

veebruar 2021

Eesti Lihasehaigete Seltsi

# INFOLEHT





Väljaandmist toetab: HMN  
Väljaandja: ELS  
Endla 59-108, 10615 Tallinn  
www.els.ee, els@els.ee  
Toimetanud ja küljendanud: Külli Reinup  
Trükk: Lemon Print OÜ

### Selles numbris:

Kodusolijaile osa saamiseks

*Seltsi jõuluõhtu Interneti vahendusel*

Kultuuriaken

*Puudega inimestest filmitööstuses (järg)*

Kasulik

*Mäng lastele, kus liikumispuue pole takistuseks*

Saame tuttavaks

Teated / In Memoriam

Esi- ja tagakaanel **Liivia Vaas** näputöö

Liivia on meil juba staažikas “kaane-tüdruk”, ja on ka põhjust! Liivia katsetus-  
lust ei vaibu. Sedakorda siis tekstiilist  
heegeldatud kausid ja tassid. Ühtaegu  
praktilised – saab nipet-näpet hoiusta-  
da või pakkuda (tassist kohvi vast siiski  
mitte!), samal ajal silmarõõmu ja elevust  
kaasa toovad. Selline kelmikas uperpall  
– on nagu tass ja nagu pole ka; pehmest  
riidetükist saab midagi, mida oleme har-  
junud tahkes materjalis (puu, portselan)  
tajuma. Värvivalik annab edasi mee-  
olu. Tundub kui oleks Liivia just käsitöö  
tegemises leidnud enesele ühe inime-  
seks olemise tahu – ilu loomise väljundi.

## Küll on kena kelguga hangest alla lasta

Paari kuu jagu on juba uut aastat, kuid kahjuks siiski vanade, viirusega käsikäes käivate muredega. Esile on kerkinud uus teema – vaksineerimine. Loodan väga, et see aitab ehk juba aasta teises pooles vabamalt hingata ja naasta aktiivsesse, hirmuvabamasse ellu. Muidugi viskab plaanile kõikaid kodarasse vaktsiini kättesaadavus ja üha uute muteerunud koroonavormide esile kerkimine. Vaiksel hakkab vaktsiini järjekord jõudma ka lihashaigeteeni. Avastasime juhatusega kurvastusega, et lihashaiged ei olegi vaksineeritute eelisinimekirjas. Aga kui oled otsustanud end vaksineerida, tasub helistada oma perearstile või pereõele, nad panevad tavaliselt soovijad “varunimekir-



ja”. Kui keegi alt hüppab, siis helistavad, et tule kohale ja saad.

Talv on olnud tavatult lumine, mis tähendab, et paljudel meist tuleb koduseinte vahel toataimena tiksuda. Nädalaid ja kuid paigalolek hakkab lõpuks jäigastama lihaseid ja liigeseid. Ja peagi on platsis ka valud jm tervisehädad, mis võivad võtta rõõmu ka virtuaalmaailmas toimetamiselt. Ideaalmaalmas võiks ju lähedaste säästmiseks käia kodus nii füsioterapeudid kui ka massöörid, aga neid pole väiksemas kohas lihtne leida.

Aega sisustavad raamatud, videod ja erinevad taskuringhäälingud (*podcast* ingl. k ehk mittesünkroonne raadio, kus saad oma saateelistused ise kokku panna ja ka ise nende loomises aktiivselt osaleda). Et kodus olemine oleks sisukam, plaanime jätkata filmiõhtutega ja ka viktoriinidega Zoom-i vahendusel.

See talv jäi viimaseks kahele seltsiliikmele: Urve Viksile ja Eha Lummole. Urve liitus ELS-ga juba 1996. aastal, minu jaoks oli ta omamoodi seltsi vanaema Pärnumaalt, kes oli alati kohal ja elas heasoovlikult noorte ärksate liikmete tegemistele kaasa. Oma tähelepanekuid, elamusi, nippe ja kogemusi jagas ta aktiivselt ka seltsi infolehes ligi 10 aastat (Urve meenutamiseks tasub seltsi kodulehelt lugeda novembris 2013 ilmunud seltsi 20. juubeli erinumbrit, kus ta võttis kokku 17 aastat meie seltsi liikmena). Eha liitus seltsiga aastal 2013 ja igal sünnimisel kuhu ta koos võrukatega saabus, lõi ruum särama. Eha rõõmsat osalemislusti jätkus erinevate ühingute tegevustesse. Meie viimaseks kohtumiseks jäi seltsi üldkoosolek Eesti Vabaõhumuuseumis.

*Jüri Lehtmets*

## Jõuluõhtu Zoomis 12.12.2020

JÜRI LEHTMETS

Sel aastal oli kavas koguneda ELS-i liikmetega Kesk-Eestis jõulusel rohelistes Siidrifarmis, mida tulevikus kindlasti soovime seltsi liikmetega väisata. Aga läks nii nagu paljudel kollektiividel, et pidime planeeritu kolima hoopis veebikeskkonda. Viimasel hetkel soovisid meie virtuaalse jõuluõhtuga liituda ka Tallinna ja Harjumaa Puuetega Naiste Ühingu naised.

Virtuaalsele jõuluõhtule kogunes kahe ühingu peale kokku 20 osalist. Mina kui ELS-i esimees tõdesin tervitussõnades, et aasta on olnud ironiline, sest koroonast tingituna pidi kogu ühiskond elama nagu “keskmine” lihashaige. Loodame, et see aitab neil mõis-



ta meie vajadusi veidigi paremini. Seejärel tegime väikse tutvumisringi, et saaksime aimu, kellega me seda kohutumist ekraanide taga veetmas oleme.

Siis võttis “lava” üle **Alina Poklad**, kes tegi ettekande “Puudega inimese kujund kinos”. Üldiselt suhtutakse puudega inimestesse kinoekraanil üliposiitiivselt või siis vastupidi – ülimalt tumedates toonides. Väga harva suudetakse puudega inimesi kujutada kui neutraalseid osalisi, kes lihtsalt teevad oma igapäevatoimetusi. Puudega inimeste elu realistlik kujutamine koos raskuste, pahede, rõõmude ja soovidega on väga oluline, sest suures osas inimesed tänavalt saavad info puudega inimestest just läbi raamatute, filmide ja televisiooni. Kahjuks kiputakse meid kujutama stereotüüpselt. Ohvrina nagu filmides “Me before you” või “1+1”,

kus näidatakse, et elus nii vaimselt kui füüsiliselt hakkama saamiseks vajame igal juhul teiste inimeste abi ja vahel ei piisa ka sellest, et eluisu taastuks.

Või siis egatiivse kangelasena, kes puudest tingituna on kibestunud ja soovib maailmale n-ö tagasi teha. See stereotüüp on tekkinud sellest, et inimesena kardame kõike, mis on võõras. Alina pakkus välja ka teooria, et tihti kiputakse suhtlema erinevate spetsialistidega, kes puutuvad puudega inimestega kokku just siis, kui nood on kõige mustemas augus.

Või hoopis kangelasena, kellest on tänu supervõimetele kasu ja kui võimed puuduvad, sobivad nad vähemalt kaaskodanike inspireerimiseks. Igal juhul mitte võrdse osapoolena.

Puuet võib vaadelda läbi kahe puude tõlgendamise mudeli: meditsiinili-



Julgete päralt on taevariik. Ka ekraani kaudu avalik olemine nõuab julgust. Kui ka oskust enda “paremaid külgi” esile tuua

ne, millest lähtuvalt on puue indiviidi mure, mis tuleb ühiskonda naasmiseks korda teha; või sotsiaalne mudel,

kus puue ei ole seotud haigusega, vaid keskkonnaga, mille loovad riik ja ühiskond. Stigmatiseerimise probleem

ei ole selles, et me eristame ühed inimesed teistest. Probleem on, kui peame seda eristust negatiivseks

omaduseks. Kui me stigmatiseerime, siis me hakkame inimest hindama ainult selle omaduse kaudu. Puudega inimese kujund televisioonis on alati seotud haiguse või meditsiiniga või on puudega inimene näidatud kui “eriline saavutus”. Kahjuks kõik elu positiivsed küljed, nagu romantilised suhted, armastus, seks jäävad narratiivist välja. Selleks, et neid arenguid paremuse suunas tõugata, võiksime ise lasta end võimalikult vähe stereotüüpidel piirata, vaatama kriitilisemalt, kuidas puuet meedias kujutatakse ja kui kujutuspilt tõesti ei istu, tasub hakata looma ise filme, raamatuid, stsenaariume või muud meediasisu, mis aitab kujutuspilti veidigi realistlikumaks muuta.

Järgmisena tuli muusikaline vahepeala **Piret Ausi** lõõtspillilt Ukuaru vals ja veel kahe meeoluka looga. Piret on Viljandi Kultuuriakadeemia õppejõud ja tegeleb aktiivselt kultuuri ligipääse-





tavusega. Tema on näiteks selle taga, et eelmisel laulupeol oli viipekeelne tõlge ja tantsupeol kirjeldustõlge koos kombitavate materjalidega.

### Iga pidu saab kunagi otsa

Õhtu ametliku osa lõpetas Kahooti veebikeskkonnas loodud viktoriin, kus küsimused ELS-ist, jõuludest ja mõned juhatuseliikmete anagrammid. Pinge-likes heitluses osutus võitjaks **Liivia Vaas**. Viimaste toimetustena näitasime tervitus-tantsuvideot “Erilistelt purjetajatelt” ning **Eva Leini** tutvustas, kuidas luua viktoriine Kahootis. Enne, kui laiali läksime, sai ka lihtsalt niisama suheldud ja kogemusi vahetatud. Oli iseäralik, kuid siiski meeleolukas õhtu-poolik. Kahjuks ei aidanud virtuaalne kohtumine leevendada igatsust näost-näku kohtumiste järgi. Viiruse taandudes asume kindlasti taas korraldama “elulisi” sündmusi.

## Puude kujutamine filmitööstuses

*Siit on paslik jätkata Jüri Lehtmetsa põhjaliku looga filmitööstuse tagamaadelt, loo alguse leiad lehest nr 75.*



Rolli saamise eelduseks ei tohiks olla ainult fakt, et sa oled puudega isik. Määrav peaks olema eeskätt see, et oled hea näitleja.

Küsimusele “Kes peaks puudelisi rolle kujutama” tahaks ikka esmalt vastata, et puudelised ise. Aga on olemas ka teine vaatenurk. Kui ekraani peal paistab asi autentne (mis tihti ju nii ka on), siis miks see puudega vaatajat nii väga häirima peaks? Pealegi, miks me tahame tavalistelt näitlejatelt nende rollide kogemise ära võtta, kui need on väga õpetlikud ja silmi avardavad kogemused, mis aitavad näitlejatel ja tema austajatel puudega inimeste maailma märksa paremini mõista.

### Huumor, stereotüüpide murdja

Komöödia “**The Ringer**” (2005) kujutab tervet tüüpi, kes otsustab puuet teeselda, et pääseda intellektipuudega inimeste eriolümpiale. Filmi puhul kardeti intellektipuudeliste üle rumala nalja tegemist, kuid efekt oli hoopis vastupidine.

Puudega inimestel peaks olema võime teha endi üle veidi nalja. Seda nii omavahel kui ka ekraanil. Näiteks stseen sarjast “Meeleheitel koduperenaised”, kus pereema rollis Eva Longooria parigib invakohale ja kaks ratastoolis meest temaga sõnasõtta ja kaklusse satuvad.

Eestis on selliseks nt Tujurikkuja tervisesportlase sketš, kus jalutu ratastoolis mees lükatakse kummuli, sest tervisesportlane on jooksmisest tüdinud ja ratastoolis istujate üle kade. Oli kuulda nurinat, kuidas nii saab puudelisust

esitada aga näitlejad ise olid rolliverisiooniga rahul, sest suur osa puudega inimesi soovib, et teda koheldaks sarnaselt kõigi teistega, ilustamata või tegemata mööndusi. See võimaldab teatud teemadel märksa pingevabamalt suhelda.

Tihti arvatakse, et puudega inimest väga haavab, kui nali käib puude kohta aga tegelikult puue ei defineeri kuidagi tema huumorimeelt.

Hea näide on film **“Scary Movie 2”** (2001), kus ratastoolikasutaja osalise abituse ümber luuakse terve hulk nalju: trepist üles minek; enda ratastooli pakumine ilusale neiule istumiseks jne. Või 2010 ilmunud film **“Due Date”**, kus vaegur ründab tervet inimest ratastooli ja nuiaga. Nali on hea jäämurdja ka puudega inimese igapäevaelus, sest puudega inimene peab tegema veidi lisatööd, et teistel oleks temaga mugav olla.

**“South Park´is”** näidati kahe puudega skaudi kaklust, mis oli väga naljakas, või siis film **“Family Guy”**, kus ei lööda risti ette ühegi puudega inimese nalja ees, olgu see nii räige või groteskne kui tahes.

Või sari **“My Name is Earl”**, kus üks naine ei soovi, et kurt naisadvokaat teda teenindaks, mispeale kurt naine sõimab teda viibeldes. Hiljem küll pakub teenindusest keeldunu lepitust ja lubab

teist austada aga purskab ikkagi naerma, kui kurt veidra häälega oma jahsona ütleb. Aga selles sarjas tehtigi nalja kõige ja kõige üle.

Seni kuni naerdakse koos – mitte kellegi üle – on kõik ok. Nali peaks olema mitte puudelisust alavääristav, ehk piir alavääristava ja võimustava huumori vahel on õhuke. Näiteks vale või solvav sõnakasutus; või puudega inimese objekti staatusse taandamine.

*Fotod: Internet*



David Cross – Ameerika Ühendriikide näitleja, stsenaarist ja koomik, filmis Scary Movie 2



**Filmitööstuse kihk mängida stereotüüpidest kantud emotsionaalsetel lugudel või pakkuda lihtsalt meelelahutust ilma suurema tagamõtteta.**

Filmitegija eesmärk ei ole alati esitada lugusid puudega inimestest kaasmise eesmärgil vaid lihtsalt jagada haaravaid lugusid, mis meelitavad publiku ekraanide ette.

1975 linastub film **“The Other Side of the Mountain”**, mis räägib selja vi-

gastanud kiirlaskumise olümpialootusest Jil Kimbeltist, mis kujunes ootamatult, vaatamata väikesele eelarvele vägagi tulutoovaks, sest tegemist oli hea looga. Nii otsustatigi kolm aastat hiljem teha filmile järg – Jil’i karjäärast õpetajana.

Vahel mõjub sarnaselt ka teatud teemade avameelne ja aus avamine. Ouline, et sa ei kasuta puude aspekti loo jutustamise vahendina, vaid vaataksid

isiksust, kes on puude taga. Vahel üritatakse kehva stsenaariumit puude teemale toetudes põnevamaks, rohkem dramaatilisemaks, kaastunnet tekitavamaks muuta. Vähem oluline pole ka see, millise sõnumi annab filmi sisu ühiskonnale. Ekraanil näidatul on kiire ja ulatuslik mõju, mis võimendub veelgi, kuivõrd filme, kus puudetemaatikat käsitletakse, pole just väga palju.

Stereotüübid on küll vaikselt muutumas aga nii mõnigi kord ilmub ikka veel filme, mis kipuvad stereotüüpide konnasilmadel tallama, sest see lihtsalt toob rohkem publikut ekraanide ette. Üks taolisi on **“Million Dollar Baby”**, kus peategelane saab boksiringis kaevastuse ja palub treeneril kohe peale õnnetust temalt elu võtta, ja kes seda ka praktiliselt kohe peale soovi avaldamist teeb. Ehkki loo juures seik töötab, kinnitab see stereotüüpi, et ratastoolis elu ei saa jätkuda ja on üks hädaorg



The Other Side of the Mountain



Clint Eastwood ja Hilary Swank filmis Million Dollar Baby

ehk tegemist on kõva tagasimineku- ga puudega inimeste elu kajastamisel meedias. Stereotüüp töötab, sest suur osa vaatajatest arvas, et oleks vigastuse või haiguse puhul sama teinud. Kui terveks saamine ei õnnestu, on ühiskondlikult pigem mõistetav otsida võimalusi elu lõpetamiseks, või siis lihtsalt elust eemale tõmbuda ja kibestuda, või hoopis muutuda pahalaseks, kes kogu ühiskonnale tema kannatuste eest kätte püüab maksta (ja kellest vabanemine taas on igati aktsepteeritav teguviis). Kui sa siiski leiad, et ka puudega koos saab elada elamisväärselt elu, ei liigitata seda kuidagi normaalsuseks vaid vapraseks või kangelasteoks ehk taas antakse mõista, et sellisena sul igal juhul nn normaalsete keskmiste inimeste riulile asja ei ole.

Esmane soov sellisesse olukorda sattunult surra on paljudel aga tihti see muutub aja möödudes ja peaks olema

filmides pigem eelistatud mitte eemale jäetud, sest tihti ei teata, kas ja mida sellises seisus üldse edasi teha saab. Stsenaristid aga soovivad kasutada kiiremat teed, et publikult emotsioon kätte saada ning puudega inimeste meelehärmiks see ka publiku peal töötab, sest nt seda filmi jumaldavad ja tunnustavad nii suur osa kriitikutest kui publik.

### Seksuaalsuse kujutamine

Teemaks, kus enamasti ei suudeta näidata puudega inimesi nagu kõiki teisi, on kahtlemata armastussuhted ja seksuaalsus, mida kiputakse filmides pigem kõrvale jätma või kujutama rolle aoseksuaalsete objektidena, kellel selline ihalus üldse puudub.

Näiteks filmis **“An Affair to Remember”** (1957) püüab naine varjuda teki alla diivanile, et varjata armastatu eest, et ta on puudega, sest kardab, et see vähendab ta külgetõmmet.

Filmis **“The Best Years of Our Lives”** mängitakse haletsusel või lapselikkusel, kui käteta Harald Russel enne naisega voodisse minekut kurdab, mida ta kõike teha ei saa ja peab nüüd lahtiriietumisel naise abi paluma, kuigi tegelikkuses saab ta sellega kenasti hakkama. Reaalsuses on see situatsioon, kus iga mees püüab maksimumaalselt ise hakkama saada ja püüda ka paarilisele sisendada kindlust, et vähemalt koos suudetakse raskused mängeldes ületada.

Üheks filmiks, kus puudega naine seksi osas ohjad haarab, on **“Children of a Lesser God”**, kus Marlee Matlin teeb viibeldes selgeks, et nüüd on aeg asja kallale asuda ja omab filmis järjepidevalt külge tõmbava enesekindla naise joont.

Liikumispuudega, juba eakas, väga kõrgel tasemel, peatumatu produtsent **Ben Levin** suutis tekitada suurt

huvi 2013 linastunud filmiga **“The Sessions”**, kui võttis ette nii tundliku teema nagu seda on seksiassistendi abi puudega inimesele.

### Näitlejad ja taustajõud

Kui puudega inimeses on tekkinud või tekitatud näitlejapisik, on järgmiseks sõelaks näitlejate värbaja fantaasia pii-ratus. Näiteks, kui stsenaariumis seisab: “tuppa astub tüdruksõber Nancy”,



Hollywoodi kuldaeg: An Affair to Remember

siis nähakse selles rollis eeskätt valget tervet noort neiu, kuigi võiks olla ka nt puudega või mustanahaline. Sarnane nähtus toimub ka naise ja mehe rollidega, kus nt kangelasena kiputakse nägema meest, kuigi võiks ka naine olla. Heaks näiteks on “Tulnukad” (ingl. k Aliens) film, kus kangelaseks, kes on maailma päästmas, on just naine. Või siis ratastoolis isik filmis “Avatar”, mis muutis filmid märksa originaalsemaks



John Hawkes, Helen Hunt filmis The Sessions

ja sundis tegijaid olema leidlikumad. Aga tihti kolmandad variandid värbajale pähe ei tulegi.

Samas, miks peaks käed rüpes ootama, millal üks talendikas puudega inimene produtsendile kirjutab või juhuslikult proovipäevale katsetama tuleb, miks ei tehta spetsiaalset värbamist, millekäigus otsitaks talendikaid puudega näitlejaid, kui neid varem on välja ilmunud, siis peaks taolisi talente ikka leiduma, sest puudega inimesed on üks suurematest vähemusgruppidest.

Fakt, et oled ratastoolis, ei tähenda tingimata, et sa kannad konkreetse rolli välja aga vähemalt peavad puudega inimesed saama võimaluse rolli proovida, mitte olla eos eemale lükatud.

Kas näitleja peaks oma puude CV-s ära märkima või on ehk parem taktika püüda positiivselt üllatada, sest kohe ju eeldatakse, et ta ei saa hakkama, lisakulud jne. Kergema puudega isikud

vahel valivad ka taktikaks oma puuet varjata nii kaua kui vähegi võimalik, kartes eelarvamusi või pakkumisest ilma jäämist. Sclerosis Multiplex puhul võib selline käitumine tekitada hoopis vastupidise efekti, sest tasakaaluhäirete tõttu kahtlustatakse ebakainet olekut. Või siis peaks haiguse varjamiseks vältetama, et oled purjus, kuigi tegelikult ei ole. Nähtava puudega isikud omakorda kipuvad varjama muid hädasid nagu külmetust, vigastusi, põletikke, lamatisi jne, sest arvavad, et puudelige olukord on tööandjale niigi koormaks, või soovist nii väga olla teistega võrdne, konkurentsis.

Muidugi on tänapäeval publikut ja kanaleid, mille kaudu enda arvamusi esile tuua või erinevaid filme näidata märksa enam. Näiteks 80ndate filmi **“Highway to Heaven”** staar Jim Troes tegi frustratsioonist, et ta enam näitlejana lõögile ei pääse, oma video-

blogi **“Hollywood Quad”**, kus ta räägib oma kohtumistest, esitleb näitlejameisterlikkust ja otse loomulikult ironiseerib puudega näitlejate värbamise üle, lootuses taas silma jääda.

Üheks taoliseks lühifilmiks on ka Youtubes linastunud **“The Butterfly Circus”**, (2009) kus kätetu ja jalgadeta kõnemees Nick Vujicic Austraaliast mängib 1930-ndate tsirkuses jumalast mahajäetut ja mõnitamiseks väljapanud, kuni ühel päeval saabub uus tsirkusepidaja, kellel on kombeks võtta tõrjutud oma hõlma alla. Peategelasele avaneb võimalus oma andeid näidata ja avastada enda tõeline potentsiaal artistina, sest mida keerulisem on ülesanne, seda suurem tasu. Nii saabki tast artist, kes ületab hirmu ja hüppab tornist vee tünni ja ujub pinnale ja pälvib sellega publiku imetluse ja tänu ehk annab sõnumi, et igal jumala loodud indiviidil on oma eesmärk. Ehk iga võimustatud



Austraallane Nick Vujicic, *The Butterfly Circus 2*

hing on märksa väärtuslikum kui teenitud raha.

Üheks näiteks on Netflix, kus võib veel vaadata puudega näitlejatega sarju nagu **“Breaking Bad”**, **“Special”** või **“The OA”** jne. Aga sarnaseid pingutusi kaasata puudega näitlejaid teevad ka HBO, Hulu ja Fox. On ka teisi ettevõtjaid ja algatusi, kes annavad puudega näitlejatele ekraanil võimaluse, et tervitada vähemuste kaasatust. Esime-



Ameerika näitleja Danny Murphy, 1955-2014

sena meenub **BBC**, kelle multikates ja sarjades ka liikumispääringuga inimesi osalemas võib kohata.

“Brother Fails” filmides kujutatakse puudega inimesi eneseteadlike ja julgete isiksustena, enamasti koomilistes igapäevaolukordades, andes samas kaasa positiivseid õpetlikke sõnumeid. Nagu näiteks filmis “**Me, Myself and Irene**”, kus lühikesekasvuline politseinik kurdab, et ta ei talu kui raamatu si-

su üle selle kaane järgi ära otsustatakse.

Tasakaalustava pildi loomiseks ei pea puudega inimene olema alati inspireeriv heategija, ta võib olla mitte just pahalane, vaid lihtsalt krutskeid täis õel inimene nagu näiteks 1996 linastunud filmis “**Kingpin**” või siis “**There is Something about Mary**” (1998), kus kaelavigastusega näitleja Danny Murphy mängib krutskeid täis õelat ratastoolis meest, kes oskab oma seisundit enda jaoks vägagi kenasti tööle saada. Danny Murphy on mänginud ka FBI agentina või ka terve kehaga inimeste rolle nagu taksojuhti filmis “Shallow Hali”, vaimuhaiget filmis “Say it is not so” ja loomaaiavahti filmis “Osmosis Jones”.

William H. Macy kui produtsent tunnistas ausalt, et ta võiks ju rääkida, kui oluline on kaasatus filmitööstuses aga see oleks lihtsalt silmakirjalik, sest ta ei ole ühtegi oma filmi puudega ini-

mest sisse kirjutanud, ehkki on ju ise mänginud filmis “Door to door” PCI-iga inimest ja võimalust seda oleks olnud ka teha. Ehk klassikaline “ma ei mõelnud selle peale” või “ma ei vandanud sellise pilguga” ehk filmitegija peab selle peale teadlikult mõtlema ja juba eos planeerima.

### Kaadrite taga

Veelgi vähem on filmitööstuses puudega töötajaid kaadritaguste taustajõu töötajate seas. Kimberly Myers, mitmekesisuse eest vastutaja Ameerika kirjanike ametiühingust selgitab veidi probleemi tausta: filmidirektorite seas puudub suuresti igasugunegi mitmekesisus nii naiste, rassi, kui ka puude osas.

Üks väheseid näiteid taustajõududest – ratastoolis helirežissöör Xavier Horan toob välja, et tema alal pole puue takistav tegur ja neid ametikohti on filmitööstuses veel ja veel.

Töökohustusi täites ratastooli jäänud Rick Finkelstein töötab Universal Pictures filmistuudios juhatus aseesimehe ja tegevjuhina ja ta pole kunagi mõelnud, et ta ei naaseks oma ametipostile ja teda ei hoia miski tagasi. Rick'i enda arvates on see siiski midagi muud, kui sellesse süsteemi puudega inimesena pürgida 0-st alustades, aga ta arvab, et ka nende seas on väga võimekaid inimesi, keda on patt mitte rakendada.

Heaks näiteks on teleshow **“The Amazing Race”**, kus sarja võitsid tervete konkurentide ees väikesekasvuline neiu koos sõbrannaga.

Palju on muutunud ka tõsielusarjade maastikul, kus leidub puudega inimestele spetsialiseerunud sarju, nagu nt väikesekasvuliste pere elu näitav **“Little People Big World”** või siis ratastoolis naiste hiphop-tantsugrupi rõõme ja väljakutseid näitav **“Push**



Staarid: Amy Roloff poja Zach'iga (Zachary)

**Girls”**. Või siiskalastussaad **“Carters Gone Fishin”**, koos 6ndal eetriaastal Sclerosis Multiplex'i diagnoosi saanud saatejuhi Graeme Sinclairi'ga, mis läks

sama hooga edasi ja on nüüdseks eetris olnud 18 aastat. “Tänu saatemeeskonna leidlikkusele ja headele abivahenditele pole tulnud teha suuri mööndusi võt-tepaikade ja saate sisu osas ratastooli tõttu. Teatud mõttes on ratastool nii saatesse kui minu ellu põnevust isegi lisanud ja pannud hindama igat elatud minutit minu elus,” räägib Graeme.

Puudega inimesed filmitööstuses on näidanud, et võivad olla suureks abiks mitte ainult kunsti mõttes vaid ka selles, kuidas puuet üldse ühiskonnas nähakse.

Näiteks filmi **“Superman”** osatäitja Cristofer Reev, kes jätkas peale liikumatuks jäämist elektriratastoolis ja hingamisaparaati kasutades nii näitleja kui produtsendina ja keda võis näha 1998 linastunud filmis **“Rear Window”**.

Loodame, et jõuame sinna aega, kus loeb see, mida sa teed, mitte sinu puue või sinu erivajadus.



*Olen Helen Bokmann, sattusin Eesti Lihasehaigete Seltsi toetajaliikmeks tänu seltsi juhatuse esimees Jürile. Kõigepealt pean mainima, et olen ääretult tänulik selle võimaluse eest näha lähedalt, kuidas toimib üks vabaihendus, millised on ühe nii vajaliku organisatsiooni rõõmud ja mured ning millega kõnealune selts nii laias plaanis kui ka spetsiifilisemalt tegeleb. Eesmärk ja soov ELS-i astuda kibeles peas tegelikult juba päris ammu, kuid seni jäi see nn kättevõtmise ja mis seal salata – ka mõningase pelguse taga (pole ju seltsi otsene sihtgrupp, kas minu senised kogemused ning entusiasm on seltsis tegutsemiseks ikka piisavad jne jne...)*

*Lõpuks sai uudishimu ikkagi võitu ning Jüri julgustusel – siin ma nüüd siis olen :). Varasemalt olen olnud Tallinna ja Harjumaa Puuetega Naiste Ühingu (kellega ELS-i rahvas hetkel, muide, kontoriruumi jagab) juhatuse liiga ning praeguseni olen tegev ka Tallinna Liikumispuudega Inimeste Ühingu juhatuses. Tööalaselt olen seotud rehabilitatsioonikeskusega, mille haldajaks varasemalt oli Eesti Liikumispuudega Inimeste Liit ning mida nüüd ohjab Start Grupp OÜ. Erialalt olen seevastu õppinud hoopiski eesti filoloogiat (nn klassikaline juhtum, kus tööalaselt seotakse end õpitust kardinaalselt erineva alaga). Usun aga, et just need viimati loetletud asjaolud on kaasa aidanud ka sellele, et julgesin ette võtta minu jaoks suhteliselt tundmatu temaatika lihasehaiguste näol ning olen valmis saama uusi silmiavavaid ja maailmapilti avardavaid kogemusi.*

*Kokkuvõttes pole tegelikult üldse oluline, mida tegutsemine seltsi liikmena mulle annab, vaid hoopis olulisem saab olema, kas ning mida mina seltsile oma tegevuse ja (natuke teistmoodi küll) kogemustega pakkuda saan. Igatahes loodan olla kaasatud ELS-i paljudes põnevatest tegevustes (tutvudes varasemaga ning tehes enne sisseastumisavalduse esitamist põhjalikku kodutööd, tundub, et neid pole seltsis mitte vähe olnud) ning olla nõu ja jõuga abiks seal, kus olla lastakse ning olla oskan.*



# Pilgujälgimistehnoloogial põhinev mäng lastele

SILVIA VEERMÄE



Tallinna Ülikoolis on juuba mitmendat aastat õppeaine ELU (erialasid lõimiv uuendus).

Nagu nimigi ütleb, seob

ELU kokku erinevate erialade üliõpilased ning proovib leida lahendusi olulistele probleemidele. Teemad on varieeruvad ning igal üliõpilasel on võimalus liituda projektiga, mis talle isiklikult huvi pakub või mis tema erialaga seotud on.

2020. sügissemestril võttis 6-liikmeline meeskond enda südameasjaks muuta eelkooliealiste liikumispuudega laste igapäevaelu põnevamaks ja mitmekesisemaks. Projekti eesmärgiks oli luua pilgujälgimistehnoloogial põhinev mängu prototüüp, mis on suuna-

tud füüsilise erivajadusega eelkooliealistele lastele. Liikumispuude raske astme korral on lastel keeruline iseseisvalt osaleda erinevates igapäevategevustes, sealhulgas mängulistest.

Hoolimata märkimisväärsest mootorse võimekuse piiratusest on füüsilise erivajadusega laste vaimne võimekus enamasti kõrgem kui arvatakse ning seetõttu ei paku olemasolevad mängud neile sageli piisavalt põnevust ja arenguvõimalusi. Pilgujälgimistehnoloogia saab pakkuda liikumispuudega lastele eduelamusi ja järjepidevaid arenguvõimalusi läbi interaktiivsete tegevuste. Tehnoloogiast kasutatakse selleks, et näha, kuhu inimene arvutiekraanil vaatab, ehk siis arvuti kasutamiseks ei vajata traditsioonilist hiirt ja klaviatuuri, vaid lapse ja arvuti vaheline interaktsioon toimub silmade abil.

Projekti tulemusena valmis pilgujälgimistehnoloogiaga kasutatava mängu prototüüp “Vapper keefir” liikumispuudega eelkooliealistele lastele, mis põhineb Andrus Kivirähki näidendil.

Mäng arendab puudega laste iseseisvat mõtlemist ja maailma tunnetamist, pakkudes neile võrdseid võimalusi ülejäänud lastega. Pilguga juhitud mäng pakub lapselikku rõõmu, kuid samal ajal õpetab ja arendab iseseisvust.

**Link mängu prototüübile: <https://scratch.mit.edu/projects/455935290>**

Projektiga tegelevad kevadsemestril edasi TLÜ Haapsalu kolledži rakendusinformaatika eriala tudengid, kelle praktikaülesandeks saab olema mänguidee tehniline teostus ja tarkvaraline arendus. Seeläbi on tagatud, et mänguga tegeletakse edasi ning antud projekt ei jää vaid ideetasandile.

**Eha Lummo**

22. juuni 1955 – 31. jaanuar 2021

Minu viimane kohtumine Sinuga oli 23. augustil 2020. Sa olid päike, kogu buss löi särama Sinu saabudes. Naeratav, humoorikas tütarlaps. Reisid üritustele olid meil lõbusad. Heegeldasin Sulle ühe pisikese korvikese. Sa olid minu jaoks kingitus. Teade Sinu lahkumisest oli ootamatu ja kohutav. Seal kaugel pilve peal, suudad Sa oma säruga nakatada teisi lahkujaid. Lehvitan Sulle, armas Eha, tänutundega, et kaunistasid mu elu. Süütan küünla ja meenutan Sind...

*Liivia Vaas*



Minu esimene mälestus Ehast oli Haapsalus taastusravi päevadel. Astusin palatisse ning nägin, et keegi tuttavlik joob kohvi. Siis meenus, et ta oli ka mu kooliõde. Praegu on peas kõik väga sassis. Läheb aega enne kui kõik mälestused oma õige koha leivad. Eha oli uudishimulik ja hooliv inimene. Ta tegi ilusat käsitööd. Nägin seda kui me olime ühes palatis. Ka siis tundis ta huvi, kuidas mul läheb. Ja veel ühendas meid muusika. Ei olnud ühtegi korda kui ma ei näinud teda Võrus Jaan Tätte kontserdil. Loodan, et kunagi kohtume veel, seal kus pole pilvi ning joome koos kohvi, mida sa kunagi väga armastasid. Päikesekiir, olgu sul hea seal kuhu läksid!

*Tiia Savila*

**Urve Viksi**

2. juuli 1932 – 25. jaanuar 2021

Urve elust võiks kirjutada raamatu, ütles tema saatusekaaslane Aare. 16-aastasena küüditatud, katsejänesena Altai krais vesinikpomme katsetustel töötanud... Ometi elanud kõrge eani, kasvatanud üles tütre, lapselapsed. Vaatamata sellele, et kogu elu kandis endas kiirituseaasta. Urve saatus läks Aarele väga hinge. Meist ja Urvest



Helduriga said pikkade telefonikõnede, oodatud kohtumiste, vastastikuste üllatamistega sõbrad. Urve alati positiivne ellusuhtumine ja oskus hoida vestluskaaslase meeoleolu oli täiesti eriline! Urvega rääkimine teeb tuju heaks ja paneb valud unustama, ütles Aare. Puhka rahus, kulla Urve ja kaastunne perel!

*Helgi Aas*

Tähelepanelikkus ja armastav hoolimine – kaasa mõtlemine ja kaasa löömine on see, millega jääme Urvet mäletama. Urve läks alati, mõistus ühes ja süda teises käes, hing särava küünlana esil. Hingel ehk polegi vanust, miks muidu ta jäi alati nooreks! Hingepalvuse lugemine toimub 6. märtsil kell 12. Teeme seda koos, igaüks oma kodus. Süütame küünla. Mõtleme. Jätame hüvasti – nii on teada andnud Urve perekond.

*Küllli Reinup*

## Elusoleku tõendamine

Kui elad väljaspool Eestit ja saad Eestist pensioni (vanaduspension, toitjakaotuspension või töövõime-tuspension), siis pead igal aastal 1. märtsiks tõenda enda elusolekut.

*Kui olete juba esitanud teise riigi residentsustõendi, siis täiendavat elusoleku tõendit esitada ei ole vaja.*

*Ka residentsustõend kehtib ühe aasta ja see tuleb igal aastal uuesti esitada.*

Erandina ei pea elusolekut tõendama Eesti pensionisaajad, kes elavad Venemaal, Valgevenes, Lätis, Leedus, Moldovas ja Ukrainas.

## 1. detsembril 2020 kadus paberil abivahendi kaart ajaloo prügikasti

Alates 1. detsembrist ei pea kliendid enam abivahendi kaarti taotlema ega kaasas kandma, sest kogu info inimese abivahenditehingute kohta liigub teenuseosutajate ja sotsiaalkindlustusameti vahel elektrooniliselt. Oma abivahendite ostu- ja üüritehingute kohta saab inimene infot vaadata ameti iseteenindusest <https://iseteenindus.sotsiaalkindlustusamet.ee/>. Keskkonda saab sisse logida ID-kaardi, mobiil-ID või Smart-ID-ga. Lisaks iseteenindusele saab ametiga suhelda e-posti [info@sotsiaalkindlustusamet.ee](mailto:info@sotsiaalkindlustusamet.ee) teel või helistades infotelefonile 612 1360. Päris paberivaba teenus veel ei ole, sest endiselt peab klient abivahendit ostma või rentima minnes kaasas kandma arsti või mõne teise pädeva spetsialisti poolt välja antud tõendit, mis kinnitab tema abivahendi vajadust.

Allikas: [www.sotsiaalkindlustusamet.ee](http://www.sotsiaalkindlustusamet.ee)

## Riskigruppide COVID-19 haiguse vastane vaksineerimine Eestis

2021. a I kvartalis pakutakse vaksineerimist üle 70-aastastele inimestele ning diagnoosi järgi riskirühma kuuluvatele inimestele. Inimene saab teavituse oma perearstilt ja eesti.ee portaali kaudu, et kuulub vaksineerimise sihtrühma ja tal on võimalus end vaksineerida lasta.

Juhul, kui perearsti hinnangul on tema nimetus inimesi, kes ei kuulu ametlikult riskirühma, kuid vajavad kindlasti oma terviseseisundist tulenevalt vaksineerimist (nt mõne harvikaiguse nagu lihashaiguse vormi põdeja vms), siis võib perearst esmajärjekorras vaksineerida ka neid. Lihashaigetel, kes soovivad võimalikult ruttu saada vaksineeritud, tasub helistada oma perearstile või pereõele. 2021. a II kvartalis tekib plaanide kohaselt kõigil soovijail võimalus end vaksineerida COVID-19 haiguse vastu. Laste vaksineerimist alustatakse siis, kui on olemas lastele sobiv vaktsiin.

Vaksineerimist viivad läbi arstid, õed ja ämmaemandad, kes on läbinud immuniseerimise alase baaskoolituse ja täiendkoolituse viimase viie aasta jooksul. Vaksineerimise korraldamiseks kasutatakse juba toimivaid süsteeme: haiglad ja perearstikeskused, hooldekodudes hakkab toimuma vaksineerimine kohapeal. Praegu kasutuselolevad vaktsiinid on kahedoosilised, teise doosi manustamise aja kohta tuleb inimesele meeldetuletus. Selleks, et immuunsus tekiks, tuleb manustada mõlemad doosid. Vaksineerimine Eestis on vabatahtlik.

## Pension muutub paendlikuks

Eesti pensionisüsteem koosneb kolmest sambast. I ja II sammas on riiklikud ja III sammas erapension. I ja II sammast rahastatakse peamiselt sotsiaalmaksust, III sambasse teeb sissemakseid ainult inimene ise või tema tööandja.

I samba pensioni suurus sõltub inimese pensionistaazist, mis kujuneb tema eluteel toimunud tegevustest nagu töötamine, laste kasvatamine, sõjaväes teenimine, õppimine jms. **2021. aastast alates I samba pensioni arutamise valem muutub.**

II ja III pensionisamba suurus sõltub peamiselt sellest, kui palju on inimene ise või tööandja tema eest sammastesse sissemakseid teinud ja kuidas fondid on suutnud kogutud kasvatada. *II sammas on siiani olnud alates 1983. aastast sündinud inimestele kohustuslik, 2021. aastal muutub see vabatahtlikuks.*

Ühe eriolukorras tuleneva kriisimeetmena **pea-tuvad riigipoolsed sissemaksud teise pensionisambasse (4%) 1. juulist 2020 kuni 31. augustini 2021.** Erandiks on aastatel 1942–1960 sündinud inimesed, kellele jätkub riigipoolsete sissemaksete tegemine tavapärasest korras.

2020. aasta oktoobris oli inimesel endal lisaks võimalik loobuda ka tema töötasul arvestatavast 2% sissemaksest perioodiks 1. detsembrist 2020 kuni 31. augustini 2021. Kõigile, kes jätkavad 2% makseid, kompenseerib riik aastatel 2023–2024 tagantjärele perioodil 01.07.2020–31.08.2021 tehtud sissemaksud kahekordses summas.

Vt täpsemalt: [sotsiaalkindlustusamet.ee](http://sotsiaalkindlustusamet.ee)

*Valdur Mikita, 2013*

# Lingvistiline mets

Eesti kultuur ja mõtteilm pole vist kunagi koosnenud massiivsetest suurvormidest. Pigem on see salkkond tühjusest ilmuvaid isevärki turgatusi, mis sööstavad siia-sinna nagu parv kärmeid pisikesi linde.



Globaliseerumise ja “maailmakultuuri” tulemuseks on omamoodi semiootilised tapatalgud, mida pannakse toime kõigil pisikestel inimteadvuse saartel, mis veel kusagil olemas on. Need on suunatud kõigi vastu, kes veel julgevad mõelda ja kogeda teistmoodi. Maa pealt on kadumas pisikesed ja õrnad märgisüsteemid, meie isiklik teadvus. /---/ Globaalkultuur meenutab veidi sundkollektiviseerimist, meie kultuuriteadvuses on järjest vähem eraomandit, kaunimalt öeldes – kodu, mis kuuluks ainult inimesele. Maailmast on kadumas isiklikud asjad, võib-olla just seepärast tunneme end sageli inimeste hulgas nii üksiku ja kodutuna.



Keegi peab inimesele ütleva, et mine ja ehita endale maailm, et selline asi on üldse võimalik.  
Keegi peab sisendama lootust, et kõik see hakkab ükskord tööle, et selline kavatsus on mõttekas.  
Keegi peab ütleva, et maailm on ränduri privileeg, et inimene sünnib selle loomise väega.  
Keegi peab veenma otsijat, et maailma sees on veel üks teine, natuke suurem maailm.



Suurem osa informatsioonist (võiks öelda koguni – tsivilisatsioonist) ei ole enam ammu inimesele vajalik, see on mõttetu märgiprügi. Urbaniseeruv inimene vajaks üha rohkem märgidieeti.



Religiooniõpetust tuleks alustada just nimelt sealt, kust alustasid müstikud – inimese füsioloogiast.  
See on kõige loomulikum viis jõuda arusaamiseni maailma toimimisest. Keha on kõige võimsam kultuuritekst, kui kasutada lotmanlikku kõnepruuki. Häda on selles, et tänapäeva inimesel on väga vähe ideid, mida oma kehaga peale hakata. Enamasti on neid kolm: sportida, seksida ja süüa – või siis süüa vähem, et kaalust alla võtta.

