

Eesti Töötukassa

Sotsiaalkindlustusamet

Töövõime hindamise/puude raskusastme tuvastamise taotlus

Töövõimetoetuse taotlus

Puudega tööealise inimese sotsiaaltoetuse taotlus

Sisukord

TÖÖVÕIME HINDAMISE / PUUDE RASKUSASTME TUVASTAMISE TAOTLUSE VORM	5
I ÜLDOSA	5
1.1. Taotleja andmed	5
1.2. Töövõime hindamise otsuse kättesaamise viis	9
1.3. Puude raskusastme tuvastamise otsuse kättesaamise viis	10
1.4. Arstid ja teised spetsialistid	11
1.5. Taotleja haridus	14
1.6. Taotleja töötamine	16
II TÖÖVÕIMET VÄLISTAVAD SEISUNDID	17
2.1. Kas Teil esineb / on diagnoositud mõni järgnevalt loetletud seisunditest?	17
2.2. Kui märkisite punktis 2.1 välistava seisundi vastuseks JAH ja ei soovi taotlusvormi edasi täita, allkirjastage taotlusvorm.	18
III TÖÖKOGEMUS	19
3.1. Taotleja töökogemus	19
3.2. Töötav taotleja	20
3.3. Mittetöötav taotleja	22

IV ABIVAHENDID, KÕRVALABI, REHABILITATSIOON JA MUUD TEENUSED	23
V KEHALINE JA VAIMNE VÕIMEKUS	28
1. Liikumine	30
2. Käeline tegevus	36
3. Suhtlemine: nägemine, kuulmine ja kõnelemine	41
4. Teadvusel püsimine ja enesehooldus	46
5. Õppimine ja tegevuste elluviimine	51
6. Muutustega kohanemine ja ohu tajumine	56
7. Inimestevaheline lävimine ja suhted	61
8. Alkoholi, narkootiliste, psühhotroopsete ja teiste sõltuvust tekitavate ainete ning ravimite mõju	64
9. Muud tervisehäired	66
10. Täiendav info	67
TÖÖVÕIMETOETUSE TAOTLUS	69
PUUDEGA TÖÖEALISE INIMESE SOTSIAALTOETUSE TAOTLUS	78

TÖÖVÕIME HINDAMISE / PUUDE RASKUSASTME TUVASTAMISE TAOTLUSE VORM

Palun märkige kõikide valikuga vastuste puhul sobiv variant X-ga.

I ÜLDOSA

1.1. TAOTLEJA ANDMED

Eesnimi:	Perekonnanimi:
Isikukood: _____	
Juhul, kui Eesti isikukood puudub, märkige palun sünniaeg: ____ . ____ . _____ ja sugu: <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> N	
E-posti aadress:	
Telefon:	
Kui Teil on püsiv kõne- või kuulmisraskus, mille tõttu ei saa telefoni teel suhelda, palun täpsustage kuidas, või kelle vahendusel on võimalik Teiega kontakti võtta:	
Postiaadress:	

Eestis elaval Eesti kodanikul või Eestis elamisloa või elamisõiguse alusel elaval välismaalasel, **kelle elukoht on mitmes riigis**, on õigus töövõime hindamisele ja töövõimetoetusele, kui ta on resident tulumaksuseaduse § 6 lõike 1 tähenduses või kui ta elab Eestis püsivalt välismaalaste seaduse tähenduses.

Kui Teie **elukoht on mitmes riigis**, siis kinnitage palun:

Minu elukoht on mitmes riigis	JAH	EI
Kui vastasite “jah”, siis palun vastake edasi ka alljärgnevatele küsimustele	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Olen Eesti resident tulumaksuseaduse tähenduses, st olen Maksu-ja Tolliametis registreeritud Eesti residendina või minu elukoht on Eestis või ma viibin Eestis 12 järjestikuse kalendrikuu jooksul vähemalt 183 päeval.	JAH	EI
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Elan Eestis püsivalt välismaalase seaduse tähenduses.	JAH	EI
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Palun esitage andmed Eestis elamise perioodi kohta.		
.....		
.....		

Juhul, kui elate/töötate või olete elanud/töötanud välismaal, siis märkige välisriik, kus Te elate/töötate või elasite/töötasite

Riik	Periood

TAOTLEJA ESINDAJA ANDMED

Kui taotleja teovõime on piiratud või ta on vanuses 16–18 aastat või ta on määranud volikirja alusel teise isiku enda eest toiminguid sooritama, siis märkige palun lapsevanema, eestkostja või volitatud esindaja andmed.

Eestkostja/lapsevanem

Volitatud esindaja

Eesnimi/Nimi:	Perekonnanimi:
Isikukood/Registreerimisnumber: ____ _	
E-posti aadress:	
Telefon:	
Aadress:	

Kui taotleja esindaja on juriidiline isik, siis märkige palun juriidilise isiku volitatud esindaja andmed.

Eesnimi:	Perekonnanimi:
Isikukood: ____ _	
E-posti aadress:	
Telefon:	
Aadress:	

Kui taotleja või taotleja esindaja eest täitis käesoleva küsimustiku keegi teine, siis märkige palun küsimustiku täitja andmed.

- Töötukassa töötaja
- Sotsiaalkindlustusameti töötaja
- Perekonnaliige
- Lähedane inimene
- Sotsiaaltöötaja
- Muu, täpsustage:

Eesnimi:	Perekonnanimi:
E-posti aadress:	
Telefon:	

Palun põhjendage, miks Te täidate küsimustiku taotleja või tema esindaja eest.

.....

.....

.....

TAOTLEN:

<input type="checkbox"/>	Töövõime hindamist
<input type="checkbox"/>	puude raskusastme tuvastamist
<input type="checkbox"/>	töövõime hindamist teiste seaduste alusel:

1.2. TÖÖVÕIME HINDAMISE OTSUSE KÄTTESAAMISE VIIS

TÖÖVÕIME HINDAMISE OTSUS VÄLJASTADA

Taotlejale Eestkostjale/lapsevanemale

Volitatud esindajale

Palun märkige võimalike kättesaamisviiside loetelust
ainult üks variant X-ga.

E-postiga (e-kirja manuses oleva DigiDoc-vormingus dokumendi avamiseks peab Teie arvutis olema DigiDoc tarkvara, PDF-vormingus dokumendi avamiseks Acrobat Reader vms tarkvara)

Tähtkirjaga
(tähtkiri väljastatakse elukohas või elukohajärgses postkontoris)

Töötukassa esindusest
Soovin eelteavitust, et otsusele võib järele tulla:

e-kirjaga **telefoni teel**

Olenemata tehtud valikust on töövõime hindamise otsus Teile alati kättesaadav ka Eesti Töötukassa iseteenindusportaalist www.tootukassa.ee.

Millisesse töötukassa esindusse soovite probleemide ja küsimuste korral pöörduda?

.....

1.3. PUUDE RASKUSASTME TUVASTAMISE OTSUSE KÄTTESAAMISE VIIS

SOOVIN PUUDE RASKUSASTME TUVASTAMISE OTSUSE KÄTTE SAADA

Palun märkige võimalike kättesaamisviiside loetelust **ainult üks** variant X-ga:

- | | |
|--------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> | E-postiga ¹ (e-kirja manuses oleva pdf-vormingus dokumendi avamiseks on vajalik Acrobat Reader vms tarkvara) |
| <input type="checkbox"/> | E-postiga krüpteeritult (e-kirja manuses olev dokument on krüpteeritud ja selle avamiseks on vajalik ID-kaart, ID-kaardi lugeja ning DigiDoc tarkvara, samuti Acrobat Reader vms tarkvara pdf-vormingus dokumendi avamiseks) |
| <input type="checkbox"/> | Lihtkirjaga taotlusel märgitud elukoha aadressil ² (lihtkiri saadetakse Teile postkasti) |
| <input type="checkbox"/> | Tähtkirjaga taotlusel märgitud elukoha aadressil (tähtkiri väljastatakse elukohas või elukohajärgses postkontoris) |
| <input type="checkbox"/> | Sotsiaalkindlustusameti klienditeenindusest soovin eelteavitust, et otsusele võib järele tulla:
e-kirjaga <input type="checkbox"/> või telefoni teel <input type="checkbox"/> |

¹ *Krüpteerimata dokument edastatakse Teile avatud kujul, mis tähendab, et igaüks, kel on ligipääs Teie e-posti aadressile, saab Teie dokumendi sisuga tutvuda. Sotsiaalkindlustusamet ei saa tagada Teile edastatavate andmete turvalisust ja konfidentsiaalsust.*

² *Lihtkirjaga saatmise korral ei saa Sotsiaalkindlustusamet tagada Teile edastatavate andmete kohale jõudmist.*

1.4. ARSTID JA TEISED SPETSIALISTID

Kui taotlete töövõime hindamist, peate olema kuue kuu jooksul enne töövõime hindamise taotluse esitamist käinud perearsti, Teid põhiliselt raviva eriarsti või töötervishoiuarsti vastuvõtul.

Kas olete käinud viimase kuue kuu jooksul perearsti, Teid põhiliselt raviva eriarsti või töötervishoiuarsti vastuvõtul?

JAH EI

Kui Te ei ole käinud viimase kuue kuu jooksul Eestis arsti juures, kuid olete seda teinud mujal, kirjutage palun riik, kust on võimalik Teie terviseandmeid pärida:

.....

1.4.1. Nimetage arstid, kellel on andmed Teie töövõime/puude raskusastme hindamiseks oluliste tervisehäirete kohta.

Märkige siia ainult need arstid, kes on Teid viimasel ajal ravinud või kes on Teie püsiva/pikaajalise terviseseisundi ja haiguse diagnoosi viimati kinnitanud.

Ekspertiisi teostaval tervishoiuteenuse osutajal/ Sotsiaalkindlustusameti arstiõppe läbinud isikul ei ole kohustust võtta ühendust Teie poolt nimetatud arstidega, kuid vajaduse korral võib ta nendega Teie terviseandmeid täpsustada.

Märkige tabelisse arsti nimi ja muud Teile teadaolevad andmed.

Vähemalt ühe arsti nimetamine on kohustuslik.

ARST	
Ees- ja perekonnanimi	
Eriala	
Asutus	
Kontaktandmed (nt telefon või e-post)	
Viimane arstile pöördumise aeg (aasta, kuu)	
ARST	
Ees- ja perekonnanimi	
Eriala	
Asutus	
Viimane arstile pöördumise aeg (aasta, kuu)	
Viimane arstile pöördumise aeg (aasta, kuu)	
ARST	
Ees- ja perekonnanimi	
Eriala	
Asutus	
Kontaktandmed (nt telefon või e-post)	
Viimane arstile pöördumise aeg (aasta, kuu)	
ARST	
Ees- ja perekonnanimi	
Eriala	
Asutus	
Kontaktandmed (nt telefon või e-post)	
Viimane arstile pöördumise aeg (aasta, kuu)	

1.4.2. Soovi korral esitage nende spetsialistide kontaktandmed, kes saaksid töövõime/puude raskusastme hindamiseks Teie kohta lisaandmeid anda.

Ekspertiisi teostaval tervishoiuteenuse osutajal/
Sotsiaalkindlustusameti arstiõppe läbinud isikul ei ole kohustust võtta ühendust Teie poolt nimetatud spetsialistidega, kuid vajaduse korral võib ta nende käest küsida lisaandmeid Teie töövõime hindamiseks/puude raskusastme tuvastamiseks.

Märkige tabelisse spetsialisti nimi ja muud Teile teadaolevad andmed.

SOTSIAALTÖÖTAJA	
Ees- ja perekonnanimi	
Asutus	
Kontaktandmed (nt telefon või e-post)	
PSÜHHOLOOG	
Ees- ja perekonnanimi	
Asutus	
Kontaktandmed (nt telefon või e-post)	
SOTSIAALTEENUSE OSUTAJA (sh tugiisik, erihoolekandeteenuse või rehabilitatsiooniteenuse osutaja)	
Ees- ja perekonnanimi	
Asutus	
Kontaktandmed (nt telefon või e-post)	
MUU (nt füsioterapeut, tegevusterapeut, eripedagoog, logopeed)	
Ees- ja perekonnanimi	
Asutus	
Kontaktandmed (nt telefon või e-post)	

1.5. TAOTLEJA HARIDUS

Milline on Teie omandatud kõrgeim haridustase?

<input type="checkbox"/>	Puudub algharidus
<input type="checkbox"/>	Algharidus
<input type="checkbox"/>	Põhiharidus
<input type="checkbox"/>	Kutseharidus põhihariduseta
<input type="checkbox"/>	Põhiharidus kutseharidusega
<input type="checkbox"/>	Kutsekeskharidus põhikooli baasil
<input type="checkbox"/>	Üldkeskharidus
<input type="checkbox"/>	Kutseharidus põhikooli baasil
<input type="checkbox"/>	Keskeriharidus
<input type="checkbox"/>	Rakenduskõrgharidus (kutsekõrgharidus)
<input type="checkbox"/>	Bakalaureus
<input type="checkbox"/>	Magister
<input type="checkbox"/>	Doktor

Palun nimetage omandatud eriala(d):

.....

.....

.....

Kas Te praegu õpite?

JAH

EI

Juhul, kui Te õpite, siis millist haridustaset omandate?

<input type="checkbox"/>	Algharidus
<input type="checkbox"/>	Põhiharidus
<input type="checkbox"/>	Kutseharidus põhihariduseta
<input type="checkbox"/>	Põhiharidus kutseharidusega
<input type="checkbox"/>	Kutsekeskharidus põhikooli baasil
<input type="checkbox"/>	Üldkeskharidus
<input type="checkbox"/>	Kutseharidus põhikooli baasil
<input type="checkbox"/>	Keskeriharidus
<input type="checkbox"/>	Rakenduskõrgharidus (kutsekõrgharidus)
<input type="checkbox"/>	Bakalaureus
<input type="checkbox"/>	Magister
<input type="checkbox"/>	Doktor

Palun nimetage omandamisel olev eriala:

.....

.....

.....

1.6. TAOTLEJA TÖÖTAMINE

Vastamisel arvestage kõiki töövorme (sh vabatahtlik töö jm).

Kas Te töötate?

JAH EI Ma pole kunagi töötanud

Kui Te ei tööta või pole kunagi töötanud, kirjutage
mittetöötamise põhjus:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

II TÖÖVÕIMET VÄLISTAVAD SEISUNDID

Järgnevalt loetletud seisundite korral menetletakse Teie taotlust lihtsustatud korras ja Te võite jätta ülejäänud küsimustiku täitmata. **Kui soovite lisaks töövõime hindamisele tuvastada ka puude raskusastet, tuleb täita kogu taotlus.**

Kui töövõimet välistav seisund ei leia ekspertiisi käigus kinnitust, palutakse Teil hiljem täita töövõime hindamise taotlus täismahus. Soovi korral võite taotluse kohe täismahus täita ka välistava seisundi olemasolul.

2.1. Kas Teil esineb / on diagnoositud mõni järgnevalt loetletud seisunditest?

JAH EI

- IV astme vähkkasvaja;
- dialüüsravi (neeruasendusravi);
- juhitud hingamine (kopsude kunstlik ventilatsioon ehk respiratoorravi haigla statsionaaris);
- väljakujunenud dementsus;
- raske või sügav vaimne alaareng;
- püsivalt voodihaige

Olen nõus, et minu / minu eestkostetava tervise infosüsteemis olevaid isikuandmeid töötlevad arstiõppe läbinud Eesti Töötukassa töötajad ning minu töövõime hindamise kaasatud tervishoiuteenuse osutajad.

Olen nõus, et töövõime hindamise taotluse menetlemisel teeb töötukassa töötaja tervise infosüsteemi päringu, et kontrollida viimase kuue kuu jooksul arsti vastuvõtul käimise nõude täitmist, arsti poolt andmete sisestamist tervise infosüsteemi, sh andmeid esitanud arsti ees- ja perekonnanime.

Olen nõus, et juhul, kui taotlen koos töövõime hindamisega puude raskusastme tuvastamist, töötlevad minu / minu eestkostetava tervise infosüsteemis olevaid isikuandmeid arstiõppe läbinud Sotsiaalkindlustusameti töötajad. Olen nõus, et juhul, kui taotlen koos töövõime hindamisega puude raskusastme tuvastamist, teeb Sotsiaalkindlustusameti töötaja tervise infosüsteemi päringu andmeid esitanud arsti ees- ja perekonnanime kohta.

Olen teadlik, et käesolev nõusolek laieneb ka tervise infosüsteemis olevatele isikuandmetele, millele juurdepääsu olen tervishoiuteenuse osutajatele keelanud.

Olen teadlik, et kui andmed töövõime hindamiseks on piisavad, teeb Eesti Töötukassa töövõime hindamise otsuse 30 tööpäeva jooksul. Kui hindamise käigus selgub, et tervise infosüsteemis andmed puuduvad või need on töövõime hindamiseks ebapiisavad, võib menetlusaeg pikeneda.

Olen teadlik, et samal ajal töövõime hindamise taotlusega saab esitada töövõime toetuse taotluse. Töövõimetoetust hakatakse maksma osalise või puuduva töövõimega inimesele taotluse esitamise päevast.

2.2. Kui märkisite punktis 2.1 välistava seisundi vastuseks JAH ja ei soovi taotlusvormi edasi täita, allkirjastage taotlusvorm.

(kuupäev)

(taotleja nimi ja allkiri)

(kuupäev)

(taotleja esindaja nimi ja allkiri)

III TÖÖKOGE M U S

3.1. TAOTLEJA TÖÖKOGE M U S

Palun nimetage oma viimase 5 aasta ametid ja töötatud aeg igas töökohas.

Amet või tööülesanne	Töötatud aeg

Kui mõni Teie töösuhe on lõppenud terviseprobleemide tõttu, palun täpsustage neid põhjuseid.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3.2. TÖÖTAV TAOTLEJA

1. Kas Teil on oma praeguses töös raskusi mõne tööülesande täitmisega tervises seisundi tõttu?

EI, saan praeguses töös täita kõiki oma tööülesandeid

JAH, mul on raskusi mõne ülesande täitmisega

JAH vastuse puhul kirjeldage palun tööülesandeid, mis on Teie tervises seisundi tõttu takistatud.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Kas Teie terviseseisund halveneb, kui jätkate töötamist oma praegusel töökohal?

JAH EI

JAH vastuse puhul täpsustage palun, mis põhjustab terviseseisundi halvenemist.

.....

.....

.....

.....

.....

3. Kas Teil on terviseseisundist tulenevate piirangute või takistuste tõttu probleeme töökaaslastega?

JAH EI

JAH vastuse puhul täpsustage palun terviseseisundist tulenevaid probleeme, mis tekivad töökaaslastega.

.....

.....

.....

.....

.....

3.3. MITTETÖÖTAV TAOTLEJA

Kas Teil on/oleks raskusi töötamisega?

JAH EI

Kui vastasite JAH, siis:

1) kirjeldage, millist tööd saaksite teha ja kui suure koormusega:

.....

.....

.....

.....

.....

2) kirjeldage tegevusi, mis on Teie tervises seisundi tõttu takistatud:

.....

.....

.....

.....

.....

IV ABIVAHENDID, KÕRVALABI, REHABILITATSIOON JA MUUD TEENUSED

Abivahendid

Kas Te kasutate oma igapäevaelus või -tegevustes abivahendeid?

JAH EI

Kui vastasite JAH, nimetage palun kõik abivahendid, mida kasutate, ning märkige, kui sageli ja milliste tegevuste juures neid vajate.

Abivahendid inimese raviks

Nt. inhalaatorid, respiraatorid, hapnikuseadmed, tursevastased sukad-kindad, dialüüsiravi seadmed, ühekordsed süstlad

.....

.....

.....

Ortoosid ja proteesid

Nt tugiortoosid, ortopeedilised jalatsid, üla- ja alajäseme proteesid, kosmeetilised proteesid

.....

.....

.....

Enesehoolde ja -kaitse abivahendid

Nt tualetiistmed ja -potid; trahheostoomiakanüülid, stoomikotid ja tarvikud; mähkmed ja aluslinad; vannid, dušitoolid, pesemise, riietumise ja enesehoolduse abivahendid.

.....
.....
.....

Personaalsed liikumise abivahendid

Nt kohandatud autod, sõiduvahendid, ratastoolid, kõndimise abivahendid, siirdumis- ja teisaldamisvahendid, inimese teisaldamise tõstukid, orienteerumise abivahendid.

.....
.....
.....

Abivahendid majapidamistöodeks

Nt toidu ja joogi valmistamise, söömise ja joomise, koristamise abivahendid.

.....
.....
.....

Kodu ja muude ruumide sisustus ja kohandused

Nt reguleeritava kõrguse, sügavuse, laiuse ja kaldenurgaga laudad, toolid ja pingid; pööratavad ja suunatavad valgustid, reguleeritava kõrguse ja kaldenurgaga voodid, tugikäsipuud, väravate ja uste avamise seadmed, autotõstukid inimese teisaldamiseks.

.....
.....
.....

Suhtlus-, teabe- ja signaliseerimisvahendid

Nt nägemise, kuulmise, lugemise, kirjutamise ja joonistamise, arvutamise, helistamise, turvahäirete andmise abivahendid, häälevõimendid, arvutihiired, -klaviatuurid ja -ekraanid, kõnetuvastusseadmed, printerid.

.....
.....
.....

Kui Teile on määratud / välja kirjutatud abivahend, aga Te ei kasuta seda, siis palun põhjendage, miks:

.....
.....
.....

Kõrvalabi

Kas Te kasutate oma igapäevaelus või -tegevustes teise isiku abi?

JAH EI

Kui vastasite JAH, nimetage palun tegevused, milles vajate teise isiku abi:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Rehabilitatsioon

Rehabilitatsiooniteenus on inimese iseseisva toimetuleku, sotsiaalse kaasatuse ja töötamise või tööle asumise soodustamiseks osutatav teenus.

Kas Teil on pooleli rehabilitatsiooniplaani täitmine?

JAH EI

Lisainfo

Kui kohalik omavalitsus või mõni asutus osutab Teile muid sotsiaalteenuseid, nimetage need palun:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Kui peate vajalikuks lisada muud asjassepuutuvat infot, kirjutage see siia:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

V KEHALINE JA VAIMNE VÕIMEKUS

Alljärgnevalt hinnake, kui vabalt Te suudate erinevaid tegevusi ellu viia, arvestades oma kehalist ja vaimset seisundit. Vastamisel arvestage ka oma tahte ja jõudlusega.

Kõik see, mida Te ise enda kohta kirjutate, on Teie töövõime HINDAMISEL väga oluline.

Vastamisel arvestage, et millegi tegemine ilma raskusteta tähendab seda, et saate nimetatud tegevust teha ohutult ja korduvalt ilma ülemäärase pingutuseta.

Iga küsimuse juures olevat vastusevarianti "Minu võimekus ... on muutlik" kasutage siis, kui nimetatud tegevuse tegemine mõnikord on võimalik ja mõnikord ei ole. Kasutage seda varianti ka siis, kui olemasolevate vastusevariantide hulgas ei ole Teie jaoks sobivat.

Kas Teil on piisavalt tahet vaimseteks ja kehalisteks tegevusteks?

Mõelge oma igapäevaelu tegevuste peale. Kas suudate neid tavapärase pingutusega teha: näiteks poest süüa tuua, sõbraga telefoni teel rääkida või kokku saada, uudiseid lugeda, tööle minna vms.

JAH EI

Kui vastasite EI, kirjeldage palun, kui sageli ja milliste tegevuste juures Teil tahtega probleeme esineb.

.....

.....

.....

.....

.....

Kas Teil on piisavalt jõudu vaimseteks ja kehalisteks tegevusteks?

Mõelge oma igapäevategevuste peale. Kas suudate neid tavapärase pingutusega teha: näiteks poest süüa tuua, sõbraga telefoni teel rääkida või kokku saada, uudiseid lugeda, tööle minna vms.

JAH EI

Kui vastasite EI, kirjeldage palun, kui sageli ja milliste tegevuste juures Teil jõudlusega probleeme esineb.

.....

.....

.....

.....

.....

1. Liikumine

Selles osas küsitakse, kui vabalt Te saate oma igapäevaelus ringi liikuda, astmetel liikuda, paigal seista ja istuda.

Kui kasutate iseseisvalt liikumiseks või püstipüsimiseks abivahendeid (nt ratastool, kargud, kepp, juhtkoer või muu), siis arvestage liikumise kirjeldamisel nendega ning võimalike raskustega (mh aastaaegadest tingitud).

1.1. Liikumine eri tasapindadel

Eri tasapindadel liikumise all mõistetakse mingi vahemaa läbimist samal tasapinnal ja liikumist astmetel. Liikumine peab toimuma ilma raskuste ja takistusteta, sealhulgas ilma valu, väsimuse, õhu- või tasakaalupuuduseta.

Suudan iseseisvalt ilma raskusteta ringi liikuda ja trepist liikuda.

JAH EI

Kui märkisite JAH, minge palun edasi küsimuse 1.2 juurde (lk 32). Kui märkisite EI, siis jätkake alljärgnevatele küsimustele vastamist.

Kui pika vahemaa suudate ohutult ja korduvalt läbida, ilma et tuleks peatuda väsimuse, valu, õhu- või tasakaalupuuduse tõttu?

- Enam kui 200 meetrit
- 200 meetrit
- 100 meetrit (umbes jalgpalliväljaku pikkus)
- 50 meetrit (umbes 5 bussi pikkus)
- Ei suuda iseseisvalt üldse liikuda
- Minu võimekus liikuda on muutlik

Täpsustage oma valitud vastust. Kirjeldage, kuidas Te liigute, kui kaugele suudate liikuda ja mis võib Teie vaba liikumist takistada. Kui kasutate abivahendit, siis kirjeldage, kuidas see mõjutab Teie liikumist.

.....

.....

.....

.....

Kas suudate liikuda järjest kaks trepiastet üles või alla ilma teise inimese abita, kui on võimalik käsipuust kinni hoida?

- Jah
- Väikeste raskustega
- Mõõdukate raskustega
- Suurte raskustega, peaaegu võimatu
- Ei
- Minu võimekus trepist üles või alla liikuda on muutlik.

Täpsustage oma valitud vastust. Kirjeldage trepist liikumist.

.....

.....

.....

.....

1.2. Ohutu ringiliikumine

Ohutu ringiliikumise all mõistetakse turvaliselt ja eksimata soovitud kohta liikumist, sealhulgas üle tee minemist ja uute paikade külastamist. Siin on mõeldud ka nägemise ja kuulmise poolest ohutut liikumist.

Suudan ohutult siseruumides ja väljas ringi liikuda.

JAH EI

Kui märkisite JAH, minge palun edasi küsimuse 1.3 juurde (lk 33). Kui märkisite EI, siis jätkake alljärgnevatele küsimustele vastamist.

Kas saate iseseisvalt ohutult üle tee minna?

- Jah
- Väikeste raskustega
- Mõõdukate raskustega
- Suurte raskustega, peaaegu võimatu
- Ei
- Minu võimekus iseseisvalt ohutult üle tee minna on muutlik

Täpsustage oma valitud vastust, sh abivahendi kasutamist. Kirjeldage neid probleeme, mis takistavad ohutult üle tee minemist. Kui kasutate abivahendit, siis kirjeldage, kuidas see mõjutab Teie liikumist.

.....

.....

.....

Kas suudate ilma kõrvalise abita minna ohutult kohta, kus Te pole varem käinud?

- Jah
- Väikeste raskustega
- Mõõdukate raskustega
- Suurte raskustega, peaaegu võimatu
- Ei
- Minu võimekus iseseisvalt võõrasse kohta minna on muutlik

Täpsustage oma valitud vastust, sh abivahendi kasutamist liikumisel. Kirjeldage neid probleeme, mis takistavad uude kohta minekut ja ohutut ringiliikumist.

.....

.....

.....

1.3. Seismine ja istumine

Seismise all mõistetakse iseseisvalt ühel kohal püstipüsimist, vajaduse korral kehaasendit muutes. Siia alla kuulub ka seismine abivahendi või toetuspinna abil, kuid mitte kasutades teise inimese abi.

Istumise all mõistetakse iseseisvalt ilma käetugedeta toolil istuvas asendis püsimist, vajaduse korral kehaasendit muutes.

Suudan iseseisvalt paigal seista ja ühelt toolilt teisele istuda ilma takistusteta ja valu tundmata.

JAH EI

Kui märkisite JAH, minge palun edasi küsimuse 1.4 juurde (lk 35). Kui märkisite EI, siis jätkake alljärgnevatele küsimustele vastamist.

Kas Te saate istuda ühelt toolilt selle kõrval asuvale toolile ilma kellegi abita?

- Jah
- Väikeste raskustega
- Mõõdukate raskustega
- Suurte raskustega, peaaegu võimatu
- Ei
- Minu võimekus ühelt toolilt selle kõrval asuvale toolile istuda on muutlik

Täpsustage oma valitud vastust. Kirjutage, milliste tegevustega on Teil probleeme ja miks.

.....

.....

.....

Kas suudate ilma teise inimese abita püsida ühel kohal kas seistes, istudes või vaheldumisi, tundmata valu või kurnatust?

(asendit võib muuta)

- Jah
- Väikeste raskustega
- Suudan kuni 3 tundi
- Suudan vähem kui 1 tund
- Ei
- Minu võimekus istudes või seistes ühel kohal püsida on muutlik

Täpsustage oma valitud vastust. Kirjeldage seismist ja istumist, kui kaua Te suudate istuda ja kui kaua seista ning seda, miks see võib Teie jaoks raskeks osutuda.

.....

.....

.....

.....

1.4. Liikumisega seotud muud probleemid

Kui Teil on liikumise või seismisega raskusi, aga eespool esitatud küsimused ei võimaldanud neid kirjeldada, siis kirjeldage neid raskusi siin.

.....

.....

.....

.....

Kirjutage valudest ja väsimusest ning sellest, kas olukord on päeva jooksul muutuv.

.....

.....

.....

.....

2. Käeline tegevus

Selles osas küsitakse, kui vabalt Te saate oma igapäevategevustes käsi välja sirutada, suuri esemeid haarata ja liigutada ning sõrmedega täpseid liigutusi teha. Kui kasutate sihipäraseks käeliseks tegevuseks abivahendeid (nt protees, haarats või muu), siis arvestage käelise tegevuse kirjeldamisel nendega. Käeline tegevus peab toimuma ilma valu ja ülemäärase pingutuseta.

2.1. Käte sirutamine

Käte sirutamise all mõistetakse mõlema käe endast eemale sirutamist eri kõrgustele, käte painutamist õla- ja küünarliigesest, kaasa arvatud millegi järele küünitamist või eseme viskamist.

Suudan ilma probleemideta mõlemad käed üles sirutada.

JAH EI

Kui märkisite JAH, minge palun edasi küsimuse 2.2 (lk 37) juurde. Kui märkisite EI, siis jätkake alljärgnevatele küsimustele vastamist.

Kas suudate vähemalt üht kätt nii palju tõsta, et näiteks riulilt mingit eset kätte saada?

- Väikeste raskustega
- Mõõdukate raskustega
- Suurte raskustega, peaaegu võimatu
- Ei
- Minu võimekus tegevuse sooritamiseks käsi tõsta ja kõverdada on muutlik

Täpsustage oma valitud vastust. Kui Te ei suuda käsi tõsta, siis kirjutage, mis on selle põhjus ja kas see puudutab mõlemat kätt.

.....

.....

.....

2.2. Asjade ülestõstmine ja liigutamine

Asjade ülestõstmise ja liigutamise all mõistetakse esemetest kätega kinnihaaramist ja soovitud kohta tõstmist või nihutamist keha lähedal.

Suudan mõlema käega ilma raskusteta asju üles tõsta ja liigutada.

JAH EI

Kui märkisite JAH, minge palun edasi küsimuse 2.3 juurde (lk 39). Kui märkisite EI, siis jätkake alljärgnevatele küsimustele vastamist.

kas suudate üles tõsta ja liigutada liitrist vedelikuga täidetud anumad?

- Jah
- Väikeste raskustega
- Mõõdukate raskustega
- Suudan tõsta kuni pooleliitrist anumad
- Ei suuda tõsta ühtegi eset olenemata kaalust
- Minu võimekus sellist anumad tõsta ja liigutada on muutlik

Täpsustage oma valitud vastust. Kirjutage, milliste tegevustega on Teil probleeme ja miks.

.....

.....

.....

.....

.....

Kas suudate vabalt üles tõsta ja liigutada suurt ja kergelt objekti, näiteks patja või pappkasti?

- Jah
- Väikeste raskustega
- Mõõdukate raskustega
- Suurte raskustega, peaaegu võimatu
- Ei
- Minu võimekus sellist objekti tõsta ja liigutada on muutlik

Täpsustage oma valitud vastust. Kui Te ei suuda asju üles tõsta, siis kirjutage, mis on selle põhjus.

.....

.....

.....

.....

.....

2.3. Käteosavus

Käteosavuse all mõistetakse labakäte ja sõrmedega tehtavaid tegevusi.

Suudan ilma raskusteta käsi ja sõrmi kasutada, näiteks haaramiseks või nuppudele vajutamiseks.

JAH EI

Kui märkisite JAH, minge palun edasi küsimuse 2.4 juurde (lk 40). Kui märkisite EI, siis jätkake alljärgnevatele küsimustele vastamist.

Kas saate vähemalt üht kätt ja ühe käe sõrmi kasutada: nupu vajutamiseks (näiteks telefoni klaviatuuril), raamatulehe keeramiseks, 1-eurose mündi ülesvõtmiseks, pliiatsi või sullepea kasutamiseks, sobiva klaviatuuri või hiire kasutamiseks?

- Väikeste raskustega mõne loetletud tegevuse sooritamiseks
- Mõõdukate raskustega
- Suurte raskustega, peaaegu võimatu
- Ei
- Minu võimekus käsi ja sõrmi kasutada on muutlik

Täpsustage oma valitud vastust. Kirjutage, milliste loetletud tegevustega on Teil probleeme ja miks.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2.4. Käelise tegevusega seotud muud probleemid

Kui Teil on käelise tegevusega raskusi, aga eespool esitatud küsimused ei võimaldanud neid kirjeldada, siis kirjeldage neid raskusi siin. Kirjutage valudest ja väsimusest ning sellest, kas olukord on päeva jooksul või päevade lõikes muutuv.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. Suhtlemine: nägemine, kuulmine ja kõnelemine

Selles osas küsitakse, kui vabalt Te saate suhelda ja tegutseda, arvestades oma nägemise, kuulmise ja rääkimise ning sõnumi edastamise võimekust. Kui kasutate nägemiseks, kuulmiseks või kõnelemiseks abivahendeid, siis nimetage milliseid:

.....
.....

ning arvestage suhtlemise kirjeldamisel nendega.

3.1. Inimestega suhtlemine

Inimestega suhtlemise all mõistetakse rääkimise ja kirjutamise teel suhtlemist ehk iseseisvalt teistele inimestele enese arusaadavaks tegemist, arvestades nägemist, kuulmist ja kõnelemist.

Suudan ilma raskusteta teiste inimestega kõneledes ja kirjalikult väljendudes suhelda.

JAH EI

Kui märkisite JAH, minge palun edasi küsimuse 3.2 juurde (lk 43). Kui märkisite EI, siis jätkake alljärgnevatele küsimustele vastamist.

Kas suudate anda teisele inimesele selgelt ja arusaadavalt edasi lihtsa teate, näiteks anda inimesele teada, et keegi käis teda otsimas?

(teate võib edasi anda rääkimise, kirjutamise, trükkimise või mistahes muul teel ilma teise inimese abi kasutamata)

- Väikeste raskustega
- Mõõdukate raskustega
- Suurte raskustega, peaaegu võimatu
- Ei
- Minu võimekus lihtsaid teateid edastada on muutlik

Täpsustage oma valitud vastust. Kirjeldage, kuidas Te suhtlete. Mis võib olla põhjus, kui Te ei suuda teiste inimestega suhelda (näiteks kõnelemise, kirjutamise või trükkimise raskused või hirm suhtlemise ees, tahte puudumine?)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3.2. Teiste inimeste suhtlus Teiega

Selles osas küsitakse, kuidas Te mõistate teisi inimesi kuulmise teel ja kirjapandut lugedes ehk kuidas Te võtate teistelt inimestelt teateid vastu, arvestades oma nägemist, kuulmist ja kõnelemist.

Suudan ilma raskusteta teisi inimesi mõista kuulmise teel ja kirjapandut lugedes.

JAH EI

Kui märkisite JAH, minge palun edasi küsimuse 3.3 juurde (lk 45). Kui märkisite EI, siis jätkake alljärgnevatele küsimustele vastamist.

Kas suudate ilma kõrvalise abita teiselt inimeselt vastu võtta lihtsat sõnumit kuulmise ja/või huultelt lugemise teel ja reageerida hoiatushüüetele?

(lihtne sõnum tähendab näiteks teavet selle kohta, kus asub tualettruum ning hoiatushüüetele reageerimine võib olla näiteks olukord, kui Te kõnelejat ei näe)

- Jah
- Väikeste raskustega
- Mõõdukate raskustega
- Suurte raskustega, peaaegu võimatu
- Ei
- Minu võimekus suuliselt edastatud sõnumeid vastu võtta on muutlik

Täpsustage oma valitud vastust. Kirjutage, milliste tegevustega on Teil probleeme ja miks.

.....

.....

.....

.....

Kas suudate teiselt inimeselt vastu võtta suures kirjas trükituna edasi antud lihtsat sõnumit?

- Jah
- Väikeste raskustega
- Mõõdukate raskustega
- Suurte raskustega, peaaegu võimatu
- Ei
- Minu võimekus kirjalikult edastatud sõnumeid vastu võtta on muutlik

Täpsustage oma valitud vastust. Kirjutage, kas suudate kuulda, huultelt lugeda või inimesi muul moel mõista, ja mis võib olla põhjus, kui Te seda ei suuda. Kirjeldage, kuidas Te sõnumeid vastu võtate.

.....

.....

.....

.....

4. Teadvusel püsimine ja enesehooldus

Selles osas küsitakse:

- 1) kas ja kui tihti Teil esineb ärkveloleku ajal minestust, teadvuse hägunemise või teadvuse kaotuse hooge;
- 2) kas ja milliseid raskusi on Teil soole ja põie kontrollimisega
- 3) kui vabalt Te saate iseseisvalt süüa ja juua.

4.1. Teadvusel püsimine ärkveloleku ajal

Teadvusel püsimise all mõistetakse tavapärasest virgeseisundit ja kontaktivõimet ärkvelolekus.

**Minu teadvusel püsimine on alati kontrolli all.
Püsin teadvusel ilma probleemideta.**

JAH EI

Kui märkisite JAH, minge palun edasi küsimuse 4.2 juurde (lk 47). Kui märkisite EI, siis jätkake alljärgnevatele küsimustele vastamist.

Kui tihti Teil esineb ärkvel olles minestust, teadvuse hägunemise hoogusid või teadvusekaotust?

(siia kuuluvad ka epilepsiahood ja diabeetiline hüpoglükeemia)

- Üks kord paari aasta jooksul
- Mõni kord aastas
- Iga kuu
- Vähemalt üks kord nädalas

Täpsustage oma valitud vastust. Kirjeldage, kui sageli ja mis põhjusel teadvusehäireid esineb, ning kuidas need avalduvad.

.....

.....

.....

.....

4.2. Soole ja põie kontrollimine

Soole ja põie kontrollimise all mõistetakse tahte alluvat soole ja põie sisu kinnipidamist ja väljutamist.

Suudan kontrollida oma soolt ja põit ilma raskusteta, sh kasutades kogumisseadmeid või põiekateetrit.

JAH EI

Kui märkisite JAH, minge edasi küsimuse 4.3 juurde (lk 48).
Kui märkisite EI, siis jätkake alljärgnevatele küsimustele vastamist.

Kas peate oma riideid pesema või vahetama, kuna need määrduvad põie, soole või kogumisseadmete kontrollimisega seotud raskuste tõttu?

(kogumisseadmete all mõeldakse ileostoomi kotti ja põiekateetrit)

- Jah, üksikutel juhtudel
- Jah, iga kord, kui ma ei jõua kiiresti tualetti
- Jah, vähemalt kord kuus
- Minu põie- või soolekontroll on muutlik

Täpsustage oma valitud vastust. Kirjeldage oma soole ja põie kontrollimist või kogumisseadme kasutamisega toimetulemist ning kui tihti peate oma riideid pesema või vahetama mustamise, märgamise või lekkimise tõttu.

.....

.....

.....

4.3. Söömine ja joomine

Söömise ja joomise all mõistetakse etteantud toidu iseseisvat söömist ja joomist, kasutades vajaduse korral selleks ettenähtud (abi)vahendeid.

Suudan süüa ja juua ilma raskuseta.

JAH EI

Kui märkisite JAH, minge palun edasi küsimuse 4.4 juurde (lk 50). Kui märkisite EI, siis jätkake alljärgnevatele küsimustele vastamist.

Kas suudate panna toitu ja jooki omale suhu, ilma et teine inimene peaks Teid aitama?

- Jah
- Väikeste raskustega
- Mõõdukate raskustega
- Suurte raskustega, peaaegu võimatu
- Ei
- Minu võimekus süüa ja juua on muutlik

Täpsustage oma valitud vastust. Kirjutage, milliste tegevustega on Teil probleeme ja miks.

.....

.....

.....

.....

.....

Kas suudate mälua ja neelata vabalt?

- Jah
- Väikeste raskustega
- Mõõdukate raskustega
- Suurte raskustega, peaaegu võimatu
- Ei
- Minu võimekus mälua ja neelata on muutlik

Täpsustage oma valitud vastust. Kirjeldage, kuidas Te sööte ja joote ning milliseid takistusi võib mälua ja neelamisel ette tulla.

.....

.....

.....

.....

.....

5. Õppimine ja tegevuste elluviimine

Selles osas küsitakse, kui vabalt Te suudate omandada uusi oskusi ja neid edaspidi korduvalt kasutada ning kas Te suudate oma tegevusi planeerida ja ellu viia, arvestades oma vaimset seisundit. Üldjuhul ei kuulu siia kehalisest seisundist lähtuvad tegutsemise raskused.

5.1. Tegevuste õppimine

Tegevuste õppimise all mõistetakse tavaelus ettetulevate lihtsate ja keeruliste tegevuste selgeksõppimist. Lihtsaks tegevuseks võib lugeda ühest-kahest etapist koosnevat tegevust, näiteks nupust televiisori käivitamine, harja võtmine ja põranda pühkimine, laua katmine, koristamine.

Keerulisemaks tegevuseks on sellised toimingud, mis eeldavad mitut järjestikust etappi, näiteks toidu valmistamine erinevaid majapidamisriistu kasutades, lauamängude õppimine, poest toidu toomine.

Suudan ilma raskusteta igapäevaelu tegevused selgeks õppida ja kasutada.

JAH EI

Kui märkisite JAH, minge palun edasi küsimuse 5.2 juurde (lk 53). Kui märkisite EI, siis jätkake alljärgnevatele küsimustele vastamist.

Kas suudate õppida selgeks lihtsa tegevuse, näiteks telefoniga helistamise või pangaautomaadi kasutamise?

- Jah
- Väikeste raskustega
- Mõõdukate raskustega
- Suurte raskustega, peaaegu võimatu
- Ei
- Minu võimekus lihtsaid tegevusi selgeks õppida on muutlik

Täpsustage oma valitud vastust. Kirjutage, milliste tegevuste omandamisega on Teil probleeme ja miks.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Kas suudate õppida selgeks keerulisema tegevuse, näiteks pesumasina kasutamise või endale sooja toidu valmistamise?

- Jah
- Väikeste raskustega
- Mõõdukate raskustega
- Suurte raskustega, peaaegu võimatu
- Ei
- Minu võimekus keerulisemaid tegevusi selgeks õppida on muutlik

Täpsustage oma valitud vastust. Kirjeldage raskusi, mida kogete tegevuste õppimisel ning seda, miks need tekivad.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

5.2. Tegevuste alustamine ja lõpetamine

Tegevuste alustamise ja lõpetamise all mõistetakse võimet alustada ja teoks teha igapäevaseid rutiinseid tegevusi, näiteks hommikune voodist tõusmine, pesemine ja riietumine, toiduvalmistamine, poeskäimine. Vastamisel arvestage ka seda, kui palju Teil on selleks tahet ja energiat. Siin ei kirjeldata kehalisest seisundist lähtuvaid tegutsemise raskuseid.

Saan ilma raskusteta igapäevategevustega hakkama.

JAH EI

Kui märkisite JAH, minge palun edasi küsimuse 5.3 juurde (lk 55). Kui märkisite EI, siis jätkake alljärgnevatele küsimustele vastamist.

Kas suudate ise kavandada, alustada ja lõpetada igapäevategevusi, näiteks otsustada, millal on vaja minna poodi söögi järele ning poest vajalik söök tuua ja valmistada; või planeerida vaatamiseks telesaade ja seda õigel ajal vaadata?

- Väikeste raskustega
- Mõõdukate raskustega
- Suurte raskustega, peaaegu võimatu
- Ei
- Minu võimekus tegevusi alustada ja lõpetada on muutlik

Täpsustage oma valitud vastust. Kirjeldage, kuidas tulete toime tegevuste meelespidamise, kavandamise ja korraldamisega. Kirjutage, mis võib selle Teile keeruliseks teha ning kui sageli vajate teiste inimeste abi.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

5.3. Õppimise ja tegevuste elluviimisega seotud muud probleemid

Kui Teil on uute oskuste selgeksõppimise või tegevuste elluviimisega raskusi, aga eespool esitatud küsimused ei võimaldanud neid kirjeldada, siis selgitage neid raskusi siin. Kirjeldage ka seda, kui Te ei suuda õppida või tegevusi ellu viia tahte- või energiapuuduse tõttu.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

6. Muutustega kohanemine ja ohu tajumine

Selles osas küsitakse, kui vabalt võimaldab Teie emotsionaalne ja vaimne seisund Teil väljaspool kodu liikuda. Teilt küsitakse, kas Te oskate hinnata ohuolukordi igapäevaelus ja kui vabalt Te kohanete muudatustega, mis võivad igapäevarutiini häirida. Siin ei kirjeldata kehalisest seisundist lähtuvaid tegutsemise raskuseid.

6.1. Väljaskäimine

Väljaskäimise all mõistetakse ilma emotsionaalse ja vaimse pingeta väljaspool kodu liikumist ja võimalike pingeliste olukordadega hakkamasaamist (nt kui olete ära eksinud).

Suudan iseseisvalt väljas käia ilma vaimse või emotsionaalse takistusega.

JAH EI

Kui märkisite JAH, minge palun edasi küsimuse 6.2 juurde (lk 58). Kui märkisite EI, siis jätkake alljärgnevatele küsimustele vastamist.

Kas saate kodust lahkuda ja minna Teile tuttavatesse kohtadesse?

- Jah
- Väikeste raskustega
- Mõõdukate raskustega
- Suurte raskustega, peaaegu võimatu
- Ei
- Minu võimekus minna kodust tuttavatesse kohtadesse on muutlik

Täpsustage oma valitud vastust. Kirjeldage, miks Te ei saa alati igale poole minna. Kas vajate, et keegi Teiega kaasa tuleks? Selgitage oma probleeme ja tooge näiteid.

.....

.....

.....

.....

Kas saate kodust lahkuda ja minna teile tundmatutesse kohtadesse?

- Jah
- Väikeste raskustega
- Mõõdukate raskustega
- Suurte raskustega, peaaegu võimatu
- Ei
- Minu võimekus minna kodust tundmatutesse kohtadesse on muutlik

Täpsustage oma valitud vastust. Kirjeldage, miks Te ei saa alati igale poole minna. Kas vajate, et keegi Teiega kaasa tuleks? Selgitage oma probleeme ja tooge näiteid.

.....

.....

.....

.....

.....

6.2. Riski või ohu tajumine

Ohu tajumise all mõistetakse arusaamist sellest, millised igapäevategevused võivad Teie enda või teiste tervisele ohtlikud olla, ja käitumist selliselt, et ohtlikke olukordi ei tekiks.

Suudan ohutult sooritada igapäevategevusi: toidu valmistamine, kodumasinat kasutamine, kodus ja kodu lähedal liikumine.

JAH EI

Kui märkisite JAH, minge palun edasi küsimuse 6.3 juurde (lk 59). Kui märkisite EI, siis jätkake alljärgnevatele küsimustele vastamist.

Kas vajate enamasti kedagi, kes oleks Teie juures, et jääda väljapoole ohtu?

- Ei
- Üksikute tegevuste juures, mitte iga päev
- Jah, päevasel ajal alati
- Jah, ööpäev läbi
- Minu vajadus järelevaataja järele on muutlik

Täpsustage oma valitud vastust. Kirjeldage, milliseid ohuolukordi Teil tekib ja kuidas Te ohuga toime tulete. Tooge näiteid probleemidest, mis takistavad Teid asju ohutult tegemast.

.....

.....

.....

6.3. Toimetulek muutustega

Muudatustega toimetuleku all mõeldakse kohanemist igapäevarutiini segavate väikeste muutuste ja ootamatute olukordadega.

Saan ilma raskusteta hakkama igapäevarutiinis toimuvate muutustega.

JAH EI

Kui märkisite JAH, minge palun edasi küsimuse 6.4 juurde (lk 60). Kui märkisite EI, siis jätkake alljärgnevatele küsimustele vastamist.

Kas saate hakkama väikeste muutustega oma igapäevarutiinis?

(näiteks söögiaeg nihkub harilikust ette- või tahapoole, buss või rong tuleb oodatust erineval ajal, sõber või hooldaja saabub Teie juurde plaanitust varem või hiljem)

- Väikeste raskustega
- Jah, kui tean muutust ette
- Ei, kui muudatus on ootamatu
- Ei
- Minu võimekus saada hakkama ette teatatud muutustega on muutlik

Täpsustage oma valitud vastust. Kirjeldage, kuidas Te muutustega toime tulete. Selgitage probleeme ja tooge näiteid.

.....

.....

.....

7. Inimestevaheline lävimine ja suhted

Selles osas küsitakse, kui vabalt Te suhtlete tuttavate ja võõraste inimestega ning kuidas Te saate hakkama tavapärasest suhtlusest nõudvates olukordades ja konfliktsetes olukordades, arvestades oma vaimset ja emotsionaalset seisundit

7.1. Sotsiaalsete olukordadega hakkamasaamine

Sotsiaalsete olukordade all mõistetakse uute inimestega kohtumist ja kohtumistele minemist, lähedaste ja võõrastega suhtlemist.

Saan sotsiaalsete olukordadega hakkama, tundmata liigset ärevust või hirmu.

JAH EI

Kui märkisite JAH, minge palun edasi küsimuse 7.2 juurde (lk 62). Kui märkisite EI, siis jätkake alljärgnevatele küsimustele vastamist.

Kas saate tuttavate inimestega kohtuda, tundmata liigset ärevust või hirmu?

- Jah
- Väikeste raskustega
- Mõõdukate raskustega
- Suurte raskustega, peaaegu võimatu
- Ei
- Minu võimekus kohtuda tuttavate inimestega ärevust või hirmu tundmata on muutuv.

Kas saate võõraste inimestega kohtuda, tundmata liigset ärevust või hirmu?

- Jah
- Väikeste raskustega
- Mõõdukate raskustega
- Suurte raskustega, peaaegu võimatu
- Ei
- Minu võimekus kohtuda võõraste inimestega ärevust või hirmu tundmata on muutuv

Täpsustage oma valitud vastust. Kirjeldage, miks Teil on hirm inimestega kohtuda. Mis teeb Teile inimestega kohtumise raskeks? Kui tihti Te end niimoodi tunnete? Selgitage oma probleeme ja tooge näiteid.

.....

.....

.....

7.2. Kohane käitumine

Kohase käitumise all mõeldakse olukorrale vastavat käitumist, näiteks seda, kuidas Te oma tundeid väljendate ja kas Teie käitumine (tahtlik või tahtmatu) häirib teisi inimesi.

Minu vaimse ja emotsionaalse seisundiga seotud käitumine häirib teisi inimesi.

JAH EI

Kui märkisite EI, minge palun edasi küsimuse 7.3 juurde (lk 63). Kui märkisite JAH, siis jätkake alljärgnevatele küsimustele vastamist.

Kui sageli käitute nii, et see teisi inimesi häirib?

See võib juhtuda näiteks seetõttu, et Te ei taju tavapärasest distantsi suhtlemisel, et olete agressiivne või käitute ebatavaliselt.

- Harva
- Vahetevahel
- Sageli
- Iga päev

Täpsustage oma valitud vastust. Kirjeldage, miks Teie käitumine teisi häirib ja kui sageli seda juhtub. Selgitage oma probleeme ning tooge näiteid. Kui olukord on muutuv, kirjeldage seda.

.....

.....

.....

7.3. Inimestevahelise lävimise ja suhetega seotud muud probleemid

Kui Teil on inimestevahelise lävimise ja suhetega raskusi, aga eespool esitatud küsimused ei võimaldanud neid kirjeldada, siis kirjeldage neid raskusi siin. Kirjeldage ka seda, kui Teie suhtlemine on häiritud tahte- või energiapuuduse tõttu.

.....

.....

.....

8. Alkoholi, narkootiliste, psühhotropsete ja teiste sõltuvust tekitavate ainete ning ravimite mõju

Kas Teil on tegutsemisraskusi alkoholi või sõltuvust tekitava või uimastava toimega ravimite või muude ainete (narkootikumid, liimid, lahustid vm) tarvitamise tõttu? (siia kuuluvad ka sõltuvust tekitava või uimastava toimega ravimid, mis raviarst on Teile kestvaks tarvitamiseks määranud)

JAH EI

Kui vastasite JAH, siis täpsustage oma valitud vastust. Kirjeldage nende ainete tarvitamisega seotud probleeme ja esinemise sagedust ning seda, kuidas on takistatud Teie tegutsemisvõimekus.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Kas Teil on muud probleemid ravimite tarvitamisest tingitud kõrvalnähtude (nt oksendamine, iiveldus, peapööritus vm) tõttu?

JAH EI

Kui vastasite JAH, siis täpsustage oma valitud vastust. Kirjeldage nende ainete tarvitamisega seotud probleeme ja esinemise sagedust ning seda, kuidas on takistatud Teie tegutsemisvõimekus.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

9. Muud tervisehäired

Selles osas küsitakse nende tegutsemisraskuste kohta, mida Te eelnevatele küsimustele vastamisel ei saanud kirjeldada. Mõeldud on selliseid tegutsemisraskusi, mille põhjuseks on Teie tervisehäire.

Kas Teil on tervisehäirest tingitud tegutsemisraskusi, mida eespool esitatud küsimused ei puudutanud?

JAH EI

Kui vastasite JAH, siis kirjeldage neid raskusi ja seda, kui sageli need esinevad.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

10. Täiendav info

Lisainfo töövõime hindamise ekspertarsti vastuvõtul käimisega seotud erivajadustest tingitud lisakulude kohta

Kui olemasolevate ja esitatud andmete põhjal ei saa Teie töövõimet hinnata, on Eesti Töötukassal õigus suunata Teid ekspertiisi teostava tervishoiuteenuse osutaja ekspertarsti vastuvõtule (visiidipõhine hindamine), et saada arvamus Teie töövõime kohta. Töötukassa hüvitab Teile vastuvõtul käimisega seotud erivajadusest tingitud lisakulud.

Vastuvõtul hindamise ekspertarsti vastuvõtul käimisega tekivad mul erivajadusest tingitud lisakulud.

JAH EI

Kui vastasite JAH, siis täpsustage palun.

- viipekeele tõlgi kasutamine (vajate abi arstiga suhtlemisel)
- eritranspordi kasutamine (vajate eritransporti arsti juurde sõitmiseks)
- tugiisiku / isikliku abistaja kasutamine (vajate arsti juurde minekul abi füüsilise puude tõttu või korralduslike toimingute tegemisel)
- muu erivajadusest tulenev lisakulu (kirjeldage):

.....

.....

.....

.....

Lisakulude vajaduse põhjendus

.....

.....

.....

LISATUD DOKUMENDID

Palun nimetage dokumendid, mille Te koos taotlusega esitate.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

(kuupäev)

(taotleja nimi ja allkiri)

(kuupäev)

(taotleja esindaja nimi ja allkiri)

TÖÖVÕIMETOETUSE TAOTLUS

TÖÖVÕIMETOETUSE TAOTLEJA ANDMED

Eesnimi:	Perekonnanimi:
Isikukood, selle puudumisel sünniaeg: — — — — — — — — — —	
Address:	
E-posti aadress:	
Telefon:	

Eestis elaval Eesti kodanikul või Eestis elamisloa või elamisõiguse alusel elaval välismaalasel, kelle elukoht on mitmes riigis, on õigus töövõime hindamisele ja töövõimetoetusele, kui ta on resident tulumaksuseaduse § 6 lõike 1 tähenduses või kui ta elab Eestis püsivalt välismaalaste seaduse tähenduses.

	Jah	Ei
Minu elukoht on mitmes riigis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Märkige välisriik ja elukoha aadress välisriigis		
.....		
.....		
.....		

Juhul kui Teie elukoht on mitmes riigis, kinnitage palun:

Olen tulumaksuseaduse tähenduses registreeritud Eesti Vabariigi Maksu- ja Tolliametis Eesti residendina <i>(minu elukoht on Eestis või ma viibin Eestis 12 järjestikuse kalendrikuu jooksul vähemalt 183 päeval).</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--	--------------------------	--------------------------

Elan Eestis püsivalt välismaalaste seaduse tähenduses Palun esitage andmed Eestis elamise perioodi(de) kohta. 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
---	--------------------------	--------------------------

Juhul, kui olete elanud/töötanud välisriigis, märkige välisriik, kus elasite/töötasite ja periood kuupäevalise täpsusega

Riik	Periood

TÖÖVÕIMETOETUSE TAOTLEJA ESINDAJA ANDMED
(täidetakse juhul, kui taotlust ei esita taotleja ise)

Eesnimi:	Perekonnanimi:
Isikukood, selle puudumisel sünniaeg: _____	
Aadress:	
E-posti aadress:	
Telefon:	
Esindusõiguse alus (näit. eestkostja, lapsevanem, volitatud isik)	
<p>Soovin töövõimetoetusega seotud otsuseid (märkige üks otsuse edastamise viis): minu aadressil <input type="checkbox"/> esindaja aadressil <input type="checkbox"/></p>	
e-posti teel:	<input type="checkbox"/>
lihtkirjaga:	<input type="checkbox"/>
tähtkirjaga:	<input type="checkbox"/>
Eesti Töötukassa maakondlikus osakonnas:	<input type="checkbox"/>
<p>Märkige maakondlik osakond ja büroo, kuhu soovite otsusele järele tulla</p> <p>.....</p> <p>Soovin eelteavitust, et otsusele võib maakondlikku osakonda järele tulla:</p> <p><input type="checkbox"/> e-posti teel <input type="checkbox"/> telefoni teel</p>	

Olenemata tehtud valikust on töövõimetoetusega seotud otsused Teile alati kättesaadavad ka Eesti Töötukassa iseteenindusportaalist www.tootukassa.ee.

Palun määrata mulle töövõimetoetus.

Palun märkige, kas:	Jah	Ei
saate pensioni Eestist (v.a töövõimetuspensioni)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
saate vanaduspensioni ootel oleva päästeteenistuja toetust	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
saate välisteenistuse seaduse või avaliku teenistuse seaduse alusel makstavat abikaasatasu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
saate prokuröri töövõimehüvitist	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
kannate karistust vanglas või viibite vahi all	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Juhul, kui Teile makstakse töövõimetoetusega samal eesmärgil makstavat toetust, pensioni või muud rahalist hüvitist välisriigist:

märkige toetust, pensioni või muud rahalist hüvitist maksev välisriik	
märkige välisriigist saadava toetuse, pensioni või muu rahalise hüvitise liik, summa ja maksmise periood (lisage käesolevale taotlusele ka seda tõendav dokument, nt toetuse, pensioni või hüvitise määramise otsus)	

Töövõimetoetuse taotlemisel vastan vähemalt ühele järgmistest tingimustest (märkige vastava tingimuse juurde ristike):

<input type="checkbox"/>	töötan töölepingu alusel või töövõtulepingu, käsunduslepingu või muu teenuse osutamiseks sõlmitud võlaõigusliku lepingu alusel või osutan teenust või müün kaupa ettevõtlustulu lihtsustatud maksustamise seaduse tähenduses või olen avalikus teenistuses
juhul, kui töötate välisriigis, märkige riik, kus töötate	
välisriigi tööandja nimi	
välisriigi tööandja kontaktid - aadress, e-posti aadress, telefon	
töösuhte alguse kuupäev välisriigis	
<input type="checkbox"/>	olen Riigikogu liige, Euroopa Parlamendi liige, Vabariigi President, Vabariigi Valitsuse liige, kohtunik, õiguskantsler, riigikontrolör, riiklik lepitaja, osavalla- või linnaosavanem, kohaliku omavalitsuse üksuse volikogu palgaline esimees või palgaline aseesimees, valla- või linnavalitsuse palgaline liige, sealhulgas vallavanem või linnapea
<input type="checkbox"/>	pean sõltumatu isikuna avalik-õiguslikku ametit
<input type="checkbox"/>	olen juriidilise isiku juhtimis- või kontrollorgani liige
<input type="checkbox"/>	olen registreeritud füüsilisest isikust ettevõtjana
<input type="checkbox"/>	olen kantud maksukohustuslaste registrisse füüsilisest isikust ettevõtja ettevõtte tegevuses osaleva abikaasana

<input type="checkbox"/>	olen töötuna arvele võetud
<input type="checkbox"/>	omandan põhi-, kesk-, kutse- või kõrgharidust
juhul, kui omandate haridust välisriigis, märkige riik, kus õpite	
välisriigi õppeasutuse nimi, kus haridust omandate	
välisriigis õppimise periood	
<input type="checkbox"/>	viibin õppeasutusest akadeemilisel puhkusel
juhul, kui viibite akadeemilisel puhkusel välisriigi õppeasutusest, märkige akadeemilise puhkuse periood ja põhjus	
<input type="checkbox"/>	kasvatan või hooldan vähemalt ühte alla kolmeaastast last
juhul, kui laps ei ole kantud Eesti rahvastikuregistrisse, siis märkige lapse sünniaeg ja nimi, võimalusel lapse isikukood	
juhul, kui olete hooldusperes vanem, märkige lapse nimi, isikukood ja kohalik omavalitsus, kes on paigutanud lapse hooldusperre asendushooldusele	

<input type="checkbox"/>	hooldan abivajavat raske või sügava puudega pereliiget/ hooldan puudega isikut sotsiaalhoolekande seaduse § 26 alusel
hooldatava isiku nimi, isikukood, isikukoodi puudumisel sünniaeg	
hooldamise periood	
juhul, kui hooldate puudega isikut sotsiaalhoolekande seaduse § 26 alusel, dokument hoolduse seadmise kohta	
<input type="checkbox"/>	saan loomeliidu poolt määratud toetust
loomeliit, mis maksab loometoetust	
loometoetuse saamise periood	
dokument loometoetuse määramise kohta	
<input type="checkbox"/>	olen paigutatud nõusolekuta hoolekandeaustusse ööpäevaringset erihooldusteenust saama
hoolekandeaustususe nimi	
hoolekandeaustusse paigutamise kuupäev	
<input type="checkbox"/>	viibin ambulatoorsel või statsionaarsel ravil või minu suhtes kohaldatakse muud seaduses sätestatud asenduskaristust või mõjutusvahendit, millest tulenevalt ei ole mul võimalik täita teisi eelpool nimetatud tingimusi
märkige, kus ravil viibite või mis on muu asenduskaristus või mõjutusvahend	
<input type="checkbox"/>	viibin aja-, asendus- või reservteenistuses

Palun maksta mulle määratud töövõimetoetus:

Minu arvelduskontole Eestis:	<input type="checkbox"/>
Pangakonto number:	
Minu arvelduskontole välisriigis minu kulul:	<input type="checkbox"/>
Pangakonto number:	
SWIFT/BIC kood:	
Panga nimi:	
Teise isiku arvelduskontole Eestis: (võimalik valida, kui käesolev taotlus allkirjastatakse töötukassas kohapeal, esitatakse digitaalselt allkirjastatuna või notariaalselt tõestatuna)	<input type="checkbox"/>
Teise isiku ees- ja perekonnanimi:	
Pangakonto number	
Kohaliku omavalitsuse üksuse arvelduskontole Eestis:	<input type="checkbox"/>
Kohaliku omavalitsuse nimi:	
Pangakonto number:	
Viitenumber:	
Posti teel kojukandega minu kulul: sisestage kojukande aadress	<input type="checkbox"/>

Posti teel kojukandega Eesti Töötukassa kulul minu aadressil, kuna olen sügava puudega ja:

- mul on liikumistakistus;
- ma elan hajaasustusalal ja pangateenus on mulle raskesti kättesaadav.

Põhjendage oma soovi

.....
.....

Juhul, kui taotlete posti teel kojukannet Eesti Töötukassa kulul, palun märkige ülaltoodud makseviisidest lisaks üks alternatiivne makseviis juhuks, kui kojukannet Eesti Töötukassa kulul ei võimaldata.

Kohustun Eesti Töötukassale viivitamata teatama asjaoludest, mis mõjutavad minu õigust saada töövõimetoetust ja selle suurust, sealhulgas välisriiki elama ja tööle asumisest ning välisriigis saadavast töötasust, töötuskindlustushüvitisest, vanemahüvitisest, ajutise töövõimetus hüvitisest ja pensionist ning töövõimetoetusega samal eesmärgil makstavast toetusest, pensionist või muust rahalisest hüvitisest.

Olen teadlik, et Eesti Töötukassa võib nõuda õigusliku aluseta määratud ja makstud töövõimetoetuse minult tagasi.

(kuupäev)

(allkirjastaja ees- ja perekonnanimi) (allkiri)

PUUDEGA INIMESE SOTSIAALTOETUSE JA PUUDEGA INIMESE KAARDI TAOTLUS

TAOTLEJA ANDMED

Ees- ja perekonnanimi

.....

Isikukood: _____

Isikukoodi puudumisel sünniaeg ja sugu

Esindaja andmed

Ees- ja perekonnanimi/juriidilise isiku nimetus

.....

Esindaja isikukood (puudumisel sünniaeg)/registrikood

.....

Esindusõiguse alus (nt eestkostja, lapsevanem, volitatud isik)

.....

E-post

Telefoni number

Kontaktaadress

Soovin taotleda

Puudega tööealise isiku toetus

Puudega vanema toetus

Puudega isiku kaart

Määratud sotsiaaltoetus palun maksta

<input type="checkbox"/>	minu arvelduskontole
..... (panga nimi) (arvelduskonto nr)
<input type="checkbox"/>	teise isiku arvelduskontole
Arvelduskonto omaniku ees- ja perekonnanimi ning isikukood või juriidilise isiku nimetus ja registrikood:	
.....	
..... (panga nimi) (arvelduskonto nr)
<input type="checkbox"/>	posti teel kojukandena minu kulul
<input type="checkbox"/>	posti teel kojukandena Sotsiaalkindlustusameti kulul*

Põhjendus, miks soovin posti teel kojukannet Sotsiaalkindlustusameti kulul

.....
.....
.....

.....
* Sotsiaalkindlustusametile esitatud põhjendatud taotluse alusel makstakse puuetega inimeste sotsiaaltoetusi Sotsiaalkindlustusameti kulul posti teel kojukandena isikule, kellel on liikumistakistus või kes elab hajaasustusalal ja kellele pangateenus on raskesti kättesaadav ning kes on sügava puudega isik, kellel on tuvastatud osaline või puuduv töövõime

Sotsiaaltoetuse otsuse kättesaamise viis

(palun märkige võimalike kättesaamisviiside loetelust **ainult üks variant X-ga**)

<input type="checkbox"/>	Sotsiaalkindlustusameti klienditeenindusest (mis linnas):
<input type="checkbox"/>	E-postiga ¹ (e-kirja manuses oleva pdf-vormingus dokumendi avamiseks on vajalik Acrobat Reader vms tarkvara)
<input type="checkbox"/>	E-postiga krüpteeritult (e-kirja manuses olev dokument on krüpteeritud ja selle avamiseks on vajalik ID-kaart, ID-kaardi lugeja ning DigiDoc tarkvara, samuti Acrobat Reader vms tarkvara pdf-vormingus dokumendi avamiseks)
<input type="checkbox"/>	Lihtkirjaga taotlusel märgitud elukoha aadressil ² (lihtkiri saadetakse Teile postkasti)
<input type="checkbox"/>	Tähtkirjaga taotlusel märgitud elukoha aadressil (tähtkiri väljastatakse elukohas või elukohajärgses postkontoris)

¹ Krüpteerimata dokument edastatakse Teile avatud kujul, mis tähendab, et igäüks, kel on ligipääs Teie e-posti aadressile, saab Teie dokumendi sisuga tutvuda. Sotsiaalkindlustusamet ei saa tagada Teile edastatavate andmete turvalisust ja konfidentsiaalsust.

² Lihtkirjaga saatmise korral ei saa Sotsiaalkindlustusamet tagada Teile edastatavate andmete kohale jõudmist.

Puudega inimese kaardi kättesaamise viis

*(palun märkige võimalike kättesaamisviiside loetelust **ainult üks** variant X-ga)*

<input type="checkbox"/>	Sotsiaalkindlustusameti klienditeenindusest (mis linnas):
<input type="checkbox"/>	Lihtkirjaga taotlusel märgitud elukoha aadressil³ (lihtkiri saadetakse Teile postkasti)
<input type="checkbox"/>	Tähtkirjaga taotlusel märgitud elukoha aadressil (tähtkiri väljastatakse elukohas või elukohajärgses postkontoris)

Taotlusele on lisatud järgmised dokumendid

.....

.....

.....

³ *Lihtkirjaga saatmise korral ei saa Sotsiaalkindlustusamet tagada Teile edastatavate andmete turvalisust ja konfidentsiaalsust*

OLEN TEADLIK:

1. Sotsiaalkindlustusamet teeb puude tuvastamise või mittetuvastamise otsuse 15 tööpäeva jooksul, arvates piisavate andmete saamise päevast.
2. Sotsiaalkindlustusamet teeb otsuse sotsiaaltoetuse määramise või määramata jätmise kohta 10 tööpäeva jooksul puude raskusastme tuvastamise või tuvastamata jätmise otsuse tegemise päevast.
3. Puuetega inimeste sotsiaaltoetuste saaja on kohustatud 10 päeva jooksul teatama Sotsiaalkindlustusametile kirjalikult asjaoludest, mis toovad kaasa puuetega inimeste sotsiaaltoetuste maksmise lõpetamise, peatamise või suuruse muutuse.
4. Puudega isiku kaart väljastatakse puude tuvastamise korduvekspertiisi korral uut taotlust esitamata.
5. Puudega isiku kaarti ei väljastata juhul, kui puudub kehtiv puue või puuet ekspertiisi käigus ei tuvastata.

Täiendavate dokumentide esitamise vajadusest, samuti sellest, millised dokumendid tuleb määratud tähtajaks esitada, teatab Sotsiaalkindlustusamet taotlejale kirjalikult esimesel võimalusel. Tähtaegselt täiendavate dokumentide mitteesitamisel teeb Sotsiaalkindlustusamet otsuse sotsiaaltoetuste määramise või määramata jätmise kohta olemasolevate dokumentide alusel.

20 . a		
--------	--	--

Taotluse täitmise
kuupäev

(Ees- ja
perekonnanimi)

(Allkiri)

