



## Kuukiri

Juuni 2025

[Loe uudiskirja veebis.](#)

### Kuldse Liiga ajalooline aastakoosolek

Meie ühingu rohkem kui tosina aasta pikkuse ajaloo jooksul pole varem olnud sellist aastakoosolekut, kus oleks otsustatud nii suur muutusi ühingu juhtimises ja töö korralduses. Liikmete arv on kasvanud märkimisväärselt – 22ni, sest viimaste nädalate jooksul said juhatuse heakskiidu veel neli ühingu liiget ning on teada, et liitumishuvilisi on veel. Oleme otsustanud mitte paisuda liikmeskonnaga liiga suureks, jäädes eelkõige kompetentsikeskseks ühinguks, kuid kuna meie tegevussfäär on kujunenud väga laiakas ning ka tegevussuundi lisandub, ei ole meil vajalike teadmistega ja kõrge motivatsiooniga liikmeid veel liiga palju.

Ühingu liikmeskonna paremaks haldamiseks otsustas üldkoosolek esmakordselt ühingu ajaloos rakendada ühingus liikmemaksu aastamaksuna 30 eurot.

Koosolekul osales otse või volituste alusel 17 liiget. Meil on hea meel, et üks viimati liitunutest, Art-Peeter Roosve tõi meie ühingu vanusepiiri juba 30 eluaasta lähedale, mida on tarvis rõhutada, sest me ei tegutse vaid konkreetse vanusegrupi huvides vaid kogu ühiskonna sõbralikumaks ja sidusamaks muutmise nimel.

Ühingu töösse kaua panustanud liikmete tunnustamiseks otsustati luua ühingu auliikme staatus.

Majandusaasta aruanne oli eelnevalt kõigile liikmetele saadetud. Enne kinnitamist arutati meie traditsioonilisel teema, kuidas tagada puhverraha, et suudaksime ka mahukamaid projekte ette võtta. Arutati ka projektipõhise mittetulundusühingu raamatupidamise eripärade üle. Kokkuvõttes leiti, et kõik on majandusaastaga korras ning aruanne

kinnitati üksmeelselt. KÜSKI toetusel väljatöötatud ühingu arengustrateegia on töötanud tulemuslikult ning see kinnitati koos arengueesmärkidega samuti. Arengustrateegia leiab meie kodulehelt.

Konsensuslikult valiti ühingu uus juhatuse koosseis Heino Junolainen, Agu Laius, Krista Mullenok ja Merle Tammela. Seoses rahalise käibe ja projektide hulga kasvuga otsustati luua ühingu revidendi ametikoht ning selleks valiti Tarmo Prikk.

Peale koosolekut toimunud traditsiooniline piknik peeti seekord simmanina, sest esinema oli kutsutud muusik Sven Himma. Tantsimist korraldama kutsutud Eino Muruste sai inimesed hästi liikuma. Väga meeleolukas hooaja viimane Kuldse Liiga koosolek jäi kindlasti kõigile osalejatele meelde. Ühing on kujunenud väga elujõuliseks ning võib olla kindel, et uue juhatuse juhtimisel võivad avaneda meie ees täiesti uues horisondid.

Aimar Altosaar

## **Kogukondlik ennetus külamajade toel: inimkeskne lahendus vananevale Eestile**

Eesti rahvastik vananeb: aastaks 2040 moodustavad 65-aastased ja vanemad ligi kolmandiku elanikkonnast (Statistikaamet, 2021). Selle kõrval kasvab eakate toimetulekuraskuste ja hooldusvajaduse osakaal, mis seab tõsise surve tervishoiu- ja sotsiaalsüsteemile. Kui soovime säilitada süsteemide jätkusuutlikkust ning samas tagada vanemaealiste väärikuse ja heaolu, vajame selgeid, kodulähedasi ja ennetust toetavaid lahendusi.

Eesti külade ja väiksemate asulate taristusse on aastate jooksul investeeritud miljoneid eurosid – sh LEADER-programmide ja kohalike omavalitsuste toel. Paljud külamajad on soojad, ligipääsetavad ja tehniliselt varustatud, kuid seisavad tööpäeviti suure osa ajast kasutamata. Just nende hoonete potentsiaali rakendamine kogukondliku ennetustöö toetuseks võiks olla järgmine sisuline samm sotsiaalpoliitikas.

### **Kodulähedane lahendus: mobiilne päevakeskus**

Sotsiaaltöö ja rehabilitatsiooni eriala üliõpilasena Tartu Ülikooli Pärnu kolledžis olen välja töötanud kontseptsiooni mobiilsest päevakeskusest,

mis põhineks külamajade kasutamisel ennetusteenuse osutamiseks Otepää vallas. Teenus hõlmaks tegevusjuhendajat, kes liigub graafiku alusel erinevatesse kogukonnakeskustesse ning viib läbi mälutreeninguid, liikumisharjutusi, sotsiaalset suhtlust ja ennetavat nõustamist. Teenus ei asenda päevakeskuseid, vaid täiendab neid – just seal, kuhu inimesed muidu ei jõua ja maapiirkonnas neid veel ei olegi.

Ideed tutvustasin MTÜ Kuldne Liiga huvikaitsejuhile Agu Laiusele, kes omakorda on seda arutanud teiste valdkonnakaasastega. Tagasiside on olnud toetav – mõistetakse vajadust liikuvate, kogukonnakesksete teenuste järele ja nähakse selles võimalust tugevdada sotsiaalset sidusust ning toetada peresid.

### **Tõenduspõhine vajadus ja rahaline mõistlikkus**

WHO andmetel aitab sotsiaalne osalus vanemaealistel säilitada kognitiivseid võimeid, lükata edasi sõltuvust ja vähendada vaimse tervise probleeme (WHO, 2015). Harvard T.H. Chan School of Public Health'i uuringud kinnitavad, et regulaarne suhtlus ja aktiivsus vähendavad dementsuse riski kuni 30%. Eestis maksab hooldekodu teenus keskmiselt 1200–1500 eurot kuus (Sotsiaalministeerium, 2022). Kui kogukondlik ennetus lükkab edasi või isegi hoiab ära sellise teenuse vajaduse, on selle mõju süsteemile märkimisväärne.

Kodulähedane teenus toetab mitte ainult eakat inimest, vaid ka tema lähedasi. Paljud pered seisavad vastamisi keeruliste hooldusotsustega – mobiilne, kergesti ligipääsetav ja usaldusväärne teenus võib pakkuda leevendust ning taastada tasakaalu kodu ja töö vahel.

### **Häid praktikaid leidub juba**

Eestis on juba mitmeid näiteid, kus avalike teenuste pakkumisel on edukalt kaasatud kolmas sektor. Anija vallas on Kehra raudteejaama hoone usaldatud MTÜ-le, kes arendab seda kui kogukonnakeskust, muuseumi ja kultuuriõppe platvormi. Kuusalu vallas osutab MTÜ Hoolela erihoolekandeteenuseid intellektipuudega inimestele – professionaalselt ja kogukonnaga lõimitult.

Lisaks neile on sotsiaalvaldkonnas toimivaid koostöövorme näiteks Põlva vallas, kus MTÜ Pesa pakub perenõustamist ja lapsehoiuteenust kohaliku omavalitsuse toel, ning Viljandi linnas, kus SA Viljandi Haigla koostöös kogukonnaga on loonud koduõenduse tugivõrgustiku. Need näited

kinnitavad, et usaldus kolmanda sektori ja KOV-i vahel võib viia kvaliteetsete ja paindlike teenusteni.

### **Kuidas edasi?**

Mobiilse päevakeskuse kontseptsiooni elluviimiseks on vaja kolme tugevat sammast:

**Pilootrahastus** – riiklik või regionaalne toetus, et võimaldada tegevusjuhendaja koormusega töö alustamine vähemalt ühes vallas;

**Õiguslik tunnustamine** – kogukondlik ennetus võiks olla eraldi toetatav tegevus sotsiaalhoolekande seaduses või sotsiaalteenuste arengukavades;

**Struktuurne kaardistus** – külamajade kasutatavuse, seisukorra ja teenuseosutamise võimekuse andmestik, mis võimaldaks planeerida nutikalt ja vajaduspõhiselt.

### **Lõpetuseks: usaldus kui edutegur**

Kogukondlik ennetus ei nõua suuri uusi investeeringuid, vaid mõtteviisi muutust: usaldada kogukondi, kasutada olemasolevat ja väärtustada kodulähedust. Külamajad on olemas. Kogukonnad on valmis. Spetsialistid ootavad võimalust panustada. Vajame koostööd ja julgust toetada innovatsiooni, mis on juurdunud kogukonnas.

Otepää vald sobiks ideaalselt selle idee testimiseks. Kui näeme, et see töötab, võiks see laieneda ka teistesse piirkondadesse. Küsimus ei ole enam ainult vajaduses, vaid valmisolekus – ja see valmisolek on olemas.

Anneli Uffert,

Tartu Ülikooli Pärnu kolledži sotsiaaltöö ja rehabilitatsiooni eriala üliõpilane

---

## **Riigikogu konverentsisaalis leidis aset vanemaealiste vägivalda teadvustamise teemaline konverents**

17. juunil leidis aset Riigikogus konverents „Kuidas tagada vanemaealistele vääriline hoolitsus. Hooldekodude ja koduse olemise ohutus – kliendile ja toetajatele“, mille raames tähistati ka 15. juuni eakatevastase vägivalda teadvustamise päeva. Päeva modereeris Krista

Mulenok, MTÜ Kuldne Liiga juhatuse liige, vanemaealiste huvikaitsevõrgustiku koordinaator ja rahvusvahelise suuna juht. Fookuses oli vanemaealiste vastase vägivalla ennetamine ning hoolekandesüsteemi üldine tugevdamine. Konverentsi korraldasid MTÜ Naiste Tugi- ja Teabekeskus, MTÜ Pärnu Naiste Tugikeskus ja Pihlakodu AS.

Konverentsi avas Pärnu Naiste Tugikeskuse juhataja Margo Orupõld, rõhutas vajadust süsteemsete lahenduste järele vanemaealiste turvalisuse ja väarika kohtlemise tagamisel. Ettekannetega esinesid Diana Ingerainen – Riigikogu liige ja perearst, andis meditsiinilise vaate vägivallale lähedaste ringis, Margo Orupõld – Pärnu Naiste Tugikeskuse juhataja, käsitles vägivalla äratundmise keerukust, Mariana Saksniit – kliiniline lapsepsühholoog, tõi esile institutsionaalse vägivalla ja hooletusse jätmise ohud, Janika Luus – Iru Hooldekodu direktor, tutvustas hoolekandeesutuste vaadet, Karin Talviste – riigiprokurör, käsitles seadusandlikku tuge vägivallajuhtumite korral ja Andres Anvelt – julgeolekuekspert, keskendus konfidentsiaalsuse ja sekkumiskohustuse tasakaalule. Esines ka Barbara Haage, kes aitas mõtestada, millised on tänased kõige põletavamad kitsaskohad eakate heaolu ja turvalisuse tagamisel – ning miks on ka häid ideid sageli keeruline teostada. Ta kutsus kuulajaid kaasa mõtlema: milline võiks olla tuleviku hooldekodu, kuhu eakad oleksid vajadusel nõus meelsasti minema?

Arutelus leiti, et vajadus on rohkema teabe ja järjepideva hooldekodu personali koolitamise järele, mis aitaks kaasa vägivallaaktide ärahoidmisele ja sellele viitavaid märke paremini varases staadiumis märgata, korrektelt olukorras reageerida ning olla teadlik tegevustest, mis on selliste juhtumite puhul vajalikud.

Osalejatel oli võimalus panustada käitumisjuhise „MÄRKA – TEAVITA – TEGUTSE“ sisulisse täiendamisse, et kujundada sellest praktiline ja rakendatav töövahend kõigile hoolekandeesutustele. Vanemaealiste probleeme ei saa ükski asjaomane tasand eirata. Iga vanuserühm on on ühiskonnas oluline ja väärib väärikat kohtlemist ning hoolimist. Konverentsilt kogutud teabe põhjal jätkatakse tööd lahenduste leidmiseks vanemaealiste lähisuhtevägivalla ennetamiseks ja vähendamiseks.

Krista Mulenok, MTÜ Kuldne Liiga juhatuse liige, vanemaealiste huvikaitsevõrgustiku koordinaator ja rahvusvahelise suuna juht

## **Tee heategu ja toeta Kuldset Liigat annetusega, tee püsiannetus pangas!**

Kuldne Liiga vajab oma tegevuse hoogustamiseks ja vanemaealiste huvikaitseks toetajate annetusi.

Annetuse saab teha MTÜ Kuldne Liiga pangakontole EE697700771000924787, selgituseks: Annetus.

Sinu annetus aitab Kuldsel Liigal saavutada, et Eesti oleks vanusesõbralik.

MTÜ Kuldne Liiga on kantud [Vabariigi Valitsuse tulumaksusoodustusega mittetulundusühingute, sihtasutuste ja usuliste ühenduste nimekirja](#) ning ühingule tehtavad annetused on tulumaksuvabad.

MTÜ Kuldne Liiga uudiskiri. Rohkem infot: [www.liiga.ee](http://www.liiga.ee)  
Antud postiloend töötab vaid uudiskirja edastamiseks.

Uudiskirja sisule reageerimiseks saada kiri: [info@liiga.ee](mailto:info@liiga.ee)  
Uudiskirja listiga liitumiseks või lahkumiseks saada kiri: [nova@liiga.ee](mailto:nova@liiga.ee)