



Kuukiri

August 2026

[Vaata kuukirjasid veebis](#)

Nähtamatu vanainimene

Meie ümber on inimesi, keda me iga päev märkame ja samas ei näe. Vana inimene, hallide juuste ja aeglase sammuga, liigub samas linnas ja samadel tänavatel, kuid sageli justkui varjuna. Ta ei küsi abi, mitte sellepärast, et tal seda vaja ei oleks, vaid ta ei taha tüli teha. Rehmas käega ja tuleb ise vaikides toime. Kas meie kiire elu vabastab meid märkamisest või on just see hetk, kus meie kohustus algab?

Tänaval astume neist mööda, ühistranspordis surume end kitsastest uustest esimesena läbi. Vanainimene jääb taha, sageli seisma, vahel kohmetult käega viibates, aga enamasti vaikides. Meie kiirustame õigustatult, sest meil on tähtis koosolek, kiire koolipäev, või lihtsalt soov kiiremini kohale jõuda. Aga kelle arvelt see kiirus tuleb?

Ühiskond tervikuna on suunatud pigem noorele ja võimekale. Räägime küll, et eakad on väärtus, traditsioonide ja kogemuste kandjad, aga kas me nende sõnade järgi käitume?. Tegelikult surume vanemad inimesed kõrvale. Näiteks töövestlustel, olgem ausad, 50+ enam nii atraktiivne ei ole. Esmatasandi meditsiinis saab eakas sageli oma tervisemurele vastuse: „See on ealine iseärasus“, aga leevendus või ravi? Vanadus muutub millekski, mida pigem vaikimisi tahaplaanile surutakse.

Viimasel ajal kõlapinda tekitanud eakate juhtimisõiguste piiramine. Tunnistagem, et kui mõni auto juhtub meie ees sõidab liiga aeglaselt, siis muutume tignedaks: „keegi pargib siin keset sõiduteed“ Jah, aeglasem reageerimiskiirus on sageli õnnetuste põhjustaja. Aga siiski, kas meie, nooremad, peame kogu aeg kiirustama ja vähemalt lubatust 4km/h

kiiremini sõitma. Kannatlikkuse asemel näitame hambaid, sest normiks on kiirus ja jõud.

Probleemide ring on laiemgi. Eakate vaesus ja üksildus on kasvav mure. Paljud elavad väikese pensioniga, mis ei kata kõiki vajadusi, rääkimata rõõmudest. Mõelge korra, kuhu saab eakas minna, et oma päeva vaheldusrikkamaks muuta.

Riigiteenuste kasutamine eeldab süsteemi tundmist ja digipädevust. Kaubanduses soodustuste saamiseks peab olema äpp ja ennast iseteenindama. See ei ole tänastele eakatele iseenesestmõistetav oskus. Me räägime moodsast “hoolivast ühiskonnast”, aga kas me ka tegelikult hoolime. Millal viimati võtsid aega, et rahulikult, ilma kiirustamata, oma lähedast külastada ja teda päriselt kuulata. Vaata, mis tal külmkapis on, kas ta vajab abi toidutoomisel.

"Nähtamatu vanainimene" on meie ühiskonna peegel ja meie endi looming. Küsimus ei ole ainult selles, kuidas riik eakatega toime tuleb, vaid meie endi otsus: kas me näeme või ei näe. Ühistranspordis istekoha pakkumine, vestluseks võetud aeg, abikäsi võib muuta nähtamatu taas nähtavaks. Inimväärikus ei kao vanusega. Ja võib-olla on aeg endalt küsida: kas me tahame elada maailmas, kus aeglane samm jääb jalgu, või maailmas, kus iga samm, ka kõige aeglasem, loeb?

Kersti Peterson, MTÜ Kuldne Liiga liige

Vanemaealised on koormaks. Müüdid ja tegelikkus.

Vanemaealiste inimeste kohta on laialt käibel hulk üldistusi (stereotüüpe), mis parimal juhul üldistavad tegelikkust liigselt või on lausa eksitavad. Mõtiskleme nende müütide üle.

Aeglaste taipamisega, õppimisvõimetud

Tõsi, vanusega võib info töötlemise kiirus veidi väheneda, kuid see ei tähenda kehvemat mõtlemist. Paljud kognitiivsed võimekused – ümbritsevast tegelikust maailmast vaimse pildi loomine -on paljudel vanematel inimestel paremngi, kui noortel.

Oleme kuulnud, et „vanemad inimesed on nagu lapsed“, „lähevad vanaduses segi“. Jah, aga kui inimesel tekivad sellised kognitiivse võimekuse häired, siis ei tulene see mitte vanusest, vaid haigusest.

Tegelikult paljud kognitiivsed võimed, näiteks sõnavara, kogemuspõhine otsustamine, süsteemne mõtlemine, vanuse kasvades isegi paranevad.

Ka õppimisvõime säilib kogu elu, muutuvad aga õppimisviisid. Vanemad inimesed suudavad õppida rohkem seostamise ja vähem „pähe tuupimise“ kaudu. Mainiksin siinkohal kasvõi Eesti erinevates linnades ja valdades tegutsevaid vääriakte ülikoole, kuhu vaatamata suurtele saalidele tihti kõik soovijad ei mahu.

On selge, et antud üldistus ei vasta tõele.

Ei valda piisavalt võõrkeeli

Tõsi, suur osa praeguste vanemaealiste inimeste elust toimus suletud nõukogude korra tingimustes, kus võõrkeelte õppimist ei tähtsustatud ja õpetamise tase oli nigel.

Samas on paljud 55+ vanuses inimesed taasiseseisvumise järgselt õppinud ära inglise keele, mõned mitu keelt, sest vajasid seda muutunud töökeskkonna tõttu. Tean inimesi, kes alles pensionieas on asunud õppima uut võõrkeelt.

Oluliselt motiveeris keeleõpet avanenud võimalus reisida. Kui vaatame reisifirmade poolt pakutavate reise seltskondi, siis seal on ennekõike vanemad inimesed (noored reisivad omal käel) ja enamasti kõik suudavad suhelda inglise keeles.

Järeldub, et keeleõpe ei ole sugugi vanusega välistatud. Küll aga on erinevad õppimise tempo ja meetodid.

Temasse pole enam mõtet investeerida

Töökollektiivides kuuleme tihti, et saadame koolitusele nooremaid. Miks peaksime koolitusele saatma vanema töötaja, ta läheb niikuinii varsti pensionile?

Seda suhtumist tajuvad töötajad juba alates vanusest 55+. Kui aga pisut mõtleme, siis näeme, et sellest vanuses inimesed töötavad veel 15 – 20 aastat. Kolmandik Eesti 65 – 69, 15% 70 - 74 aastastest inimestest jätkab töötamist. Kui neid töötajaid enam mitte koolitada, siis nii töötaja kui ka ettevõtte areng peatub. Ja selline hoiak on sel juhul ju iseenesest täituv – kui ei võimaldata koolitust, siis areng peatub.

Kui mainida ka „osavalt“ koostatud töökuulutusi („meie nooruslik kollektiiv“, „dünaamiline ja energiline kollektiiv“ jt, siis avaldub hoopis vanemaealiste inimeste varjatud tõrjumine.

Uuenduste vastased

Sellesse üldistusse süvenedes näeme, et enamasti on tegemist vanema ja elukogenud inimese kriitilise mõtlemisega. Hinnatakse, kas uuendus on ikka päriselt kasulik või on uuendus uuenduse pärast. Nii soovitakse süvenemise kaudu pigem vältida halbu otsuseid.

Kui muutust hästi selgitada ja selle vajalikkust põhjendada, siis inimesed kohanevad sellega kiiresti.

Sageli haiged

Krooniliste haiguste risk tõesti suureneb vanuse kasvades. Seda teades ja sellega arvestades ei piira need haigused inimeste töötamise võimet. Samas on vanemad inimesed oluliselt terviseteadlikumad. Nad on aktiivsed, liikuvad, tervislikult toituvad ja tervisliku elustiiliga, sotsiaalselt aktiivsed. Just elustiil mõjutab tervist rohkem, kui vanus.

Ka Tervisearengu Instituudi analüüsid ja statistilised näitajad seda müüti ei kinnita. Tervisetrendid näitavad, et inimeste tervis aasta-aastalt paraneb. 2024. aastal oli Eesti elanike oodatav eluiga 79,5 aastat, mis on kolmekümne aastaga kasvanud 13 aastat.

Digivõimetud

Seda müüti levitatakse hoogsalt. Tõsi, vanemaealiste digioskused jäävad maha noorematest. Aga mis on põhjus, mis tagajärg?

Kui süveneda Eesti e-riiki, siis näeme, et enamasti me kõik kasutame ID-kaarti, e-panka, e-tervise teenuseid, riigiportaali, digiteenuseid riigis ja omavalitsustes, e-müügikeskkondi jne. Kui lähtuda, et 65+ vanuses inimesed (21% elanikest) on digivõimetud, siis oleks meie e-riik ammu läbi kukkunud.

Probleemid on mujal. Puudub vanematele inimestele sobiv (rahulik tempo, praktiline) ja nendeni jõudev digilahenduste koolitus. Tihti on vastav digisüsteem halvasti disainitud, ei lisata kasutamise juhendit. Digilahenduste väljatöötamisel ei konsulteerita vanemaealiste sihtrühmaga, ei kaasata neid testimisse. Nii ei olegi lahendused tihti vanemaealistele inimestele erinevatel põhjustel sobilikud.

Vanemaealised on ühtne rühm

Oleme jõudnud kõige ohtlikuma levitatava müüdini, kui ühe inimese juhtum või probleem üldistatakse kõigile sellesse vanuserühma kuuluvatele inimestele ja nõutakse piiranguid kõigile. Lisaks eespool toodutele on näiteid veel küllaga.

Tegelikult nagu kõiki inimesed, nii ka vanemaealised on väga erineva tervisega, omavad erinevat haridustaset, on erinevate oskustega, nende

elustiilid erinevad. Seetõttu ei olegi võimalik ega tohi teha vanusest tulenevaid üldistusi ühegi eagrupi kohta. Vanus on **üks nõrgemaid inimese kohta järelduste tegemise aluseid**.

Vanemaealised ei ole ühiskonnale koormaks – nad on **sotsiaalse sidususe kandjad**. Rakendagem seda ressurssi!

Agu Laius,

MTÜ Kuldne Liiga juhatuse liige, huvikaitsejuht

Väärtuslik karjääripööre. Rahvusvaheline töökoht. Tugevam Eesti eksport

Sul on aastatepikkune töökogemus, teadmised ja oskused. Nüüd on võimalus anda neile uus rahvusvaheline väärtus.

Tasuta infotund 4. septembril kell 14. Loe lähemalt ja registreeru:

<https://app.visionest.institute/et/go/grow-global-careers>

Eesti ettevõtted vajavad kasvuks ekspordi, aga ekspordimüügi kogemusega inimesi on tööturul vähe. Sinu pikk töökogemus, inglise keel ja rahvusvaheline taust on täpselt see, mida uue turu avamine nõuab. Vanus ei ole selles rollis takistus, vaid eelis: ekspordimüügis loevad usaldusväärsus, suhtlemisoskus ja oskus keerulisi läbirääkimisi vedada. Programmi lõpuks oled välja koolitatud, mentordatud ja seotud konkreetse ettevõttega, kes sind vajab.

Programm on mõeldud inimestele, kes soovivad:

- teha teadlikku karjääripööret
- naasta tööturule
- kasutada oma senist töökogemust uues rahvusvahelises rollis
- alustada või jätkata karjääri ekspordi ja rahvusvahelise müügi valdkonnas
- arendada kaasaegseid müügi-, ekspordi-, digitaalseid ja AI-põhiseid oskusi
- leida uusi töö- või ettevõtlusvõimalusi

Rain Resmelt Uusen

turunduspartner/CMO

Visionest Institute

Whatsapp: +3725184164

Tule põlvkondadega koos sumisema!

Kas sinu organisatsioonis liiguvad kogemused, teadmised ja uued vaated põlvkondade vahel – või kipuvad need jääma omaette „kärgedesse“?

„Põlvkonnad koos sumisema“ ei ole seminar, kus lihtsalt kuulatakse. See on koht, kus **kohtutakse, mõeldakse, arutletakse ja õpitakse üksteiselt**. Võtame luubi alla põlvkondadega seotud teemad, väljakutsed, jagame päriselu kogemusi ning otsime koos lahendusi, kuidas muuta põlvkondade erinevused organisatsiooni tugevuseks.

Hästi toimivas mesitarus ei tee kõik sama tööd – **aga igaühe panus loeb ja väärtus sünnib koostööst**.

Tule kaasa mõtlema, kogemusi jagama ja uusi vaatenurki leidma – paneme põlvkonnad koos sumisema!

15.09.26 PÄRNU – TÜ Pärnu Kolledž, Ringi 35, Pärnu

22.09.26 TARTU – Tartu Rakenduslik Kolledž (VOCO), Kopli 1, Tartu

29.09.26 KURESSAARE – Kuressaare Kultuurikeskus, Tallinna 6, Kuressaare

15.10.26 JÕHVI – Jõhvi Vallavalitsuse saal, Kooli 2, Jõhvi

20.10.26 TALLINN – Tallinna Tervishoiu Kõrgkool, Kännu 67, Tallinn

Registreeru suminarile [SIIN](#).

The poster features the logos of PARE and KULDNE LIIGA at the top. The main title 'PÕLVKONNAD KOOS SUMISEMA' is prominently displayed in large, bold letters. Below the title, a quote asks 'Kuidas hoida organisatsiooni kogemust ja panna eri põlvkonnad koos tulemust looma?'. A list of dates and locations for the events is provided: 15. september - Pärnu, 22. september - Tartu, 29. september - Kuressaare, 15. oktoober - Jõhvi, and 20. oktoober - Tallinn. The participation fee is listed as 75 EUR, which includes a welcome drink and a seminar material. A registration deadline of 'AVATUD!' is noted. A call to action encourages participants to 'Tule kaasa mõtlema, arutlema ja lahendusi otsima!'. A graphic of bees on a honeycomb is used as a background element, with a text box stating that the events are for managers, team leaders, and those interested in developing their team.

pare | **KULDNE LIIGA**
Jagatud kogemus ühendab inimesi

PÕLVKONNAD KOOS SUMISEMA

“Kuidas hoida organisatsiooni kogemust ja panna eri põlvkonnad koos tulemust looma?”

TOIMUMISE AJAD JA KÖHAD

- 15. september – Pärnu
- 22. september – Tartu
- 29. september – Kuressaare
- 15. oktoober – Jõhvi
- 20. oktoober – Tallinn

OSALEMISTASU 75 EUR
sisaldab kohvipausi ja ühel seminaril osalemist

Registreerimine **AVATUD!**

Tule kaasa mõtlema, arutlema ja lahendusi otsima!

ARUTELUD TEGEVJUHIDELE, PERSONALI- JA ARENDUSJUHTIDELE

TÄHENDUSLIKUD SUHTED TÖÖKOHAL, SISULINE KOOSTÖÖ JA TÖÖTAJA ARENGUT TOETAV TÖÖKESKKOND.

MTÜ Kuldne Liiga ja PARE

Toeta, palun, Kuldse Liiga tegevust ja tee annetus MTÜ Kuldne Liiga pangakontole EE697700771000924787, selgituseks: Annetus.

Annetusi kogume kuukirja avaldamise jätkamiseks ja Kuldse Liiga 2027. aasta aastakonverentsi korraldamiseks aprillis 2027.

Annetada saab ka tulumaksudeklaratsiooni esitades, kui märkida seal Kuldne Liiga tagastatava tulumaksu osas annetust saavaks ühinguks.

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

