõõmus ja soovib kõigil positiivselt mõelda.



Kirsti-Maija Paananen,
Soome Evangeelse Luterliku Kiriku praost.

KIRSTI-MAIJA PAANANEN: „Tundsin, et Eesti erivajadustega lapsed vajavad mind.“

TEKST: Vaimupuu
FOTOD: erakogu

LAPSEPÕLV JA NOORUSAASTAD

Kirsti-Maija on sündinud 82 aastat tagasi Karjalas Laadoga järve ääres asuvas Sortavalas. „Toona kuulus Sortavala Soomele, praegu aga Venemaale,“ selgitab Kirsti-Maija. „Meie peres oli kokku 6 last ja mina sün-

disin viiendana. Hiljem sündis veel vend. Oli õnnelik lapsepõlv ja tore kodune elu. Kui 1939. aastal algas Talvesõda, pidi meie pere kodust lahkuma. Kui sõlmiti vaherahu, anti kolm päeva aega asjade kokkupanemiseks ja evakueerumiseks (*maalt välja minemiseks*), enne kui venelased Karjala üle võtsid. 1941. aastal, kui oli Jätkusõda, vallutasid soomlased Sortavala venelaste käest tagasi. Me läksime 1942. aastal Sortavalasse kaheks aastaks tagasi, kuid 1944. aastal tuli kodu taas maha jätta ning evakueeruda“, räägib Kirsti-Maija. Uueks koduks sai Pieksämäki linn Savo maakonnas, kus Kirsti jätkas kooliteed. Hiljem jätkusid õpingud Helsingi Ülikoolis usuteadust õppides.

TÖÖ SOOMES

Pärast Helsingi Ülikoolis teoloogia eriala lõpetamist alustas Kirsti-Maija tööd erivajadustega inimeste keskusel Vaalijalas, olles väikese osakonna juhataja. Hiljem järgnes 20 aastat tööd vaimulikuna samas keskusel. Viimased kuus aastat on Kirsti-Maija töötanud juba pastorina. 1988. aastal said naised Soomes õiguse töötada täieõigusliku pastorina. 1994. aastal jäi Kirsti-Maija pensionile.

Erivajadustega inimestega töötamine on Kirsti-Maijale olnud südamelähedane juba lapsepõlvest saadik. Sama tööd tegi ka tema vanaisa. Vaalijala oli esimene koht Soomes, kuhu võeti hooldusele raske erivajadusega lapsi. Kirsti-Maija vanaisa leidis sobiva koha ja töötas erihooldekodu üles.

SÜDAMELÄHEDANE TÖÖ EESTIS

Kirsti-Maija alustas Eestis tööd erivajadustega inimestega juba Nõukogude ajal, 1988. aastal, kui alles tekkisid iseseisvumise meeleolud ja püüded. Tallinna Kristliku Koolkodu juhataja Milvi Kikas oli tutvumas Vaalijala tööga ja sai seal Kirsti-Maijaga tuttavaks. Siis lepitigi kokku, et Pieksämäe kogudus ja Tallinna Kristlik Koolkodu sõlmivad vastastikused sõprussuhted. 1991. aastal sai Kristliku Koolkodu 23 last kutse Soome laagrisse. Laagrisse minek sattus täpselt iseseisvumise ajale. Lapsed tulid laagrisse veel Nõukogude dokumentidega, 14. augustil tuli kojusõit ja 21. augustil Eesti iseseisvus. Sama aasta jõulude ajal ristiti kõik Kristliku Koolkodu 23 last Kaarli kirikus ja nad said endale Soome ristivanemad. Sealt alates on jäänud tihedad kontaktid. Kümme aastat on igal sügisel toimunud regulaarsed kokkusaamised, olles laagris kas Eestis Pilistvere koguduses või Soomes.

JÄTKUB SÜDAMLIK KOOSTÖÖ

Pieksämäe koguduse ja Tallinna Kristliku koolkodu sõprussuhete loomise algusest on kauniks traditsiooniks

korraldada igal aastal jõulupidusid, kus ristivanemad kohtuvad oma kasvandikega. Neil 23 lapsel, kes esimest korda ristiti, oli kokku 50 ristivanemat. Sellel ajal oli Eestis raske leida ristivanemaid erivajadustega lastele. Seni, kui lapsed olid lastekodus, olid tihedad kontaktid ristivanematega. Kui lapsed said suureks ja sattusid erinevatesse hooldekodudesse või läksid iseseisvasse ellu, on need kontaktid suurelt osalt katkenud või jäänud harvemaks. Ka on ristivanemad ise jäänud vanemaks ja ei ole jaksanud oma ristilastega tihedat ühendust pidada. Nii on püütud asemele leida sõber, kes ristivanemate asemel kontakti hoiaks.

Ristivanemad on tavaliselt koguduse liikmed ja nende eesmärk on toetada oma ristilast kristlikus kasvatuses. Soomes polnud raske leida ristivanemateks sobivaid inimesi, sest seal on erivajadustega inimesega tegelemine tihedalt seotud kogukonnaga.

ARMAS HEATEGIJA TARJA

Tarja Sivonen töötas üle kümne aasta koos Kirsti-Maijaga Eestis ja kui ta meie hulgast pärast rasket haigust lahkus, siis ta jättis oma päranduse Eestis erivajadustega noortega töö tegemiseks. Tarja Sivosel polnud peret. Testamendis oli Tarjal palve, et tema raha antaks üle Pieksämäe kogudusele just koostööprojektide jaoks. Tarja Sivosel testament annab võimaluse tegevuse tihendamiseks erivajadustega inimestega Eesti kirikute juures ja võtta tööle erivajadustega inimestega töötavaid spetsialiste.

EESTIL ON SOOMELT VEEL PALJU ÕPPIDA

Algusaastatel, kui Kirsti-Maija Eestisse tööle tuli, oli suur vahe, kuidas toimus töö erivajadustega lastega Soomes ja milline oli olukord Eestis. Selgelt oli näha, et elatakse erinevates ühiskondades. Kui Soomes põhines tegevus erivajadustega lastega kristlikel põhimõtetel, siis Eestis olid erivajadustega inimesed isoleeritud ning ühiskonnaelust praktiliselt kõrvale jäetud. Kahekümne aasta jooksul on Kirsti-Maija näinud suurt arengut, eriti lastega tegelemisel. Kui Kirsti-Maija alustas tööd Tallinna Kristlikus Koolkodus, siis oli juba nii mõndagi head korda saadetud.

Kirsti-Maija on väga tänulik, et tal on olnud võimalus näha, kuidas pool sajandit võõra võimu all olnud maa on elustunud ja edasi arenenud ning et tal on olnud võimalik oma maailmapilti avardada, tuua evangeelset sõnumit erivajadustega laste ja noorte ellu. Kirsti-Maija on teinud lastele pühapäevakooli ja veidi vanematele noortele leerikooli, viimast kokku seitsmes erinevas asutuses (Tallinna Lasnamäe lastekodu, Imastu ja Karula Koolkodus, Sõmeru ja Koluvere hooldekodud).

NÕUANDEID VAIMUPUULE

Kirsti-Maija sõnul võiks Vaimupuus kirjutada erivajadustega laste vanematest ja sugulastest, et näidata, kuidas nemad hakkama saavad, mida nad on saanud ühiselt teha või korraldada laste heaks ning millised on nende mured. Kindlasti on vaja avatud tööturu ja toetatud iseseisva eluaseme võimalusi neile noortele, kes on juba lapseast välja kasvanud. Samuti peaks ajakirjas rohkem kasutama lihtsustatud keelt ja pildimaterjali, et info jõuaks kohale ka vaimsete erivajadustega inimestele. ■



Sügisene laagri Ristivanematega Pilistveres.

KOKKUVÕTE



Kirsti-Maija Paananen on Soome kirikuõpetaja, kes on väga palju aidanud vaimupuudega lapsi Eestis. Juba 21 aastat tagasi korraldas ta laagreid ning otsis Eesti lastele ristivanemaid. Koostöö Kirsti-Maija ja Tallinna Kristliku Koolkodu vahel jätkub.



Siiri Oviir raamatukogus.

SIIRI OVIIR

Tallinna sotsiaal-teenuste arengust

TEKST: Siiri Oviir
FOTO: Teet Malsroos

Kuulun parlamendis kolme töökomisjoni – töö- ja sotsiaalkomisjoni, soolise võrdõiguslikkuse ja õigusküsimustega tegelevasse. Kolm aastat tagasi lahvatanud finantskriis on üle kasvanud majandus- ja sotsiaalkriisiks. Majandust ei vii tõusule robotid, tõusule viivad inimesed. Ja siit tulevadki teemad, millega tegelemist ma igapäevaselt oluliseks pean – töötus, vaesus, sotsiaalne turvalisus, võrdne töötasu võrdväärse töö eest jms. Mõni aeg tagasi võtsime Euroopa Parlamendis vastu Euroopa puuetega inimeste strateegia aastani 2020, selle dokumendi ettevalmistamises osalesin ka mina. Strateegia üks tähtsamaid eesmärke on võrdsete võimaluste tagamise kõrval suurendada peaaegu 80 miljoni EL-is elava puuetega inimese tööhõive määra. Keskmiselt on täna Euroopas töö 30–40% puuetega inimestel. Paraku on Eestis see näitaja kordades madalam. Euroopa Parlament pani liikmesriikidele südamele, et nad ei viivitaks oma riigi puudepoliitika ja vastava strateegia väljatöötamisega. Mul on hea meel, et meie valitsus ei ole sellest mööda vaadanud ning on sõlminud Puuetega Inimeste Kojaga koostöömemorandumi ning võtnud sihiks koostöös ka Eesti puudega inimeste õiguste kaitse strateegia välja töötada.

Alates minu kinnitamisest 1990. a. sotsiaalhooldusministriks ja minu tulekust poliitikasse, olen olnud koostöös puuetega inimeste organisatsioonidega, seotud

nende rõõmude ja muredega. Elavalt tuleb silme ette 20 aastat tagasi Pahlkla küla avamine, kuhu ma, valge lambakoera kutsikas süles, soolaleivapeole läksin. Või Maarja küla, oma õnnelike ja töökate elanike ning fantastiliste eestvedajatega. Minu vastutusvaldkond kõigil kolmel sotsiaalministriks oleku ajal, samuti töö Eesti Riigikogu ja Euroopa Parlamendi liikmena, on olnud ja on seotud ka probleemidega, mis puudutavad puuetega inimesi. Asendamatuteks abilisteks on läbi nende aastate olnud meie puuetega inimeste organisatsioonid, eriti Eesti Puuetega Inimeste Koda ja tema töötajad.

21 aastat olen olnud tihedalt seotud Eesti Invaspordi Liiduga, olles selle president.

Meie koostöö on olnud mulle eriti oluline, see on avanud mu silmad tahkudele, mis üldiselt on avalikkusele suletud ja aidanud õigeid otsuseid langetada.

Meie, inimesed, oleme ju tegelikult kõik erinevad, erinevad nii välisuselt kui olemuselt. Üks saab endaga hakkama, teine vajab tuge. Aga kõigil meil on ühine soov – soov olla õnnelik. Mind on kasvatatud vaimus, et kaaslasi, kes vajavad tuge, tuleb toetada. Olgu siis kas sõna või teoga, see oleneb olukorrast ja inimesest. Minu esimene mõte kohtumisel ei peatu inimese puudel. Te olete mind usaldanud ja valinud ametisse, kus saan kaasa aidata elu rõõmsamaks ja kergemaks muutmisele. See kohustus usaldust mitte kuritarvitada, juhib minu tegu ja mõtet.

Ajast 22 aastat tagasi, kui ma sotsiaalhooldusministri portfelli esmakordselt vastu võtsin ja sügavuti erivajadustega inimeste probleemidega kokku puutusin, on väga palju muutunud ja just paremuse poole. Väga oluline on, et me ei pane enam silmi kinni ega sulge kõrvu – me märkame puudega inimesi. Aga see on eelduseks saavutamaks positiivseid muutusi. Toimetuleku raskused on täna paljudel inimestel ja nende vähendamiseks tuleb shipäraselt tegeleda. Kevadel ratifitseeris meie Riigikogu ÜRO puuetega inimeste õiguste konventsiooni. Konventsiooni sihiks on võrdsete võimaluste loomine puuetega inimestele. Minu nägemus on, et võrdsed võimalused ei ole samad kui samasugused võimalused. Võimalused on siis võrdsed kui tulemuste saavutamiseks tehtud jõupingutused viivad sarnase tulemuseni. Alustades kaasavast hariduspoliitikast, võrdsete võimaluste loomisest igapäeva elus sh ka ligipääs avalikele hoonetele, kaasatus tööhõivele on oluline, tervishoiuteenuste kättesaadavus jne kuni sotsiaalkaitse täiustamiseni välja.

Ma tahaks loota, et teist keegi ei peaks tundma üksindust. Ma tahaks loota, et alati leidub keegi, kes kingib naeratuse ja ütleb hea sõna, mis aitab edasi minna. Ma soovin, et te kingiksite naeratuse ja hea sõna ka oma kaaslasele. Kokkuhoides ja üheskoos tegutsedes saavutame soovitu, täituvad unistused. ■



Mao-aasta sümbol.

MAOD JA MAO-AASTA

10. veebruaril algas musta veemao aasta. On lubatud, et see aasta toob endaga kaasa palju arukaid otsuseid, õiglaseid tegusid ja edu ning seda ennekõike intellektuaalvaldkonnas töötavatele sodiaagimärkidele. Hiina horoskoobis sümboliseerib must veemadu mõistlikkust ja tarkust, tahet ning sädemeid pilduvat tegutsemist.

TEKST: Toivo Niiberg, psühholoog
FOTO: <http://www.vickidellojoio.com>

Tegelikult on madu aga ohtlik roomaja ja sisendab ümbruskonnale hirmu. Ta liigub väga kiiresti, ründab ohvrit välkkiirelt, halvates ta kiiresti oma mürgiga. Samas toimub see kõik ainult

siis, kui madu tema territooriumile tungimisega hoolimatult häiritakse. Tuleks pidada meeles ka seda, et paljude madude mürki kasutatakse ravimina.

Madu on Hiina astroloogiatsükli sügavaim mõtleja ning kõige mõistatuslikum märk. Madu on tark, salapärase, sitke ja iseseisev. Loodus on talle kinkinud sise- ja salapära. Elegantne ja mahehäälnud Madu armastab häid raamatuid, toitu, muusikat, teatrit, teda tõmbab kõige paremate asjade poole elus. Madu on mõtlemises, usuausus, poliitikas ning raha õiges paigutamises suur asjatundja. Kõige ilusamad naised ja mõjuvõimsamad mehed on tavaliselt selle märgi all sündinud. Madu usaldab tavaliselt oma otsuseid ega saavuta väga head kontakti teistega. Ta ei karda minna õige asja eest tülli. Ta teab, et peale suurt tüli tuleb sügav sõprus. Ta võib olla sügavalt usuline või hingeline inimene, aga ka täielik elunautija. Olgu kuidas asi on, ta usaldab rohkem oma sisehäält kui välist nõuandeid. Ja tavaliselt on tal õigus. Mao-aasta töötab rahaõnne, armastust, sõprust ja üksteisemõistmist. Mao-aasta sobib paremini Kukele ja Pühvlile, Siga ja Hobune peavad teistest märksa rohkem pingutama.

Teisalt, Mao-aastal sündinud inimesega tasub olla ettevaatlik! Talle lihtsalt meeldib inimesi kontrollida ja neid veidi lollitada. Mao koostatud dokumendile anna oma allkiri alles siis, kui oled selle kolm korda läbi lugenud.

Paljudes keeltes on sõna „madu” naissoost. Eesti muinasjuttudes ja vanades pärimustes on aga kasutusel „maokuningas”, kes on seega mees. Rahvaid, kes madusid pühaks pidasid, leiab igast ilma otsast. Maokultus on enim tuntud Vana-Egiptusest, kus kobrat austati püha loomana.

Eestis elab kaks madu: rästik ja nastik. Madudega sarnane vaskuss on tegelikult hoopis jalutu sisalik. Maod ei ole ka meile väga tuntud vihmauss, ega õuna seest vastu lehvitav õunauss. Lääne-Eestis on madusid, täpsemalt nastikuid, kasutatud ka koduloomadena. Nastikut peeti kodu kaitsjaks, heaks vaimuks, kes majas elas, lüpsisooja piima jõi ning hiiri püüdis. Nastikuid ei tapetud. Rästikuga oli teine lugu, need olid ohtlikud ning neid kodu juurde ei lastud. Asi oli lihtne: üks madu oli hea, teine paha, kuigi rästik teeb inimesele liiga vaid siis, kui inimene selleks ise põhjust annab. Kõik Eesti maod on looduskaitse all ja meile ning loodusele väga vajalikud. Aga küllap on tõsi, et hoolt, hoidmist ja mõistmist ning väikest ettevaatlikust vajavad nii inimestest maod kui ka tõelised eestimaised looduslikud maod.

HEAD JA ILUSAT MAO-AASTAT!



Kui oled rahaasjadega jännis, pöördu tasuta võlanõustaja poole!

VÕLANÕUSTAMINE: hea võimalus saada nõu rahaprobleemide puhul

Võlanõustamine on sotsiaalteenus, mille eesmärk on parandada rahalistesse raskustesse sattunud inimese või pere toimetulekuvõimet. Rahalist abi võlanõustaja juurest ei saa.

Võlanõustaja poole tasub pöörduda, kui ollakse hädas üürivõla, eluasemelaenu, muu pangalaenu, kiiralaenu, telefonivõla, liisingu, järelmaksu, trahvi, maksuvõla, viiviste, elatisraha võla, õppelaenu, käenduse vms-ga.

Projekti eesmärgiks on erisuguste probleemidega inimeste ja nende pereliikmete toimetulekuvõime suurendamine ja mitmesuguste raskuste leevendamine, tööeliste inimeste puhul nende suunamine aktiivsete tööturuteenuste juurde ja/või tööle rakendamine.

Lisaks soovitakse pilootprojektiga:

- toetada kohalikke omavalitsusi juhtumipõhise võrgustikutöö meetodi kasutamisel;

- arendada võrgustikutööd, sh kohalike omavalitsuste koostööd Töötukassa jt asutustega, samuti omavalitsuste omavahelist koostööd kliendijuhtumite lahendamisel;

- parandada nõustamisteenuste kättesaadavust.

Pilootprojekti sihtgrupiks on erisuguste vajadustega tööelised inimesed ja nende pereliikmed, kellel on rohkem kui üks takistus, mille tõttu nad ei tule toime igapäevase elu ja töölkäimisega. Nõustamist ja tuge võivad vajada näiteks:

isikud, kellel on majanduslikud toimetulekuraskused, sh võlad; töötud, sh pikaajalised töötud, noored;

**hoolduskoormusega isikud;
hooldusvajadusega isikud;
töiste kutseoskusteta isikud;
väheste sotsiaalsete oskuste ja/või madala
motivatsiooniga isikud.**

Projekti raames pakume tasuta võlanõustamisteenust, psühholoogilist nõustamist, sh perenõustamine ja tugiisiku teenus.

Paljud võlanõustajate kliendid on hädas kiiralaenude tasumisega. Kiiralaenude lõksu jäänute arv on suur. Tihti juhtub nii, et võetakse üks laen, seejärel teine esimese tasumiseks ja nii seitse-kaheksa laenu järjest. Mõeldakse, et nii saab reguleerida oma makseid, kuid see on äärmiselt lühinägelik.

Põhiliselt võtavad kiiralaene noored, kellel on rahaga vähe kogemusi. Nad mõtlevad sageli ainult tänasele päevale. Maa peale tagasi toob võlateade hoopis suuremale summale.

Kui laenu võetakse, siis osatakse tihti näha ainult seda summat, mis laenuks saadakse, mitte seda, kui palju tuleb tagasi maksta. Laenu võttes tuleb väga täpselt välja arvutada, mis see tegelikult maksmata läheb.

Kiiralaene võtavad ka mängusõltlased, kes lähevad kasiinosse mängima. Piltlikult öeldes laenatakse ühelt liigkasuvõtjalt raha, et viia see teise liigkasuvõtja kätte.

Kõige sagedamini tekivad võlad sissetuleku vähenemise, näiteks töökoha kaotuse, pikaajalise töötuse, haiguse, õnnetusjuhtumi jms tagajärjel. Samuti võib rahalisi raskusi põhjustada perekonna lagunemine ja lahutus. Väga oluline tegur on oskamatus rahaga ümberkäimisel ja majapidamise korraldamisel.

Kui meieni on jõudnud võlgadesse sattunud isik, siis soovime omalt poolt kindlasti tasuta võlanõustamisteenust, mille raames antakse isikule nõu, kuidas võlgu vähendada.

Kindlasti soovime edaspidi laenu võtmisest hoiduda (igasugused laenud, sms-laenud, BIG laenud jne). Lisaks soovime pöörduda võlanõustajate poole ja ka meie koordinaatorite poole, kellega ühiselt leiame vajalikud nõustamisteenused, mis toetaksid isikut rasketes olukordades.

Võlanõustamine on tänuväärne võimalus saada nõu mistahes rahaliste probleemide puhul. Tihtipeale ühest nõustamiskorrast ei piisa, probleemide lahendamiseks on sageli vaja mitu korda nõustaja juures käia. Kindlasti tasuks minna nõu küsima juba enne seda, kui olukord kriitiliseks muutub. Palju probleeme saab ette ära hoida, lisaks võivad inimesed sedasi nii ajas kui ka rahas. ■

PROJEKTI TEGEVUSI VIIVAD LÄBI SOTSIAALKINDLUSTUSAMETIS TÖÖTAVAD PROJEKTI

PIIRKONDLIKUD KOORDINAATORID JA PROJEKTIJUHT.

Kui teil on huvi projektiga liitumise osas, võtke ühendust:

Kärt Saarsen, Sotsiaalkindlustusameti projektijuht

mob 57835307, tel 7370047,
e-post: kart.saarsen@tartu.ensib.ee

Mari-Ly Soomer, teeninduspiirkond Harjumaa, Raplamaa, Järvamaa, Hiiumaa

mob 59127899, tel 6208305,
e-post: mari-ly.soomer@ensib.ee, asukohaga Tallinn

Merili Laansoo, teeninduspiirkond Tartumaa, Jõgevamaa, Valgamaa, Põlvamaa, Võrumaa

mob 57835580, tel 7370047,
e-post: merili.laansoo@tartu.ensib.ee, asukohaga Tartu

Heli Hallikmäe, teeninduspiirkond Pärnumaa, Saaremaa, Läänemaa, Viljandimaa

mob 57833628, tel 4477615,
e-post: heli.hallikmae@parnu.ensib.ee, asukohaga Pärnu

Enely Kullamäe, teeninduspiirkond Ida-Virumaa, Lääne-Virumaa

mob 53433002,
e-post: enely.kullamae@johvi.ensib.ee, asukohaga Jõhvi





Taastusravi & Hotell Wasa.

TAASTUSRABI & HOTELL WASA

TEKST: Mairi Lilleleht, vastuvõtuosakonna juhataja
FOTOD: Taastusravi & Hotell Wasa

Väike ja koduselt hubane Taastusravi ja Hotell Wasa asub Pärnu rannarajoonis parkide ja puiesteede keskel. Mererand on vaid 100 meetri ning kesklinn 10 minuti jalutuskäigu kaugusel. Väike majadekompleks võimaldab majutada 162 inimest. Pakume haiguste ennetamiseks või neist taastumiseks mitmesuguseid raviprotseduure või lihtsalt võimalust puhata, lõõgastuda ning hellitada ennast luksuslike hoolitsustega.

Oleme loonud erinevad puhke- ja ravipaketid, mis sisaldavad iga kliendi vajadustele ja soovidele vastavaid raviprotseduure ja hoolitusi. Meie klientide lem-

mikprotseduurideks on kujunenud massaažid, vesiravi-üritused, parafiiniravid, soolakambri ravi, liikumisravi, lõõgastumine ja valgusravi. Kõigi pakkumistega on võimalik tutvuda meie kodulehel www.wasa.ee. Kel huvi täpsemalt küsida, saab helistada telefonil 44 50 750.

Alates 2010. aastast osutame Wasas rehabilitatsiooniteenust. See on sotsiaalne teenus, mille eesmärgiks on parandada ja säilitada puuetega inimeste iseseisvat toimetulekut, soodustada töötamist või tööleasumist ning suurendada ühiskonnas osalemist. Puudega lapse puhul on eesmärk toetada lapse arengut ja hariduse omandamist, tööealise inimese puhul tööleasumiseks valmisolekut või tööl püsimist, eaka inimese puhul parandada iseseisva toimetuleku võimet. Taastusravi ja Hotell Wasa osutab rehabilitatsiooniteenust puudega lastele ja täiskasvanutele ning vaimsete erivajadustega inimestele.

MILLEST ALUSTADA?

Rehabilitatsiooniteenust tuleb taotleda elukohajärgsest Sotsiaalkindlustusameti pensioniametist. Lisainfot rehabilitatsiooniteenuse kohta saab kõikidest pensioniametitest, aga ka Sotsiaalkindlustusameti kodulehelt ning rehabilitatsiooniteenust pakkuvatelt asutustelt. Kui

pensioniamet on taotluse läbi vaadanud, saadetakse postiga koju suunamiskiri. Seejärel saab klient registreerida ennast 21 päeva jooksul rehabilitatsiooniteenuse järjekorda. Wasa AS asutuse järjekorda registreerimine toimub tööpäeviti kl 8–17 telefonil 44 50 756. Samal telefoninumbriil võib julgelt helistada ja küsida teenuse kohta täpsemalt.

MIDA SISALDAB REHABILITATSIOONITEENUS?

Teenusel viibitakse tavapäraselt 5 ööpäeva, majutusteenus ja üks toidukord (hommikusöök) päevas kuulub samuti teenuse hulka. Lõuna- ja õhtusöögid on võimalik tellida lisatasu eest. Kui inimene saabub rehabilitatsiooniteenusele teisest vallast või linnast, kompenseerib riik sõidukulud kuni 41,55 euro ulatuses aastas. Rehabilitatsiooniteenuse osutamiseks on vajalik omada isiklikku rehabilitatsiooniplaani. Kui rehabilitatsiooniplaani veel koostatud pole, siis pakume täiskasvanutele võimalust plaan koostada. Meie rehabilitatsioonimeeskonda kuuluvad: 3 sotsiaaltöötajat, 5 füsioterapeuti, 3 arsti, 3 õde, 2 logopeedi, 3 eripedagoogi, 5 psühholoogi, 1 tegevusterapeut.

Sotsiaaltöötaja Oksana Ljamtseva: „Puudega inimesed on erinevad ja vajavad erinevat abi – mõnele piisab nõustamisest/vestlusest, teine vajab abivahendeid ja teenuseid. Kui klient otsustab rehabilitatsiooni teenusele tulla, tuleb arvestada, et see on tema vaba valik – tema on aktiivne osaleja ja otsuste langetaja. Aidata saab ainult neid inimesi, kes seda ise soovivad. Mina usun, et inimese tahe ja aktiivne osalemine rehabilitatsiooniprotsessis toob muutused elukvaliteedis ja iseseisva toimetuleku võime paranemise, mis ongi kogu rehabilitatsiooniprotsessi lõppeesmärk.“

Füsioterapeut Kadri Keskküla: „Lähtuvalt kliendist on füsioteraapial häireid ennetav, seisundit parandav või säilitav eesmärk. Füsioterapeut hindab kliendi tugiliikumiselundkonna seisundit ja kaasnevaid haigusi arvestades koostatakse individuaalne harjutuskava. Vajadusel kasutatakse liiges- ja lihaskasvatuse leevendamiseks sooja- või külmaaplikatsioone või ravimassaaži võtteid. Füsioteraapia aitab säilitada või suurendada liigete liikuvust, lihaskõuet ja vähendada valusündroomide. Klient omandab ka vajalikud oskused ja teadmised jätkamaks kodus iseseisva harjutamise ja kehalise aktiivsusega. Eelpool kirjeldatu on oluline, et säilitada füüsilist tegevusvõimet ja iseseisvat toimetulekut.“

Psühholoog Kairi Koppel: „Koostöös kliendiga toimub subjektiivsete probleemide leidmine ja vajadusel sekkumine. Psühholoogiliseks sekkumiseks võib olla näiteks häirepõhine nõustamine, konkreetse juhtumi analüüs, perenõustamine, kriisitöö vms. Töö toimub nii

individuaalselt, peretasandil või hoopis grupis. Vajadusel juhendatakse ka lähedasi. Psühholoog teeb koostööd erinevate meeskonnaliikmete ja kliendi võrgustiku liikmetega, mille eesmärk on osapoolte informeerimine ja nõustamine. Tegutsemine toimub kliendi emotsionaalse heaolu säilitamiseks või parandamiseks.“

Eripedagoog/logopeed Krista Juhanson: „Hariduslikus mõttes on väga oluline suunata klienti nägema end kui õppijat, nõustada teda ja tema peret puudest, hälbest või haigusest tingitud hariduslikest erivajadustest, toetada ja motiveerida inimest hariduse omandamisel ja oma oskuste arendamisel. Igaüks on alati milleski väga hea! Koostöös kliendiga aktiveerime kõnemehhanisme, tõstame eneseusku ning hindame ja toetame sotsiaalse kuuluvustunde arengut ning motiveerime aktiivsust suhtlemisel.“

Rõõmu ja hoolimist igasse päeva soovides, Taastusravi ja Hotell Wasa, Eha 2, Pärnu Info 44 50 750, www.wasa.ee.



Laavakivi massaaž.



Soolakamber.



Kiigemetsa kool.

15 AASTAT INTELLEKTIPUUDEGA ÕPILASTE ÕPETAMIST JÕGEVAMAA KIIGEMETSA KOOLIS

TEKST: Tuijo Kүүts, Kiigemetsa Kooli direktori asetäitja õppe- ja kasvatustöö alal. FOTOD: Kiigemetsa Kool

Hariduslike erivajadustega õpilaste õpetamist alustati Jõgevamaal Siimusti alevikus Kiigemetsa Koolis 1998. aastal. Kiigemetsa Kool on maakonna üks kaunimaid ja omanäolisemaid koole. 2008. aastal pälvisime maakonna „Kaunima kooli“ konkursil I koha.

Sellel õppeaastal õpib koolis 84 õpilast. Õppetöö ajal on õpilastel võimalus elada kooli õpilaskodus.

Koolis õpetatakse õpilasi põhikooli lihtsustatud riikliku õppekava alusel lihtsustatud õppe, toimetulekuõppe ja hooldusõppe klassides. Kiigemetsa Koolis on loodud võimalused ka autismispektrihäirega õpilaste õpetamiseks. Selleks avati 2008. aastal nendele õpilastele väikeklass, kus õpib neli õpilast. Peale 9. klassi lõpetamist on õpilastel võimalik jätkata õpinguid pikendatud õppeajal, et saada ettevalmistus kutse-eelseks õppeks. Meie kooli õpilased on läinud ametit õppima Põltsamaa Ametikooli, Viljandi Ühendatud Kutsekeskkooli, Väike-Maarja Õppekeskusesse ja Astangu Kutser rehabilitatsioonikeskusesse.

Kooli eesmärgiks on luua õpilastele võimalused eluks vajalike teadmiste ja oskuste omandamiseks. Kool on pidevas muutumises ja arenemises õpetamismetoodika ning õpikeskkonna kaasajastamisel.

Iga klass on kujundanud oma klassiruumi meeldivaks õppimise kohaks. Tööõppeks on koolil kaasaegselt sisus-

tatud käsitöö, kangakudumise, keraamika, puutöö ja kodunduse klassid. Õpilastele kõige oodatumad on aga õppetunnid hästi sisustatud arvutiklassis. Sportimiseks on õpilaste kasutuses jõusaal ja täismõõtmega võimla-kompleks, kus asub grossingutrenažöör.

Vaheldust pakkuvaks õppetöö kohaks on kooli raamatukogu, kus toimub õpilaste iseseisva õpitöö oskuste ja lugemishuvi arendamine.

Kooli ümbruses asuv metsaala võimaldab läbi viia praktilisi õuesõppe tunde ja on väga heaks paigaks õpilaste vaba aja sisustamiseks ning sportimiseks.

Vaba aja paremaks sisustamiseks tegutsevad koolis järgmised huvialaringid: arvutiring, puutööring, spordiring, kunstiring, tantsuring, laulukoor, käsitööring, näitering, emakeelering ja kangaring. Kooli traditsioonilistest üritustest on kõige oodatumad karneval, poiste ja tüdrukute nädal, jõulupeod, vastlapäev, kooliolümpiamängud (pildil) ja kevadine väljasõit jne.

Kiigemetsa Kooli õpilased on olnud edukad vabariiklikel spordivõistlustel ja loomingukonkurssidel. Õpilased on esindanud Eestit Maailma Eriolümpia Talimängudel Jaapanis ning Euroopa Eriolümpiamängudel Ungaris ja Sloveenias. Ajakirja ilmumise ajal toimuvad Lõuna-Koreas Maailma Eriolümpia Talimängud, kus meie koolist osaleb õpilast. Pöidlahoidjateks on neile kogu koolipere.

Senised parimad loomingukonkursside tulemused on olnud järgmised: vabariiklik konkurss „Chopini muusikat kuulates“ (Grand Prix), XI Noorte Laulu- ja Tantsupeo istumisaluste kujundamise konkurss (peavõit 1.–9. klassi hulgas), kunstiprojekt „Valgega valgele ehk värviliselt“ (lihtsustatud õppe parim töö), erivajadustega laste ja noorte teatrifestival „Savilind“ (näitlejapreemiad), vabariiklik erikoolide laulukonkurss (solisti III koht), konkurss „Metsapostkaart“ (individuaalne II koht).

Kiigemetsa Koolis õppival õpilasel on võimalik saada tema arengut toetavaid tugiteenuseid – logopeediline abi, muusikateraapia, füsioteraapia, psühholoogiline nõustamine. Õpilasi toetab koolis töötav sotsiaalpedagoog.

Rehabilitatsiooniteenust osutab Kiigemetsa Kool alates 2010. aasta kevadest. Teenus arendati välja, et lihtsustada teenuse kättesaadavust oma kooli õpilastele eesmärgiga parandada õpilaste toimetulekut ja aidata kaasa lapse arengule hariduse omandamisel.

Kiigemetsa Kool on alati pakkunud õpilastele hoolt, armastust, turvatunnet ja mitmekesiseid õppimisvõimalusi. Oleme veendunud, et suudame pakkuda hariduslike erivajadustega lastele seda, mis nende arengut soodustab ja aitab neil täiskasvanuna elus oma koha leida. ■



Grossingu trenaažöör.



EO Eesti Ühenduse jooksukross.



Kooliolümpiamängude avamine.



Näitering.



Õpilaskodu.



Tauno Asuja, Tallinna Puuetega Inimeste Koja tegevjuht.

PUUETEGA INIMESTE KOJA ümarlaud koostas alusdokumendi kohalike omavalitsuste valimisteks

11. oktoobril toimus Eesti Puuetega Inimeste Kojas (EPIKoda) ümarlaud, et arutada puuetega inimeste vajadusi, mida rõhutada 2013. aasta kohalike omavalitsuste valimistel. Ümarlaua eesmärk oli läbi viia diskussioon puuetega inimeste vajadustest ja probleemidest, et koostada puuetega inimeste platvorm 2013. aasta kohalike omavalitsuste valimisteks. Platvormi koostamine on hädavajalik, et kaardistada puuetega inimeste mured ja probleemid, tagada nende huvide ühtlasem ja parem kaitse, probleemidele tähelepanu juhtimine ning valimisjärgne tegevus.

TEKST: Janek Muru
FOTOD: Janek Muru

EPIKoda koostas küsimustiku, millele sai internetis vastata. Nii saadi infot, mida rohkem ümarlaual arutada. Palju küsimusi oli kohalike omavalitsuste valdkonnast, kuid oli ka riiklikku lähenemist vajavaid küsimusi. Kokku vastas küsimustikule ligi 60 inimest ja esitatud seisukohtade analüüsimisel EPIKojas on koostatud ühtse alusdokumendi kavand, mida saab kohandada erinevatele piirkondadele üle Eesti.

Ümarlauas selgus, et probleeme on palju ja enamus neist kuulub kohalike omavalitsuste pädevusse. Näiteks sotsiaalvaldkonnas on teenused tihti ebapiisavad, olemasolevad teenused ebapiisavalt kättesaadavad ja teenused jäigalt korraldatud, mis ei arvesta puudega inimeste olukorda ega reaalsust. See puudutab invatransporti, tugiisiku teenust, päevakeskusi, hooldusteenuseid ja eluruume. Tihti on omavalitsuste pakutavad sotsiaaleluruumid liikumispuudega inimestele ebasobivad või kehvast olukorras. Probleeme esineb puudega inimese senise kodu ümberkohandamisel, mis on tingitud eelarvevahendite ebapiisavusest.

Suureks probleemiks on osutunud ka kohalike omavalitsuste sotsiaaltöötajate ebasobiv ettevalmistus, isiksuseomadused ja madal motiveeritus. Ümarlauas märgiti, et on esinenud negatiivset suhtumist, ükskõiksust, eelarvamusi ja arusaamatusi. On olnud juhus, kus paljulapseline pere koos puudega pereisaga majutati joodikuid täis sotsiaalmajja.

Inimestel on raske saada infot oma õigustest ja teenustest. Olenevalt kohalike omavalitsuste võimalustest on ka sotsiaalteenused erinevad, kuid tihti on toetuste suurus ajale jalgu jäänud ega arvesta puuetega inimeste tegelikke vajadusi ega tegelikku olukorda. Sotsiaaltoetusest ei piisa tihti isegi väikeste ravimite ja invatranspordi kulude katmiseks. Samas tuleb selle väikse toetusraha saamiseks teha ebaproportsionaalselt palju asjaajamisi. Eriti markantne on puudega last hooldavate vanemate kohustus iga kulutust (puuvilju, elektrit, riideid jms vajalikku) pidevalt tšekkidega tõestada.

Hariduse valdkonnas on haridusliku erivajadusega (HEV) õpilaste olukorra parandamiseks palju teha. Kuigi HEV õpilasi püütakse integreerida tavakooli, tekitab probleeme nii vastava eriala spetsialistide kui vajalike tugiteenuste vähesus. Tavakooli personalil aga puuduvad enamasti vastavad teadmised ja ettevalmistus. Lisaks on haridussüsteemis liiga vähe vastava ettevalmistusega abipersonali. Näiteks peaks klassis, kus õpib HEV õpilasi, olema abiõpetaja, kelle palkamiseks napib võimalusi. Tihti on probleemiks haridusasutuste halb ligipääsetavus liikumispuudega HEV õpilastele. Omaette küsimus on erivajadustega õpilaste edasiõppimise võimalused, mis on ebapiisavad.

Üheks puuetega inimeste probleemiks on vähene tööhõive. Sellel on rida põhjusi, millest osa tuleneb haridussüsteemist.

mist, kuna erivajadustega noortele on edasiõppimisvõimalused ja sujuv üleminek hariduselust tööturule piiratud.

Probleemiks on informatsiooni vähene kättesaadavus võimaluste ja soodustuste kohta ning eelarvamused nii puudega inimese kui tööandja poolt. Puudega inimesel on vähe motivatsiooni ja kartus töötamise suhtes, kuna kogemusi on vähe ning eeldatakse eelarvamusi tööandjate poolt. Tööandjatel on probleemiks vähene teadlikkus ning hirm puudega või kroonilise haigusega inimeste palkamise ees.

Puudega inimestele on probleemiks nii töökeskuste vähesus, kus saab võimete kohase koormuse ja praktilised kogemused, kui ka ligipääsetavus töökohtadele. Siin on põhjuseks transport ning töökohtade kohandamise vajadus puudega inimeste jaoks. Riik jagab küll selleks toetusi, kuid tihti on need ebapiisavad. Kuna paljud ametid, kus puudega inimesi saab rakendada, on vähetasuvad, siis on tööle asumise kulutused ja transport kulukam kui tööst saadav tulu ja nii otsustabki puudega inimene hoopis koju jääda.

Üheks probleemiks, mida ümarlauas käsitleti, on puuetega inimeste osalemine ühiskondlikus elus ja nende kaasamine. Põhjuseks taas kehv ligipääsetavus nii arhitektuurilistel kui korralduslikel alustel. Paljud ühiskondlikud hooned, asutused ja rajatised on liikumispuudega inimestele raskesti ligipääsetavad. Uutele hoonetele on ligipääsetavus juba projekteeritud, kuid olemasolevates need võimalused kas puuduvad või on ebapiisavad. On küllalt näiteid, kus kaldtee on ehitatud liiga järsk ning see on liikumispuudega inimestele lausa ohtlik. Ka avalikus ruumis (tänavad, pargid, spordirajatised jne) ja transpordis on rida probleeme ligipääsetavusega ning info võimaluste kohta on tihti ebapiisav. Lisaks füüsilisele ligipääsetavusele napib infot kuulis-, nägemis- ja vaimupuudega inimestele, samuti korralduslikke võimalusi (kuulmisabivahendid konverentsikeskustes, viipekeelne tõlge või audio-visuaalsed abivahendid) konverentsikeskustes.

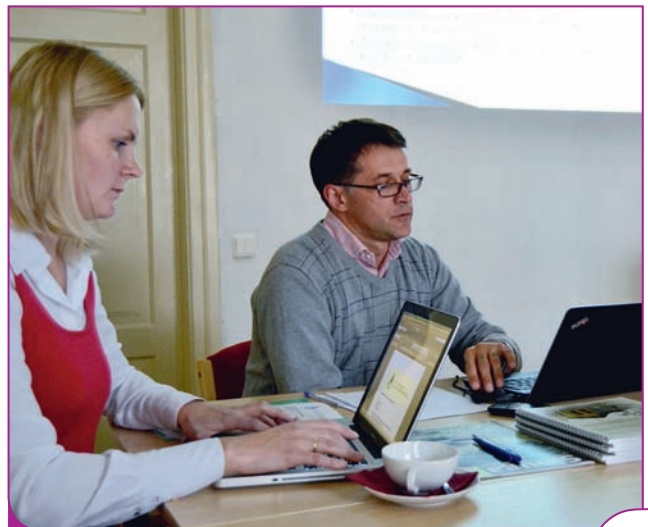
Transport ja kättesaadavus on puudega inimese jaoks oluline nii tervishoiu kui ka kultuuri seisukohast. Sobiv ja kättesaadav transport on olulised nii arstile pääsemiseks, kui ka erinevatele kultuuri ja spordiüritustele jõudmiseks. Tervishoiu poolel on probleemiks pikad järjekorrad, aga ka info vajalike teenuste, taastusravi ja tervislike eluviiside kohta. Kohalikud omavalitsused saaksid rohkem ära teha tervise edendamise, tervislike eluviiside propageerimise ja ennetustöö osas. Omaette probleemiks on taastusravi, millest haigekassa finantseerib vaid osa, ja hambaravi, mis täiskasvanu puhul on täiesti omafinantseeritav. Hambaravis saaks kohalik omavalitsus öla alla panna, kasutades selleks vajaduspõhist lähenemist.

Ümarlauas selgus, et rohkem võiks olla kaasavaid, kõikidele inimestele mõeldud kultuuri-, spordi- ja huvitegevuslikke

üritusi, mis oleks hinnalt kättesaadavad ja puudega inimestele ligipääsetavad. Samuti on vajadus kättesaadava ja taskukohase huvitegevuse järele.

Kindlasti peaks parandama suhtumist puuetega inimestesse, sest üritusi, kuhu võiksid minna puudega inimesed, ei peaks korraldama vaid puuetega inimeste organisatsioonid.

Eestis on teenuste kättesaadavus ja võimalused piirkonniti erinevad. Kui näiteks Tallinnas ja Tartus on invatransport olemas, siis maal reeglina pole. Mõnes väiksemas omavalitsuses pole isegi pädevat sotsiaaltöötajat. Ümarlauas jõuti järeldusele, et üsna palju probleeme on lahendatavad kohalike omavalitsuste ja puuetega inimeste organisatsioonidega koostöös. Oluline on, et igas omavalitsuses oleks olemas puuetega inimeste küsimustega tegelev komisjon. Heaks näiteks on Tallinna invakomisjon, kus linna ametite ja asutuste esindajad ja puuetega inimeste organisatsioonide esindajad kohtuvad regulaarselt, et üheskoos leida lähendusi tekkivatele küsimustele. EPIKoja ümarlauas võeti vastu otsus, et puuetega inimeste platvormi alusdokument saab lõpliku vormingu aasta lõpuks.



Tegevjuht Karin Hanga ja Meelis Joost, välissuhete valdkonna peaspetsialist.

KOKKUVÕTE



EPIKojas toimus nõupidamine, kus räägiti puuetega inimeste elu paremaks tegemisest. Kõik head mõtted esitatakse kohalikele omavalitsustele. Pärast sügisesi valimisi võib loota olukorra paranemisele.



Sissepääs Nõmme Sotsiaalmajja on mugav ka ratastooliga.

ÜLEVAADE puuetega inimeste hoolekandest Nõmmel

TEKST: Anna-Maria Mirskaja, vanemspetsialist
FOTO: Vaimupuu

Erivajadustega inimeste arv on pidevalt kasvanud. Puudest sõltuvalt võib inimene abi (toetuste, teenuste ja muude meetmete näol) vajada mitmesugustes valdkondades, nagu näiteks sotsiaal-, haridus- ja tervishoiuvaldkond. Erivajadustest hoolimata peavad puudega inimesele olema tagatud võrdsed võimalused: lastele arenemiseks ja hariduse omandamiseks, täisealistele iseseisvaks toimetulemiseks, töötamiseks, kvaliteetseks vaba aja veetmiseks ja ühiskonnas osalemiseks, tõdeb Karin Hanga käsiraamatus „Heade praktikate kogumik sotsiaal- ja haridustöötajatele“.

Tallinnas koordineerib ja korraldab sotsiaalhoolekannet Tallinna Sotsiaal- ja Tervishoiuamet, linnaosas tegelevad sellega sotsiaalhoolekande osakond ning linnaosavalitsuse hallatavad asutused Nõmme Sotsiaalkeskus ja Nõmme Sotsiaalmaja.

Puuetega inimesi on Nõmmel 1. jaanuari 2013. aasta seisuga 1840, neist kõige enam (517) on liikumispuudega inimesi. Enamik puudega inimestele osutatavatest teenustest on korraldatud ülelinnaliselt, nende puhul

on linnaosavalitsusel nõustav ja informeeriv roll. Teenus, mida sotsiaaltöötaja linnaosavalitsuses otseselt osutab, on sotsiaalnõustamine. Samuti on sotsiaalhoolekande osakonna ülesanne määrata toetusi, korraldada puudega inimeste transporti ja väljastada abivahendikaarte.

Sotsiaaltoetuste eesmärk on leevendada linnaelanike toimetulekuraskusi. Sissetulekust sõltuvaid toetusi makstakse toimetuleku tagamiseks, tervise säilitamise, taastamisega ja abivahendite soetamisega seotud kulutuste osaliseks hüvitamiseks, samuti õnnetusjuhtumite ja muude erakorraliste juhtumitega seotud väljaminekute osaliseks kompenseerimiseks. Toetusi on võimalik määrata, kui perekonna netosissetulekud jäävad alla töötasu alammäära (320 eurot). Toimetulekupiir, mis on aluseks riikliku toimetulekutoetuse maksmisel, on endiselt 76,70 eurot.

Erivajadustega inimeste hoolekandes on linnaosavalitsuse üheks suureks ülesandeks eestkoste korraldamine. Nõmme linnaosas on 77 inimest, kellele on määratud eestkostja. Neist 16 eestkostjaks on määratud Tallinna linn Nõmme Linnaosavalitsuse kaudu. Töö psüühikahäiretega inimestega ning eestkoste seadmiste menetluste osakaal on sotsiaalhoolekandes viimastel aastatel märgatavalt tõusnud. Enam on ka füüsilisest isikust eestkostjate nõustamist, kuna 1. juunil 2010 kehtima hakanud uue perekonnaseaduse tõttu on endiselt palju küsimusi, millega eestkostjad ei ole varem kokku puutunud. Muutus eestkostetava varadega tehingute tegemise ning varaaruande esitamise kord. Nende küsimuste osas nõu saamiseks pöörduvad eestkostjad sageli sotsiaalhoolekande osakonna poole.

Liikumispuudega inimeste olukorda Nõmmel mõjutavad paljuski sellised linnaosa eripärad nagu kitsad tänavad, kohati kõnniteede puudumine, Nõmme linnaosa hajutatust suurel alal, vanad majad, millest paljud on halvas seisukorras, ahjuküttega, järskude treppidega. Mõnevõrra aitab seejuures linnapoolne rahaline abi eluruumide kohandamisel. 2008. ja 2009. aastal sai Tallinna linna poolt eraldatud vahenditest eluruumi kohandamiseks toetust kokku 7 Nõmme elanikku kogusummas 5752 eurot (90 000 krooni). Kahel järgnenud aastal ei olnud kahjuks Tallinna linnal võimalik puuetega inimeste eluruumide kohandamist rahaliselt toetada. 2012. aastal aga hüvitati Nõmmel eluruumi kohandamist 3079 euro ulatuses.

Uute rajatiste ja teede ehitamisel püütakse arvestada puuetega inimeste vajadustega. Nii testiti Tallinna Liikumispuuetega Inimeste Ühingu poolt 2009. aastal Nõmme turu ligipääsetavust liikumispuudega inimeste jaoks. Testimise tulemusel viidi sisse rida parandusi, mis

tagavad ligipääsetavuse kõikidele külastajatele. Samuti testiti 2011. aastal Nõmme Tervisekeskuse (endine poliiklinnik) ligipääsetavust liikumispuudega inimestele ning testimise tulemusel tehtud muudatused on oluliselt parandanud teenuse kättesaadavust kõikidele abivajajatele. Puuetega inimestele on ligipääsetav ka Nõmme Sotsiaalkeskuse Rahumäe mängujaam, kus saavad koos teistega mängida, meisterdada ja üritustel osaleda ka erivajadustega lapsed.

Kindlasti ei saa rahul olla olukorraga Nõmme keskus, kus ristmiku ületamine ratastooli kasutavatele inimestele on vaevarikas, sest asfalti on tekkinud rööpad ja need teevad ratastooliga liikumise ohtlikuks. Kahjuks ei ole sellel aastal linna kommunaalametil ressursse selle küsimusega tegeleda, kuid loodan, et 2014. aastal tekib selleks linna eelarve kaudu lisavahendeid.

Puuetega inimeste elukvaliteedi parandamise ja nende igapäevaelu rikastamise Nõmmel on suure panuse andnud 2009. aastal loodud Nõmme Individuaalõppe- ja Rehabilitatsioonikeskus (NIRK). NIRKi sihtgrupi moodustavad hariduslike erivajadustega lapsed ja noorukid, nende pereliikmed ning nendega tegelevad pedagoogid ja spetsialistid. NIRKi eesmärgiks on toetada hariduslike erivajadustega laste, õpilaste ja noorukite individuaalsete võimete igakülgset arendamist ja nõustada, koolitada kõiki eelnimetatud sihtgrupi liikmeid, luua toimiv iga sihtgrupi liiget kaasav võrgustik ning aidata kaasa hariduslike erivajadustega laste ja noorukite ning nende pereliikmete sotsiaalsele integratsioonile ja võrdsete võimaluste loomisele ühiskonnas.

2012. aasta alguses tuli NIRK välja Põlvkondade Maja loomise ideega. Põlvkondade Maja mõte on tagada põlvkondadevaheline, sealhulgas erivajadustega inimeste integratsioon eelkooliealiste lastele, õpilastele, noortele ja täiskasvanutele läbi kvaliteetsete ja efektiivsete sotsiaal- ja haridusteenuste. Idee paremaks teostamiseks loodi 2012. aasta suvel MTÜ Põlvkondade Maja. Maja loomisel on küll ette tulnud mitmeid katsumusi, kuid tegevusega on alustatud ning tänu eestvedajate aktiivsusele, pealehakkamisele ja järjekindlusele loodame jõuda selleni, et ühel päeval on Nõmmel Põlvkondade Maja, mis muudab meie kogukonna veelgi ühtsemaks, mis pakub teenuseid ja tegevusi erinevas vanuses ning erinevate vajadustega inimestele.

Kõrvalabi vajavatele täiskasvanutele (eakad, puuetega inimesed) pakub koduteenuseid Nõmme Sotsiaalkeskus. Aasta jooksul saab koduteenuseid keskmiselt 95 abivajajat, kellest veidi enam kui pooltele on määratud ka puude raskusaste. Harjumuspärasel keskkonnas toimetumist soodustab kindlasti ka sotsiaalvalve teenus, mis

rakendus Tallinnas 2007. aasta kevadel. Praegu on Nõmmel häirenupp 13 isikul.

2012. aastal toimus hoolekande aastakonverents „Omastehooldus – hoolekande proovikivi“. Konverentsil tõdeti, et kui paljudes hoolekande valdkondades on küllaldaselt teenuseid ja olemas ettekujutus probleemide lahendamise viisidest, siis omastehooldus on jäänud vaeslapse ossa. Leiti, et lahenduste puudumine on põhjustanud ebavõrdsust hooldatavate, omastehooldajate ja ka omavalitsuste vahel. Omastehooldajad on tihti keerulises olukorras, vajades tuge, puhkust ja koolitusi, kirjutas konverentsil osalejatele oma pöördumises konverentsi korraldustoimkond.

2012. aastal tegutses ülelinnaline omastehooldajate tugirühm, mille tegevust korraldas MTÜ Inkotuba ja mida toetas Tallinna Sotsiaal- ja Tervishoiuamet. Koos käidi kord kuus Tallinna Puuetega Inimeste Tegevuskeskuses. Tugirühmas osalesid ka Nõmme omastehooldajad. Tugirühm jätkab tegevust ka käesoleval aastal, kokkusaamised toimuvad iga kuu kolmandal kolmapäeval.

Mäluhäiretega eakatele pakutakse päevahoiuteenust Kesklinna ja Mustamäe Sotsiaalkeskustes ning Merimetsa Tugikeskuses. Ülelinnalisi teenused pakub ka Tallinna Vaimse Tervise Keskus. Kuna puuetega inimeste jaoks on kogu linna piires liikumine sageli raske, siis püüdleb Nõmme Linnaosavalitsus selle poole, et võimalikult paljud teenused oleksid kättesaadavad meie oma linnaosas.

Lõpetuseks tulen tagasi Põlvkondade Maja juurde, mille ehitamine ja valmimine aadressil Valdeku 13 toimub kahes etapis. Esimeses etapis valmib saun ja spordisaal ning kõnniteed ja park Nõmme lasteaialaste poolt kujundatud pargipinkidega. Ka saab seal olema Nõmme Loodusmaja õuesõppeala ning ka muud vaba aja veetmise võimalused. Valdeku 13 endise koolihoone asemel saab aastaks 2015 olema tõeline Põlvkondade Maja, kus leiavad endale ruumid Nõmme puuetega lapsed, noored ja täiskasvanud, lisaks tavalapsed ning noored. Samuti leiavad seal tegevust Nõmme Sotsiaalkeskuse eakad. Maja neljast korrusest 2,5 korrust jääb erinevate sihtgruppide kasutada, mille hulka kuuluvad ka keldrikorruusel olevad puutöökoja ja kokandusruumid. Ülejäänud 1,5 korrusest suurema osa saab enda käsutusse Nõmme linnaosa sotsiaalhoolekande osakond oma 20 spetsialistiga ning kõige ülemisel korrusel saavad olema ülejäänud 14 linnaosaametniku kabinetid.

Paljude nõmmekate jaoks olulised küsimused on hetkel kaardistamisel ning kutsun siinkohal ka ajakirja lugejaid mulle kirjutama, et anda oma panus koostamisel olevasse Nõmme arengukavasse aastateks 2013–2017. ■



Avasõnad lausus Ürituse projektijuht Kari Käsper.

ÜRITUSTESARI "ERINEVUS RIKASTAB"

Vaimupuul on hea meel, et üritustesari "Erinevus rikastab" jätkub ka tänavu. Sel aastal on partneriks Eesti Puuetega Inimeste Koda.

TEKST: Madis Eenloo
FOTOD: Madis Eenloo

Eelmisel aastal septembris toimus Tartu kesklinnas Tasku keskuses üritusesarja „Erinevus rikastab“ lõppkontsert koos erinevate töötuba-

dega. Ürituste sari kestis kaks nädalat nii Tallinnas kui ka Tartus ning selle raames toimusid tasuta filmiprogrammid ja erinevad üritused võrdse kohtlemise teemadel. Ürituse eesmärk on suurendada ühiskonna teadlikkust võrdsest kohtlemisest ning võidelda sallimatuse vastu. Üritused puudutasid erinevaid vähemusgrupe ühiskonnas ning võimaldasid nende elu ja tegevust rohkem avalikustada ning samas ka tutvustada. Projekti finantseerivad Euroopa Liit ja Eesti Vabariigi sotsiaalministeerium ning korraldajaks on Tallinna Tehnikaülikool.

Kontserdi avas ürituse projektijuht Kari Käsper, seejärel esines Tartu ansambel Allikabänd. Kuigi Allikabänd loodi alles 2010. aastal, on ta esinenud üle Eesti ning on võitnud südameid arvukatel heategevusüritustel. Muusikalise elamuse eest hoolitses veel Tenfold Rabbit akustilistel pillidel ning lõpuks pakkus ilusa kontserdi August Hunt. Rahvast naerutas püstijalakomöödia trupp Comedy Estonia.

Lisaks heale muusikale ja meelelahutusele pakkus üritus „Erinevus rikastab“ töötubasid, erinevate kultuuride tutvustusi, filmiprogrammi ja interaktiivseid tegevusi.

Mitteformaalne noortegrupp andis võimaluse oma meeled proovile panna. Iga inimene sai ennast panna nende inimeste olukorda, kes tajuvad maailma erinevalt. See annab võimaluse paremaks mõistmiseks, kuidas peavad toime tulema erineva puudega inimesed. Pimedate laua juures oli võimalus proovida Braille'i kirja, panna ette erinevad simulatsiooniprillid ning proovida jalutada juhtkoera ja valge kepiga.

Lisaks sellele oli võimalus proovida suhelda viipekeeles ning sõitu ratastooliga nii kaldteel kui ka takistusribal. Tuli välja, et konarlikul pinnal pole ratastoolisõit sugugi nii lihtne, ka järsu lävepaku ületamine oli üsna keeruline. Tavalised inimesed, kes said ratastoolisõitu proovida, mõistavad nüüd paremini liikumispuudega inimeste olukorda.

Leidlikkust nõudis poksikinnastega kinnisest purgist kompeki kättesaamine. See imiteeris artriidi ja käte-kahjustustega inimeste hakkamasaamist tavaelus. Interaktiivses töötoas, kus sai oma meeled proovile panna, oli huvilisi omajagu.

Lisaks töötubadele olid stendid erinevate kultuuride ja vähemusgruppide eluolu tutvustamisega, pagulasnäitus ja elav raamatukogu. Elavas raamatukogus kehastasid raamatuid erinevate valdkondade inimesed. Huvilised said registreerida end lugejaks, valida erinevate vähemusi ja sallivust puudutavate teemade vahel ning

laenutada endale vestluskaaslase. Inimene, kes kehas elavat raamatut, andis hubases vestlusõhkkonnas vastuse küsimustele, millele sooviti leida vastust või siis arutleda vastaval teemal. Nägin rõõmuga, et elavat raamatut kehastavad inimesed olid oma valdkonnas pädevad.

Kari Käsperi sõnul on Tartus „Erinevus rikastab“ nädala raames toimunud palju erinevaid üritusi. „Kui vaadata Eesti olukorda, siis sallivuse koha pealt on Eesti olnud üsna edukas. Selle aja jooksul, mis me oleme selle projekti raames üritusi korraldanud, on Eesti ühiskond muutunud sallivamaks. Teemad on muutunud selliseks, mida ühiskonnas arutatakse ja mis on andnud tõuke muutusteks. Selleks aga, et jõuda Skandinaavia tasele, on veel päris pikk tee minna.“

Kari Käsper nentis, et üritus on plaanis muuta traditsiooniks ning oma koht on sellel ka internetis. Erinevad mittetulundusühingud korraldavad aeg-ajalt oma üritusi, mis leiavad kindlasti oma koha kodulehel www.erinevusrikastab.ee, lisaks on seal erinevad nõuanded, võrdse kohtlemise kompass, videod ning artiklid toimunud ürituste kohta ja muudki tarvilikku.



Allikabänd pakkus kauni kontserdielamuse.



Vasakult: Ürituse korraldaja Kristin Rammus, projektijuht Kari Käsper ja võrdse kohtlemise ekspert Marianne Meiorg.



Üritusel sai ennast panna puudega inimeste olukorda.

KOKKUVÕTE



"Erinevus rikastab" on ürituste sari, kus saab tutvuda teistsuguste inimestega. Tavalised inimesed saavad end panna puudega inimese rolli. Lõpuüritus Tartus Tasku keskuses oli kaunis ja meeldejääv.



PORGANDIKOOK

TEKST: Taire Ehaver
FOTOD: Vaimupuu

Selle retsepti järgi saad valmistada suure ahju-
pladitäie mahlast suussulavat porgandikooki.
Glasuur lisab koogile pidulikkust ning muudab
selle veelgi maitksamaks.

6 TK MUNA
6 DL SUHKRUT
6 DL NISUJAHU
4 TL KÜPSETUSPULBRIT
3 TL VANILLIINSUHKRUT
6 TL KANEELI (JAHVATATUD)
500 G PORGANDIT (RIIVITULT)
300 G VÕID
TOORJUUSTUGLASUUR
100 G VÕID
200 G TOORJUUSTU
(MAITSESTAMATA)
3 DL TUHKSUHKRUT
KAUNISTAMISEKS
KOOKOSHELBEID
APELSINIKOORT



Vahusta munad suhkruga. Sega omavahel
kuiv- ja maitseained. Lisa munavahule vahel-
dumisi kuivainesegu, peene riiviga riivitud
porgandid ja sulatatud või ning sega ühtlaseks.
Vooderda kõrgete äärtega ahjuplaat küpsetus-
paberiga ning vala tainas plaadile. Küpseta
200kraadises ahjus 30 minutit. Lase koogipõhjal
jahtuda. Samal ajal valmista kate. Vahusta toa-
soe või ja toorjuust mikseriga ning sega hulka
tuhksuhkur. Laota kate jahtunud põhjale. Lõika
kook ruutudeks ja puista üle kookoshelveste ja
riivitud apelsinikoorega.

Valmistusaeg: 40-60 minutit

25 minutit + küpsetamiseks 30 minutit

OSALEDA ON LUBATUD KÕIGIL, KUID PILDI PEAB KINDLASTI OLEMA TEINUD VAIMUPUUDEGA ISIK!
NII SAAB NÄITEKS OSALEDA PERE, KUS ON KASVAMAS ERILINE LAPS, VÕI SÕBRAD, KES AITAVAD OMA VAIMUPUUDEGA SÕBRAL LUUA ERILIST PILTI.
OOTAME FOTOSID, MILLEL ON KUJUTATUD MÕNI TEGELANE, TEGEVUSPAIK VÕI OLUKORD TUNTUD FILMIST VÕI ANIMAFILMIST, SAMUTI FOTOD, MIS KUIDAGI SEOTUD
MÕNE TEGELASE VÕI FILMIGA (PEALKIRJA, MOTIIVIDE VMT KAUDU). HINNATAKSE EELKÕIGE LOOVUST, VAIMUKUST NING SARNASUST, SAMUTI VÄLJENDUSRIKKUST JA
EMOTSIONAALSUST, KUNSTILIST JA TEHNILIST TASET, LISAKS KUJUTATU FILMIVÄÄRTUST, HARULDUST JA ERAKORDSUST.
PARIMATEST FOTODEST VALMIB NÄITUS, MIDA EKSPONEERITAKSE COCA-COLA PLAZA'S. PARIMAD FOTOD AVALDATAKSE 2014. AASTA VAIMUPUU KALENDRIS.

VAIMUPUU JA COCA-COLA PLAZA
ESITLEVAD: FOTOKONKURSS

„Elu nagu filmis“

NÕUDED PILTIDE ESITAMISEL KONKURSILE: • OSALEJA VÕIB SAATA KONKURSILE MITU FOTOT. • FOTOD PEAVAD OLEMA DIGITAALSEL KUJUL JA JPEG (JPG) FORMAADIS. VÕISTLUSTÖID OOTAME E-POSTI AADRESSIL FOTOKONKURSS@VAIMUPUU.EE HILJEMALT 1. NOVEMBRIKS 2013.

LISAKÜSIMUSI VÕIB SAATA E-POSTI AADRESSIL TOIMETUS@VAIMUPUU.EE.

FOTOLE LISAKS ON VAJA MÄRKIDA: • FOTO PEALKIRI • MISSUGUSE FILMIGA SEOTUD • ORGANISATSIOONI NIMI • AUTORI NIMI JA VANUS
KINNITUS, ET FOTO ON ENDA TEHTUD. KÕIKI KONKURSILE ESITATUD FOTOSID ON KORRALDAJAIL ÕIGUS KASUTADA ERINEVATE TRÜKISTE ILLUSTREERIMISEL.



Ingrid Buht, "Vahtra"
tugikeskuse klient.