

Raamatukogu raamatuid saab tellida endale pakiautomaati

Tallinna Keskraamatukogu pakub eriolukorra ajal mitmeid uusi teenuseid. **Loe lk 5**

Riputame hambad varna või oleme terved?

Hambaarst Meeme Mõttus annab ülevaate, millises seisus on Eesti hambatervishoid. **Loe lk 7**

2+2-reegel:

liigu üksi või kahekaupa ja hoia teistega 2 meetrit vahet

Nõmme Sõnumid

9. aprill 2020 • Nõmme Sõnumid nr 7 (595)

Järgmine number ilmub 24. aprillil 2020

VÄLJAKUTSE: Kuu täis õppimist ja õpetamist kodust lahkumata

Peagi saab kuu aega sellest, kui koolilapsed on olnud e-õppel. Niivõrd suures mahus e-õpe on kogu riigis esmakordne ning ühtlasi ka suur väljakutse.

Kui esimene nädal möödus Tallinna koolides kohanemise tähe all, siis nüüd sujuvad õppetegevused tänu koolide, õpetajate, õpilaste ning lapsevanemate tihedale koostööle juba väga hästi. Lühikese ettevalmistusajaga 46 400 Tallinna õpilase distantsõppele üleviimine oli mastaapne ettevõtmine, mis õnnestus ainult tänu osaliste läbimõeldud ja efektiivsele koostööle. Nõmme Sõnumid uuris Tallinna Nõmme gümnaasiumi matemaatikaõpetajalt **Pille Laurimaalt** ja muusikaõpetajalt **Jaanus Kannilt**, millised on distantsõppe võlud ja valud õpetaja seisukohast lähtuvalt.

Kas uutmoodi õppesüsteemi rakendamine oli keeruline väljakutse?

PL: Esimene nädal oli keeruline, oli vaja leida sobiv rutiin ja süsteem. Väike ettekujutus ju tundus olevat, aga reaalne elu toob iga päev midagi uut. Nüüd on enese jaoks asi suures plaanis paigas, õpilased ilmselt on harjunud uue korraldusega ja asi tundub enam-vähem toimivat. Aeg-ajalt tuleb ikka tagasilööke näiteks internetiühenduse vms tõttu. Aga lapsed on selles suhtes loovad, leiavad võimaluse osaleda videotunnis ka siis, kui antud aadressile sisse ei pääse.

JK: Näiteks muusika ainekavas on suur kaal ühislaulmisel, mida saab teha ainult koos olles. Õpilased õpivad küll kodus praegu laule selgeks, aga nende laulude tõeline võlu avaldub alles siis, kui taas koolis oleme ja üheskoos õpitust rõõmu tunneme. See-eest mõne instrumendi õppimine eeldab alati ka iseseisvat harjutamist, mistõttu olen andnud mitmeid plokkflöödiülesandeid – kas või 15 minutit kodus harjutamist on kordades tõhusam ja tulemuslikum kui klassis mängides, kus ühele õpilasele jagub mul korraga vaid paar-kümmend sekundit, kui sedagi. Video kaudu õpilase pillimängu või ka laulu kuulates saan ma korra keskenduda ainult temale ja jõuan märgata detaile, tunnis peaksin samal ajal silmanurgast jälgima ka ülejäänud 25 õpilast. Kirjalik tagasiside on e-õppe puhul igati asjakohane ja edasiviiv, sellal kui kujundav hindamine tavaõppes kipub teinekord jääma asjaks asja pärast.

Milliseid uusi loovaid lahendeid on õpetajad leidnud, et materjali edasi anda?



FOTO: PEXELS.COM

PL: Igasuguseid platvormide tundide läbiviimiseks, ülesannete jagamiseks ja tegemiseks on palju ja praegu on need ka tasuta kättesaadavad. Mina arvan, et väga pikaks seda nimekirja pole vaja ajada, mõeldes just õpilasele. Mõned minu jaoks uued keskkonnad tuli aga endale selgeks teha küll. Google Classroomi polnud ma enne kasutanud, nüüd kasutame seda suuremate õpilastega ülesannete ja lahenduste jagamiseks, kommenteerimiseks ning konsultatsiooniks.

Minu jaoks oli täiesti uus videotundide läbiviimine (kasutan Google Meeti). Ilma selleta ei kujutaks nüüdset tööd ette. Koos dokumendikaameraga oleme saanud läbi viia isegi konstrueerimise tunde, kus sirkli ja joonlaua tegelik käeshoidmine ja kasutamine on ülioluline. Arvutiprogrammiga on loomulikult igasugused konstruktsioonid võimalikud, aga see ei anna sama efekti, mis ise konstrueerides.

Vahetut kontakti vajavad nii õpilased kui õpetajad. Üritan iga klassiga teha kontakttunni vähemalt ühe korra nädalas, mõne klassiga satub neid ka rohkem. Plaanid tekivad/muutu-

vad töö käigus ja sõltuvad käsilolevast teemast ning õpilastest.

Nooremate õpilastega teeme tööd lisaks videotundidele ka eelnevast tuttavas Opiq.ee keskkonnas ja töövihik-õpik on ka kasutuses. Elevust tekitab alati 99math.com-is reaalajas peastarvutamise võistluse korraldamine.

Kuidas nõrgemaid järele aidata?

PL: Lisaselgitustega tagasisides, arvestades muuhulgas ka õpilase senist õpioskust jms, individuaalsed konsultatsioonid näiteks Messengeri vahendusel. Eks suur osa on siin ka lapsevanemal. Kahjuks peab ütleva, et osaliselt need õpilased, kes ei tundnud enne huvi õppimise vastu, ei avalda seda väga ka nüüd. Samas on ka teistpidi näiteid loomulikult.

JK: Nõmmel elavad üldjuhul pered, kes hoolivad väga oma laste arengust. Seda oli tajuda ka varem, aga nüüd, kus lapsevanemate roll õppetöös on olude sunnil kasvanud, tuleb see eriti hästi esile. Vanemate abi laste õppimise abistamisel on olnud hädavajalik ja õpetajad on selle eest tä-

nulikud. Samas rõhutan: e-õpe ei tähenda, et vanemad muutuvad õpetajateks, vaid seda, et vanem kõigest abistab ja sedagi ainult siis, kui teisiti ei saa. Kui teeme lapse eest ära midagi, millega ta ka ise hakkama saaks, on see karuteene. Sama kehtib, muide, ka tavaõppe ja -elu puhul. Julgustan rohkem lähtuma põhimõttest, et kui laps vette visata, siis õpib ta ujuma. Siiski ei saa loobuda rannavalvest ning lapsel peaks olema oskus, harjumus ja võimalus vajadusel päästerõngaid kasutada.

Kuidas motiveerib õpetaja ennast kodus töötama, milline on päevaplaan?

PL: Tööpäev algab umbes samal ajal nagu ennegi, kuid rutiin on teine. Kontakttunnid toimuvad kokkulepitud kellaegadel, aga muude töödega saan oma aega ise planeerida.

Kui ei ole parasjagu kontakttunde, siis tegelen eelmiste päevade töödele tagasiside andmisega, õpilaste küsimustele vastan meili, Messengeri või Google Meeti kaudu kogu tööpäeva jooksul. Järgmise päeva tunnid tuleb planeerida ja eKooli sisestada, ülesanded jms üles laadida.

Suur osa tööpäevast kulub õpilaste tööde ülevaatamisele ja tagasiside andmisele. Ei ole ju võimalik teha seda klassiruumis nagu enne, aga pean seda väga vajalikuks. Mõnikord venib tööpäev seetõttu küll pikemaks, kui oli tavaolukorras.

Kas distantsõpe võib ka mingil moel hea ja kasulik olla, kui jah, siis mis osas?

PL: Võibolla üks esmapilgul üllatav positiivne efekt. EKooli administraatorina nägin esimesel nädalal uskumatult hulka õpilasi, kellel siiani puudus oma isiklik eKooli konto. Nüüd on nad selle endale teinud ja loodetavasti jäävad kasutama ka peale eriolukorda.

Aineõpetajana sain korraks mugavustsoonist välja tõmmatud, kuigi olen arvutiga alati hästi hakkama saanud. Õpilased tulevad kenasti kaasa ja arvan, et mõlemad pooled tunnevad end edaspidi kindlamalt uute võimaluste kasutuselevõtul.

JK: Eriolukord on kõigi jaoks ebamugav, aga ärgem unustagem, et areng toimub vaid väljaspool mugavustsooni. Seega on meil kõigil praegu hea aeg õppimiseks.

LÜHIDALT

5 nõuannet lapsevanemale, kuidas kodukool paremini toimima panna

Koolides jätkub töö distantsõppele veel järgmised nädalad. Kuidas tagada kaugjuhtimisel koolisüsteemi edukas toimimine lapsevanemate jaoks? Soovitusi jagavad Gustav Adolphi gümnaasiumi eesti keele ja kirjanduse õpetaja Maarja-Liisa Vokksepp, Tartu Erakooli Peedu kooli inglise keele õpetaja Helen Altin-Ilves, Hugo Treffneri gümnaasiumi keemiaõpetaja Joana Jõgela ning Pärnu Tammsaare kooli inglise keele õpetaja Karel Alliku.

1. AITA LAPSEL AEGA PLANEERIDA

Kui näed, et laps vajab esialgu päevaplaani loomisest ja sellest kinnipidamisest abi, toeta neid. Pange näiteks koos kirja kodused ülesanded ja tähtajad. Kui koduste tööde nimekirja paistab hirmus pikk, siis las laps enne süveneb, millised on tegelikult tähtajad, milline on töö siisu ja kui palju see võiks aega võtta.

2. ÕPETA VASTUTUST

Lase lapsel omaette nokitseda, suhelda õpetajaga; kui näed, et ta on tõesti hädas, mine appi. Praegune olukord võiks õpetada lapsi ise vastutama, hakkama saama ja ka eksima. Eksimuste läbi õpi me kõige paremini ja selle kaudu avaneb inimesel loovus.

3. KUI ON MURESID VÕI KÜSIMUSI, SUHTLE ÕPETAJAGA

Hetkel on rollid vahetunud: kui varem oli kodu ja kooli vaheliseks sillaks laps, siis nüüd, vähemalt algklassides, on selleks sillaks vanem. Kõikide osaliste koostöö on praegu võtmesõna. Kui tundub, et lapse koormus on liiga suur, aruta seda aineõpetaja või klassisjuhatajaga. Sa saad olukorda muuta, kui räägid õpetajaga või kooliga, mitte Facebookis kriitikat levitades. Samuti pane tähele, millist meelestatust sa lapse kujundad.

4. ANNA AEGA KÜSIMUSTELE VASTATA

Infotulv on meeletu. Õpetajate töökoormus on suurenenud, nad ei jõua kohe kõikidele kirjadele, küsimustele reageerida. Eriti kui tegemist sellise õpetajaga, kel tundide arv on koolis suur ja klasse palju. Individuaalset lähenemist on märgatavalt vähem, sest arvuti taga tuleb mitu korda rohkem ülesandeid sooritada ka õpetajal ja tavapärasest näost näkku suhtlemist vahetunnis ei ole. See on põhjus, miks õpetaja alati kohe ei reageeri, kui talle kirjutate. Aga ta teeb seda ühel hetkel kindlasti.

5. JÄÄ SELLES HARJUMATUS OLUKORRAS RAHULIKUKS

Ole oma lastele eeskujuks, nad näevad käitumismudeleid ja hakkavad käituma nii, nagu neile näidatakse. Õpeta neile armastust, mõistmist ja usaldust ning neist kasvavad hoolivad inimlikud inimesed. **(SA Innove)**

JUHTKIRI

Maailm muutub

Kui veidi vähem kui kuu aega tagasi ei võtnud minu hinnangul kõik eestimaa-lased viirusnakkuse levikut piisava tõsiseusega, siis tänaseks on suhtumine oluliselt muutunud. Me tõepoolest püüame kõik ühiselt pingutada selle nimel, et koos seljatada viiruse levik Eestis, et siis võimalikult ruttu harjumuspärase tegevuste juurde naasta. Meie seas ei ole enam nii palju neid, kes seavad küsimuse alla, kas kehtestatud piirangud on ülereageerimine – vastupidi, olgu need meetmed praegu rangemad, kuid loodetavasti on need tõhusad, et riigis taastuks endine olukord.

Inimesi on linnapildis näha tunduvalt vähem, nii ühistranspordis kui ka tänavatel. Kui liigutakse, siis püütakse seda teha isikliku sõiduauto-ga, ning kui pole tarvis minna kodust kaugele, siis käiakse Nõmme kaunites metsades, parkides ja haljasaladel. Juba päris varajastel hommikutundidel võib Nõmme-Mustamäe maastikukaitsealal või Harku rabametsas kohata tervisesportlasi, sealhulgas presidenti. Seda kõike tehakse niimoodi, et inimestevaheline distants oleks piisav, et üksteist mitte ohustada. Ja seda kõike tehakse viisakalt, jätmata ühtegi naeratust või sügavat pilku teisele saatmata – küll peagi saame taas suhelda.

Ka mängu- ja spordiväljakud, mis praegu ohutuslintide või ehitusaedadega suletud, näevad küll nukrad välja, aga me suhtume sellesse mõistvalt, sest seeläbi vähendame taas nakkusriski avalikus ruumis.

Alles hiljaaegu seisin tuttava nõmme-kaga poe autoparklas vastamisi, mõlemal maskid ees. Me ei keera enam maskiga inimest nähes otsa ringi, vaid aktsepteerime seda ning võtame seda normaalsusena, et peale oma tervise hoolib kaaskodanik ka minu tervisest. Olgu siis abivahendiks spetsiaalne mask, buff, sall või lihtsalt kõrge kaelus. Poes käime kinnastega ning poest tulles desinfitseerime juba ka pakendeid. See on praegune normaalsus, kuid pole välistatud, et need tänased harjumused võtame endaga tulevikku kaasa. Näiteks sellegi, et toidupoes käimine ei pruugigi enam eestlaste seas nii populaarne tegevus olla, vaid pigem eelistatakse toidukaup endale koju tellida.

Muutub ka tööandjate suhtumine infotehnoloogilistesse lahendustesse ja sellesse, et kas peabki kontoritöötaja ülemuse silme all oma töötunnid täis tegema. Võib-olla suudame ka eriolukorra lõppedes usaldada oma alluvaid piisavalt, et võimaldada neile kodukontorit, mis läbi saavad nad ühitada töö- ja pereelu. Kui suudame seda täna, miks ei peaks me seda suutma siis tulevikus?

Igal juhul peame veel oleme kannatlikud, laskma end juhtida kainest mõistusest ning raskete aegade kiuste jääma positiivseks. Eesootav puudutab meid kõiki, ent mismoodi ja mil määral, on hetkel veel raske öelda. Kindlalt teame vaid seda, et lihavõtte on saabumas, ning loodetavasti tähistame seda sibulakoorekollaseks värvitud munade koksimisega.



GRETE ŠILLIS
Nõmme linnaosa vanem



...pole välistatud, et need tänased harjumused võtame endaga tulevikku kaasa.

Aiajätmeid koduaias põletada ei ole lubatud

Heakorraeeskirja järgi on Tallinnas kulu, lehtede, okaste ja prügi põletamine keelatud. Lubatud on põletada oksa, aga sealjuures tuleb kindlasti järgida tuleohutuse nõudeid. Tallinlased saavad oma aia- ja haljastusjätmeid viia jätmejaamadesse.

Nõmme linnosa vanem Grete Šillis märgib, et lõksetegemise kultuur on aasta-aastalt paranenud, kuid leidub neidki, kes otsustavad aia- ja haljastusjätmeid oma hoovis põletada. «Sel kevadel on Nõmme linnaosa valitsusele tulnud üks kaebus aiajätmete põletamise kohta. Kontrolli käigus selgus, et põletati oksa, mitte aiajätmeid,» ütles Šillis.

«Aga ka okste põletamisel tuleb arvestada naabritega ning valida lõksetegemiseks sobiv ilm. Samuti tuleb leida sobiv põletuskoht, tuld ei tohi valveta jätta ning kindlasti peavad kõrval olema vajalikud vahendid tule võimaliku leviku peatamiseks. Lõkkesse ei tohi visata möödunud aastaseid poolkõdunenud lehti ja muru riisumisel tekkivaid jätmeid. Nende põlemisel



FOTO: ANU PÕRK

tekkib tossu kõige rohkem,» lisas linnaosavanem.

Nõmmel asub kaks jätmejaama. Pääsküla ja Rahumäe jätmejaam on avatud tööpäeviti kella 12.00–20.00. Laupäeval ja pühapäeval töötavad jätmejaamad 10.00–18.00. Korrastustöödeks on neljapäeviti suletud Pääsküla jaam ja reedeti Rahumäe jaam. Jätmejaamades võetakse tallinlastelt iga päev tasuta vastu kuni kuus

100-liitrist kotitait aia- ja haljastusjätmeid. Jooksvat ajakohast infot vaata www.jaatmejaam.ee. Jätmejaamade infonumber: 529 3020 (E–R 8.30–17.00). Võimalusel tasub kaaluda aiajätmete koduaias kompostimist.

Kui märgatakse ebaseaduslikku lõksetegemist, siis tuleb sellest teada anda Tallinna abitelefoni numbril 14 410. Mupo võib heakorraeeskirja eiramise eest karistada trahviga. (NS)

Tallinna õpilased saavad kord nädalas toidupakke lõunasöögi valmistamiseks

Aprillis muutus Tallinnas õpilaste koolilõuna jagamise korraldus. Selleks et piirata otsekontakte inimeste vahel, saavad lapsed edaspidi kord nädalas kooli juurest kaasa toidupaki.

«Meie ühise pingutuse tulemusena on nüüdseks sooja koolilõunat saavate õpilaste arv kasvanud juba 1600ni. Täna nii koolijuhte kui ka toitlustajaid, kes on toidu jagamist edukalt korraldanud,» ütles abilinnapea Vadim Belobrovtsev. «Haigus on aga salakaval ja selle võitmiseks tuleb meil viia inimeste kontaktid miinimumini. Oleme otsinud uusi lahendusi ja võimalusi, kuidas seda lastele nii vajalikku tegevust siiski jätkata. Leidsime, et optimaalseks lahenduseks on nädala aja toidupakkide jagamine. Toidupakid toimetatakse lapse kodule kõige lähemasse kooli, kust need liigse rändamiseta kätte saab.»

Toidupakid sisaldavad toiduaianeid kuue päeva lõunasöögi valmistamiseks. Esimeses toidupakis olid must leib, kurk, tomat ja porgandid,



FOTO: MATS ÖJUN

õunad, banaanid ja apelsin, makaronid, juust, lihapallid, purgisupp, piim ja keefir ning maisikepikesed. Edaspidi menüü muutub, et kasvav organism saaks mitmekesiseid toitaineid. Toidud valitakse toitlustajate ja terviseenduse spetsialistide koostöös.

Kuna toidupakk võib olla üsna raske, võiks sellele järele tulla lapsevanem või hooldaja. Kui mõni õpilane

soovitud toidupakile järele tulla ei saa, toimetatakse see kohale muul kokkulepitul viisil.

Pered, kes lapsele koolitoitu soovivad, peavad sellest teatama lapse kooli, kes omakorda edastab info Tallinna haridusametile. Toidupaki kättesaamise juhiseid saavad lapsevanemad ja õpilased koolilt. (Tallinna kommunikatsiooniosakond)

Pensionitõus

Aprillis jõustus pensionitõus, millega kasvavad pensionid üle üheksa protsendi, mis on viimase 12 aasta suurim pensionitõus. Koos erakorralise tõusuga kasvab keskmine vanaduspension 45 eurot. Samuti tõusevad ümberarvutamisega töövoimetootused. Keskmise 44-aastase staažiga vanaduspension suureneb 45 euro võrra, praegusest 483 eurole.

Pensionitõus on pärast indekseerimist 208,5 eurot ja aastahinne 7,104 eurot. Pärast indekseerimist

tõstetakse pensioni baasosa erakorraliselt 7 euro võrra, mis tingib pensionide baasosa kasvu 208,5 eurole. Sellega koos suurenevad ka riiklikud pensionid, v.a rahvapension.

Eesti riik arvutab pensionid igal kevadel ümber, et hoida pensionid tasakaalus palkade ja hindade muutustega. Igale inimesele on arvatud tema eelnevast tööpanusest sõltuv individuaalne pension. Praegune pensionide indekseerimise kord hakkas

kehtima 12 aastat tagasi, 1. jaanuaril 2008, kui indekseerimine seoti sotsiaalmaksu laekumisega varasemast suuremas mahus. Pärast indeksi kinnitamist arvutab sotsiaalkindlustusamet uute väärtustega ümber kõik riiklikud pensionid.

Oma uut pensioni suurust saab inimene alates 1. aprillist vaadata riigiportaalist eesti.ee (pensioni, toetuste ja hüvitiste vaatamine). Lisainfo saab ka sotsiaalkindlustusameti infotelefonil 612 1360. (NS)

Nõmme Sõnumid

Väljaandja: Nõmme linnaosa valitsus
Toimetajad: Anu Põrk
telefon: 645 7333
e-post: anu.pork@tallinnlv.ee
kodulehekülj: www.tallinn.ee/nommesonumid
Valdeku 13, 11621 Tallinn.
Levi: Express Post
Toimetusel on õigus kaastöid nende selguse mõttes toimetada ja lühendada. Kaastöid ei tagastata ega retsenseerita.





FOTOD: NÕMME LOV



Nõmmel kontrolliti prügi- ja päästeautode ligipääsemist kinnistutele

■ Nõmme linnaosa valitsus kontrollis vahemikul 16.–25. märtsi ni parkimise olukorda Nõmmel. Eesmärk oli kindlaks teha kitsaskohad ning leida lahendusi olukordadele, kus ilmnevad takistused prügiveol või kus on raskestatud päästemeti ligipääs kinnistutele.

Esmaspäeval, 16. märtsil tehti kontroll koos Nõmme päästekomandoga, 19. ja 25. märtsil korraldati kontrollreid tavasõidukiga. Nõmme

linnaosa vanem Grete Šillis ütles, et probleeme tekitasid kohad tänavate ääres, kus parkiva sõiduki vastas on post, puu või on kaks sõidukit pargitud kohakuti sõidutee äärde. «Parkimisel peab autojuht olukorda hindama ning proovima mõelda enda sõidukist suuremate masinate peale. Arvestage, et teenindavad sõidukid on teie eraautost oluliselt suuremad ja vajavad rohkem ruumi liiklemiseks,» ütles linnaosavanem. «Tuletan meelde, et ristmike, väravate ja prügikonteinerite kinniparkimine on

keelatud. Pikemal parkimisel tehke seda võimalusel kinnistul, ärge jätke sõidukit tänavamaale ja veenduge, et pargitud sõiduk ei takista teisi liiklajaid,» lisas Šillis.

Nõmme linnaosa valitsus saatis nendele korteriühistutele, kus esines probleeme, teatise koos soovitatavate parkimisskeemidega. Kindlasti peaksid kõik korteriühistud ka ise jälgima, et elanikud ega külalised prügmajaesist kinni ei pargiks.

Tervikpildi saamiseks sõideti päästeautoga läbi suur osa Nõmme täna-

vaid. Näiteks läbiti Nikolai von Glehni, Köver, Pihlaka, Mahla, Ilmarise, Vanemuise, Tungla, Tirdi, Teelise, Saha, Põllu jne tänav. Ilmnes, et sõidukid on pargitud liiga lähedale ristmikule. Tagatud ei ole pääste- ja prügiautodele vajalik pöörderaadius.

Liiklusseaduse paragrahvi 21 lõige 14 sätestab, et sõidukit ei tohi peatada lõikuva sõidutee äärel lähemal kui viis meetrit. Kui ei tohi peatada, siis ei saa ka parkida. Liiklusseaduse leiate veebiaadressilt www.riigiteataja.ee. (NS)

Kadaka puiestee aluse kollektori remont edeneb plaanitust kiiremini

Kadaka puiestee Tähetorni ja Mäepealse tänava vahelise lõigu all oleva avariiohtliku kanalisatsioonitorustiku remont on jõudsalt edenenud ja üle poole töödest on tehtud.

Tallinna Vee projektijuhi Marti Vaksmanni sõnul on torustiku kinnisel meetodil rekonstrueerimine kulgenud plaanitust kiiremini. «Tähetorni ja Trummi tänava vahelises lõigus on

tööd lõpetatud, kaevude ümbrus asfalteeritud ning liiklus avatud. Trummi ja Mäepealse tänava vahel töö veel jätkub ning kaevude rekonstrueerimine käib ka Tihniku tänaval,» rääkis Vaksmann. Samuti on Vaksmanni sõnul muudetud kasutajatele mugavamaks ajutine üle survetorustiku minev jalakäijate sild. «Kaevude rekonstrueerimisega samal ajal saame alus-

tada ajutise survetorustiku ja pump-la demonteerimisega ning anda tööse renoveeritud torustikulõigu,» lisas Vaksmann.

Tallinna transpordiameti juhataja asetäitja Talvo Rüütelmaa sõnul on aidanud tööde kiirele edenemisele kaasa tavapärasest tunduvalt väiksem liikluskoormus. «Tänu sellele, et liikluses on vähem sõidukeid, on Tallinna

Vesi saanud korraldada töid korraka pikemal teelõigul, kui see oli esialgu plaanitud. Seetõttu on tööd ka kiiremini valminud ning peaksid praeguse info järgi lõpule jõudma juba järgmisel nädalal. Pärast seda eemaldab ettevõtte ajutise survetorustiku, milleks võib kuluda veel ligikaudu poolteist nädalat,» sõnas Rüütelmaa. (Tallinna transpordiamet)

LÜHIDALT



Nõmme saab Laanelille- ja Sininuku-nimelise tänava

Nõmme linnaosas Kivimäe asumis planeeritakse Särje tänav 22a kinnistu detailplaneeringuga määrata ehitusõigus olemasoleva ärihoone rekonstrueerimiseks korterelamuks ning uute üksikelamute ehitamiseks. Planeeritav ala asub Särje tänava ja Kivimäe tänava vahelisel maa-alal ning juurdepääs rajatavatele elamutele kavandatakse Särje tänavalt ja Kivimäe tänavalt lähtuvate uute tänavate kaudu. Nõmme linnaosas asuvad uued tänavad nimetati Laanelille ja Sininuku tänavaks.

Tallinna linnavalitsuse nimekomisjon arutas planeeringuga kavandatud uute tänavate nime küsimust juba 2015. aasta 24. novembri koosolekul. Kaaluti mitut nime, kuid Leho Lõhmuse soovitusel otsustati tänavanimede valikul lähtuda piirkonna loodusest ja kasutada liivikutaimede nimesid. Laane tänava poole jäävale Särje tänavalt lähtuvale tänavale valis nimekomisjon Laanelille ja Kivimäe tänavalt lähtuvale tänavale Sininuku nime. Need nimed esitas nimekomisjon linnaosa valitsusele kooskõlastamiseks. Nõmme linnaosa valitsus kooskõlastas nimekomisjoni taotluse 8. jaanuaril 2016.

Laanelille tänava ja Sininuku tänava nimede määramise kohta on vastavalt kohanimeseadusele arvamust küsitud ka asjasse puutuvalt maaomanikult, kes vastuväiteid ei esitanud. (NS)

Nõmmel kontrolliti kaupluste vastavust hügieeninõuetele

Nõmme linnaosa valitsus kontrollis märtsikuu viimastel päevadel Nõmme linnaosa territooriumil asuvaid kauplusi, et saada ülevaade hügieenireeglite nõuete kinnipidamisest, eelkõige toidupooides. Ringkäigul kontrolliti ka rõiva-, jalatsi-, lille-, taaskasutus- ja teisi kauplusi.

Nõmme linnaosa vanem Grete Šillis märkis, et hügieenitingimuste loomine ja reeglite täitmise nii kaupluste kui ka klientide poolt on praegu COVID-19 leviku valguses ülioluline. «Viimased uurinud on näidanud, et viirus võib püsida pindadel päris mitu päeva, seega, mida suuremat tähelepanu hügieenireeglitele pöörame ning riigis kehtestatud piirangutest kinni peame, seda kiiremini saame viiruse levikule piiri peale panna,» ütles Šillis. «Teeb head meelt, et Nõmme suuremates toidukauplustes oli lisaks hoiatus- ja meeldetuletussiltidele olemas ka kilekindad ja käte desinfitseerimise vahendid klientidele. Ka rahvast oli kauplustes liikumas juba vähem kui eelnevatel nädalatel,» lisas linnaosavanem.

Mitmed väiksemad kauplused olid oma ukseid juba sulgenud. Kauplustega, kus märgati puudusi, võttis linnaosavalitsus ühendust telefoni teel ja kõik vajalikud hügieenimeetmed said ka nendes pooides kasutusele võetud.

Võimaluse korral tuleks inimestel teha ostud e-kauplustes ja kasutada toidu kojutoomise teenust, et vähendada kontaktide arvu miinimumini. (NS)

LÜHIDALT



Hambaravi esmaabi eriolukorra ajal

Ägeda hambahaiguse korral tuleb erakorralise abi saamiseks pöörduda esmalt oma hambarasti poole. Kui oma hambarast ei saa abi anda, tuleb minna ühte kolmest Tallinna valvekliinikust. Ohutuse tagamiseks on vajalik eelregistreerimine ning kliinikus viibides tuleb järgida eriolukorra nõudeid.

Õigus saada tasuta vältimatut hambaravi on kõigil, sõltumata sellest, kas neil on ravikindlustus või mitte. Tasuta hambaravi tehakse arsti otsusega juhul, kui abi edasilükkamine või selle andmata jätmise võib põhjustada abivajaja surma või püsiva tervisekahjustuse. Haigekassa lepingupartnerid on kirjas veebilehel www.haigekassa.ee. Palume patsientidel olukorda pidevalt jälgida, sest info võib muutuda. Tallinna kolm valvekliinikut on Tallinna Hambarapoliikliinik, Unimedi Kaarli Hambaravi ja Järve kliinik.

Patsientidele pannakse südamele, et kui neil peaks enne või pärast visiiti tekima respiratoorse viirushaiguse sümptomid, tuleks sellest kohe ka hambaravikliinikut teavitada. Enne vastuvõtu minekut tuleb kindlasti ravisutusega telefoni või meili teel konsulteerida.

Tallinna Hambarapoliikliinik palub korral helistada telefoninumbri 612 1200. Lähtudes ravivajadusest ja arsti otsusest, kutsutakse patsient vajaduse korral vastuvõtule. Lisainfo saamiseks võib samuti helistada samal numbril või saata meil aadressil info@hambapol.ee. Poliikliinik töötab ka laupäeval ja pühapäeval ajavahemikus 9-13.

Unimed Kaarli Hambarapoliikliinik palub samuti vältimatut abi saamiseks eelnevalt kliinikuga ühendust võtta aadressil registrator.tallinn@unimed.ee, telefonitsi saab ühendust numbril 677 6800. Avatud on ka tasuta hambaravi nõuandeliin 677 6822 (E-R 9-17), kuhu võib julgelt kõigi suuõhne tervist puudutavate küsimustega helistada. (NS)

Teadaanne munitsipaal- ja sotsiaalmaja elanikele

«Tänases eriolukorras on oluline hoida oma tervist ja kaitsta teiste tervist. Me teame, et parim viis viirusest hoidumiseks on vältida otsekontakti, püüdes võimalusel kodus. Seepärast oleme Tallinna linnas otsustanud, et kõigil, kellel on vajadus pikendada või muuta üürilepinguid, saavad seda teha kirjalikult, saates vabas vormis avalduse e-kirjaga. Kui teil tekib probleeme või küsimusi, siis helistage meie töötajatele ja nemad aitavad teid. Vältide siis otsekontakti ja püüame sellega kaasa aidata viirusele piiri panemisele. Olge terved!» sõnas abilinnapea Eha Võrk.

Tallinna linna eluruumi üürilepingut on võimalik pikendada ja muuta kirjalikult, saates vabas vormis avalduse aadressile linnavaraamet@tallinnlv.ee. Küsi nõu telefoni teel: 640 4646, 640 4648, 640 4510. (Tallinna linnavaraamet)

Paneme üheskoos koroonaviiruse levikule piiri!

Praeguses eriolukorras elades tuleb soovitusi ukselt ja aknast. Koondamise kõige olulisema info linna, terviseameti ja Vabariigi Valitsuse juhustest kokku – palun loe, jäta meelde ja getutse selle järgi!

12. märtsil välja kuulutatud eriolukorrast tingitud meetmed on hädavajalikud, et kaitsta koroonaviiruse eest kõige haavatavamat osa elanikkonnast: meie vanemat põlvkonda ja krooniliste haigustega inimesi.

Tallinn on info linna eriolukorraaegsete piirangute ja teenuste osutamise kohta koondanud kodulehele www.tallinn.ee/est/Koroona-toketamine. Täpne ja usaldusväärne info

eriolukorra kohta on lehel kriis.ee ning kooroonaga kohta saab küsida infotelefonilt 1247. Lisaks saab infot Tallinna puudutatavates küsimustes numbril 14 410. Jälgi ka Eesti Rahvusringhäälingu uudiseid teles, raadios ja internetis. Uudistesateid kantakse lisaks eesti ja vene keelele üle ka viipekeeles. ETV eetris on iga päev kell 12 «Aktuaalse kaamera» erisaade. ETV+ kannab eriolukorra ajal üle kolmapäeviti kl 11.30 toimuvat Tallinna venekeelset pressikonverentsi, kus räägitakse koroona seotud küsimustest vene keeles.

Haigestumise korral võta esmajärjekorras ühendust oma perearstiga või

helista perearsti nõuandeliinile 1220. Välti silmade, nina ja suu katsumist. Kui puudutad oma silmi, nina või suud mustade kätega, võid kergesti nakatada mitte ainult koroonaviirusega, vaid ka teiste hooajaliste viirustega. Hädalukorras helista 112.

Väga tähtis on vältida kontakte teiste inimestega, üksiteisel külas ja ka poes käimist. Eriti kehtib see vanemate kui 60-aastaste inimeste kohta. Nüüd on aeg, kui võib julgelt helistada ja abi paluda lastelt, nooremalt sugulastelt või sõpradelt ja naabritelt.

Kui teil või teie lähedasel on praegusel ajal võimatu kodust väljuda kas

tervislikul või mõnel muul tõsisel põhjusel ja sugulastel ei ole samuti võimalik teda aidata, palume nõu ja abi saamiseks ühendust võtta linnaosa valitsusega.

Nõmme linnaosa valitsus aadressil Valdeku 13 on avatud tavapärastel kellaaegadel: E 8.15–18.00; T–N 8.15–17.00; R 8.15–16.00.

Kui otest vajadust ei ole linnaosa valitsusse kohapeale tulemiseks, siis palun kasutage e-teenuseid: www.tallinn.ee/teenused või võtke ühendust telefoni teel 645 7333.

Koroonaviiruse leviku peatamiseks saab oma panuse anda igatüki. Püsi kodus! (NS)

Roheliste Väravate Tänavast ning õnnelikust ja turvalisest kogukonnapeost

GERLI RAMLER

Traditsiooniks saanud Nõmme kogukonnapiidu Roheliste Väravate Tänav on planeeritud tänavu pühapäevale, 31. maile, ning Ühendus Loov Nõmme on igati valmis üritust oma inimeste jaoks korraldama. Kui aga viirus meid sel ajal endiselt piirab, lükub üritus edasi sügisesse.

Kui kuupäev kõrvale jätta, on kindel see, et pidu toimub sel aastal Võidu puistikus ja avatud on hooivid Prii, Unistuse, Kagu, Astri, Nelgi, Võidu, Karusmarja, Sinilille, Kaitse, Värava ja P. Kerese tänaval ja Lootuse puistestel.

Nagu traditsiooniks saanud: avatud hooivid ja õuekontserdid, rohevahetus, lasteala, ekskursioonid jne. Tänavalaadal keskendume oma Eesti väiketootjatele: käsitöömeistritele, mahekaupmeestele ja toidupakkujatele. Paneme öla alla, et raskused seljatada.

Loomulikult nagu alati ka midagi uut. Plaanis on suuremat sorti mõtetalgud, kus peateemaks muudugi



Nõmme. Lisaks saavad soojalembesed saunagi.

Aga et saaksime turvaliselt ja tervena Rohelistel Väravatel kulgeda, siis käitume kõik koos vastutustund-

likult ja PÜSIMES KODUS täpselt niikaua, kui vaja!

Kõige värskem informatsiooni ürituse kohta saab Facebookis avatud Roheliste Väravate Tänavale le-

helt. Kindlasti anname sündmuste arengust teada ka järgmises Nõmme Sõnumites.

Roheliste Väravate Tänavat korraldab Ühendus Loov Nõmme.

Tunnustusauhind «Lastega ja lastele» kutsub märkama ja nomine esitama

KRISTI MÄRK, Lastekaitse Liit

Tänavuste sündmuste valguses on märkamise, aitamine ja üksteisele toeks olemine saanud sootuks teise tähenduse ja suurema kaalu. Ka sel aastal saavad kõik esitada kandidaate tunnustusauhinna «Lastega ja lastele». Märgakem üheskoos neid, kes on oma tööde ja tegemistega Eesti laste ja noorte elu positiivselt mõjutanud või mõjutavad.

Õiguskantsler Ülle Madise sõnul on iga noore inimese õnn kohata eluteel inimesi, kes inspireerivad ja vajadusel tuge pakuvad. «Pea igas ametis ja rollis saab lapsi, Eesti tuleviku loojaid, innustada ja aidata ning ka vastupidi – lapsed saavad olla meile inspiratsiooniks ja suunanäitajateks. Kriisiaeg muudab elusid, ent tehkem nii, et ka paremaks.»

Kandidaate saab esitada kuni 1. maini ja selleks tuleb täita õiguskantsleri kodulehel www.oiguskantsler.ee/et/tunnustusauhind-laste-ga-ja-lastele olev taotlus. Eesti president ja õiguskantsler kuulutavad võitjad välja lastekaitsepäeval, 1. juunil.

Esile võib tõsta nii väikeseid kui ka suuri, aga ka organisatsioonide, kes on mõne algatuse või pikaajalise tegevusega andnud rohkem, kui neil oodatakse. Tunnustusauhinna «Lastega ja lastele» antakse välja seitsmendat korda. Sel aastal jagatakse auhindu kolmes kategoorias: «Lapse suur tegu», «Muutuste looja» ja «Elutööpreemia». Lisaks tunnustab lastest ja noortest koosnev komisjon üht auhinna esitatud kandidaati, kelle tegevust nad ise kõige silmapaistvamaks peavad.



Elmise korra «Muutuste looja» tiitli pälvis Mari-Liis Mänd, kes on üks lasteabitelefoni 116 111 loojatest. Ta seisab selle eest, et lasteabitelefoni teenus käiks ajaga kaasas ning lapsed saaksid nõu ja abi küsida ööpäev läbi mitte ainult telefonitsi, vaid ka veebiportaali www.lasteabi.ee ja [facebook.com/lasteabi](https://www.facebook.com/lasteabi) kaudu.

Mulluse «Lapse suure teo» kategooria võitja, Vaprusehelmete esindaja Sigrid Salundo meenutas aastatagust aega naeratusena: «Seda tiitlit pälvides sain aru, et tihti peale kõik, mida me uue hingamise saamiseks vajame, on «aitäh», üks siiras «aitäh.» Ühtlasi on Sigrid üks varasematest no-

minentidest, kes koos Lastekaitse Liidu noortekoguga tänavust konkurssi korraldada aitab.

Ajal, kui eriolukorra tõttu tuleb teha digitaalne arenguhüpe enamikul meist, on just laste ja noorte võimuses näidata suunda ja luua muutusi. «Eesti on suur, kuid samas ka väike – täpselt paras, et saaksime märgata meie ümber majakaid, kes ka teistele Liidu loodud platvormi www.markalast.ee toimetaja Triini Sooäär (16). Keskkonna vahendusel kantakse seekordsed nominendid tähekestena Eesti kaardile, võimaldades jälgida konkursi kulgu ja regionaalset jaotust.

Tunnustusauhinna annavad välja kaheksa laste heaolu väärtustavat organisatsiooni: MTÜ Eesti Asendusliku Töötajate Liit, MTÜ Eesti Lastekaitse Liit, MTÜ Oma Pere, MTÜ SEB Heategevusfond, sotsiaalkindlustusamet, presidendi kantselei ja õiguskantsleri kantselei.

Nõmme noorsootöötajad koos politseiga teevad selgitustööd parkides

■ Nõmme noortekeskuste noorsootöötajad on abiks noorsoopoliitsetele ja munitsipaalpolitsetele, et mänguväljakutele kogunenud noortele ja täiskasvanutele viiruse leviku tõkestamise kohta selgitustööd teha. Patrullitakse ka Nõmme palliväljakutel, jõulinnakutes ja tavaparkides.

Välipatrullid on tööl alates 21. märtsist, seda iga päev ning kogu päeva jooksul. Patrullimine kestab, kuni olukord seda nõuab. Kui nädala alguses oli parkides, mänguväljakutel ja eriti palliplatsidel rohkem kogunemisi, mis vajasisid ka sekkumist ja selgitustööd, siis nüüd saadakse 2+2-põhimõttest – avalikus kohas viibitakse üksi või kahekesi ja teistest ollakse kahe meetri kaugusel – juba paremini aru. Keelatud ei ole liikuda parkides, tervise- ja matkaradadel ning promenaadidel. Tuleb lähtuda lihtsalt põhimõttest hoida distantsi vähemalt kaks meetrit.

Nõmme linnaosa vanem Grete Šillis tegi ka ise kontrollreidi Nõmme avalikel väljakutel, veendumaks, et need kõigile arusaadavalt suletud püsivad. «Olukord oli meeldivaltlatav, enamikul väljakutel olid linnid ja plakatid kenasti püsinud. Kus need olid ära lõhutud, sinna paigaldasime uuesti. Vaatamata suurepärasele kevadilmale jäid väljakualad puutumata. Siin-seal oli liikumist, kuid kõik hoidsid omavahel nõutud distantsi ning arvestasid kehtestatud reeglitega,» ütles linnaosavanem.

24. märtsil suleti Tallinnas avalikud mängu- ja spordiväljakud, et vähendada nakkusriski avalikus linnaruumis. Tallinnas on ligi 300 avalikku mängu- ja spordiväljakut, neist 35 asuvad Nõmmel. Nõmmel on sule-



tud ka kõik koolide territooriumil asuvad palliplatsid, samuti on lintidega piiratud jõuväljakud ja koerte jalutusväljakud. Ka Glehni park on üks neist kohtadest, mis on piirkonnapolitsei, noorsoopoliitsei ja Nõmme vaba aja keskuse noorsootöötajate koostöös pideva jälgimise all. (NS)



FOTOD: NÕMME LOV

LÜHIDALT



FOTO: KRISTIAN JÄRV

Nõmme uisuparki külastati üle 20 000 korra

Märtsi keskpaigas lõpetas Nõmme gümnaasiumi hoovis (Raudtee 73) asuv pop-up-liuväli oma hooaja, mille jooksul külastati uisuparki üle 20 000 korra. Uisupark oli avatud 100 päeva.

Üheskoos püstitati Nõmme uisupargis uus külastusrekord. Uisutamas käidi 20 782 korda, selle arvu sees on ka 8423 koolilaste külastust. Võrdlusena võib öelda, et eelmisel hooajal olid vastavad külastuste arvud 17 336 ja 7255. Iga päev käis Nõmme uisupargis seega keskmiselt 208 inimest ja iga lahtiolekutunni kohta oli liuväljal 19 inimest.

Nõmme uisuparki haldava ettevõtte HK Hall OÜ juhatuse esimehe Fred Randveri sõnul esitas märtsi keskel lõppenud hooaeg uisupargi haldajale arvukalt väljakutseid. «Riigi ilmateenistuse andmetel oli 2019. aasta detsembrikuu keskmine õhutemperatuur +2,6 kraadi, jaanuaris ja veebruaris oli keskmine näit vastavalt +3,1 ja +1,7 kraadi. Seega õhutemperatuuri mõttes õiget talve ei olnudki,» ütles Randver. «Lisaks kimbutasid meid veebruaris tormid ning märtsis koroonaviirus, mis langes kokku juba uisuhooaja lõpuga. Üks väljakutse meie jaoks oli kindlasti ka kurlingumänguvõimaluste loomine.»

Nõmme uisupargi külastajate seas tehtud uuringust selgus, et 65,6 protsenti külastajatest oli Tallinnast, järgnesid Saue vald, Rae vald ja Lääne-Harju vald. Kui vaadata Tallinna eraldi, siis nõmme-kate osakaal oli uisuplatsil ligikaudu 70 protsenti, järgnesid Mustamäe ja Kristiine elanikud, vastavalt 15 ja 10 protsendiga. (NS)



Värvilisi pühi!

Käes on ülestõusmispuhad ehk lihavõttepuhad ehk munadepuhad. Kirikukalendri suurimatel pühadel meenutatakse Jeesus Kristuse surnuist ülestõusmist pärast ristilöömist. Samale ajale jääb ka maasuliste kiigepüha ehk munapüha. Ülestõusmispuhadega seostub komme värvida mune, neid üksteisele kinkida ja koksida – võidab see, kelle muna jääb terveks. Lastele meeldivad lood lihavõttejanesest, kes peidab öösel majja või aeda kanamune, šokoladimune või muid maiustusi, mida hommikul on põnev otsida. Häid pühi! (NS)

Tallinna keskraamatukogu pakub eriolukorra ajal uusi teenuseid

Kõik Tallinna keskraamatukogu teenindusosakonnad ja haruraamatukogud on eriolukorra ajal suletud, kuid jätkavad teenindamist e-kanalite vahendusel, vajaduse korral saavad lugejad raamatuid laenata ka pakiautomaadi kaudu.

Pakiautomaati tellimine on võimalus neile inimestele, kes ei saa mingil põhjusel kasutada e-kanaleid. Tellida saab kõigi keskraamatukogu teenindusosakondade ja haruraamatukogude teavikuid, mis on kohal. Tellimus tuleb esitada tellimuse vormi kaudu ühele kindlale teenindusosakonnale või haruraamatukogule, korraga saab tellida kuni viis raamatut. Põhjalikud näpunäited leiab raamatukogu veebilehelt. Laenatud teavikute tagastustähtajad pikendatakse kõigil lugejatel automaatselt, viivitatud aja eest eriolukorra lõppemiseni tasu ei nõuta.

Tallinna keskraamatukogu direktori Kaie Holmi sõnul annab e-raamatukogude kasutamine võimaluse saada lugemiselamus, aga samal ajal arendada ka oma digi- ja võõrkeeleoskusi. «Kui-



FOTO: PEXELS.COM

gi kohapeal laenutamine ei ole praegu võimalik ja ka raamatukogubuss ei sõida, on ELLU ja teised meie e-raamatukogud see võimalus, kuidas raamatud siiski inimesteni jõuavad,» lisas Holm.

Lugejate teenindamiseks kriisi ajal on raamatukogu leidnud veel uuenduslikke viise, mis on juba väga hästi vastu võetud. Igal argipäeval kella kümnest neljani ootavad raamatukoguhoidjad laste kõnesid, et neile raamatuid ette

lugea. Raamatukoguhoidjate ja raamatute valikuga saab tutvuda keskraamatukogu lastelehel, raamatukoguhoidjad pakuvad abi ka koolitööde tegemisel. Õpilastega kohtumiseks on keskkonnas discordapp.com loodud jututuba nimega Tallinna Keskraamatukogu Noortekas ning seelses Koolitööklubi grupis ootavad raamatukoguhoidjad koolitöid puudutavaid küsimusi.

Unustatud pole ka eakaid lugejaid. Mõne päeva eest avati senioride vestlusklubi, mis tegutseb Skype'i vahendusel. Vestlusklubis osalemiseks ja raamatukoguhoidjaga suhtlemiseks piisab sellest, et lisada oma Skype'i kontaktide hulka kasutajanimi Senioride Vestlused.

Kui kõiki teisi teenuseid pakub raamatukogu lugejatele tasuta, siis teavikute tellimisel pakiautomaati tuleb saatekulu tasuda laenajal vastavalt Omniva pakiautomaadi hinnakirjale.

Kõigi uute teenuste kohta eriolukorra ajal leiab infot lehelt www.keskraamatukogu.ee. (Tallinna kommunikatsiooniosakond)



Nõmme linnaosa Facebookis

[facebook.com/nommelinnaosa](https://www.facebook.com/nommelinnaosa)



FOTO: PEXELS.COM

Riputame hambad varna või oleme terved?

DMD, MSC MEEME MÖTTUS
hambaarst, CityMed



Loodetavasti on igaühel olemas hambad, olgu need siis kas oma või asendatud hambad.

On harjutud arvama, et hambaravi on Eestis kallid ja hambaarst teeb haiget. Need on ka peamised põhjused, miks me just eriti tublilt hambaarsti juures ei käi.

Hammaste tervises on asjaosalised inimene, arst ja keskkond.

Inimene vastutab oma tervise eest ise, hoiab oma tervist ja peseb hambaid ise, sööb ise ning majandab end ise. Arst ravib parimal võimalikul moel vastavalt oma teadmistele, materjalidele, tehnilistele võimalustele ja käteosavusele. Keskkond, mille all pean eelkõige silmas Eestis kehtivat solidaarset kindlustussüsteemi, peab igaühele looma võimaluse olla terve.

Maailmas on olemas väga erinevaid võimalusi hambaravi riiklikuks korraldamiseks (riiklikud kliinikud, omavalitsuste kliinikud, erakliinikud). Ka ravi rahastamise mudeleid on mitmesuguseid, alates täielikust omaosalusest, osalisest riiklikust toest kuni täieliku riikliku toeni. Lisaks väga palju erakindlustusel ning kuumaksul põhinevaid mudeleid koos järelmaksude ja laenudega.

Kuidas on hammastega lood Eestis?

Kui vaadata keskkonda, siis siin on üks tähtis tegur riiklik solidaarne kindlustussüsteem – haigekassa. Lisaks mängib suurt rolli ka inimeste omaosalus ja sissetuleku tase.

Alates 2017. aastast kehtib Eestis kindlustatud täiskasvanutele hambaravi mitterahaline hüvitus esmavajalike teenuste saamiseks. See tähendab, et lisaks riiklikule osale ra-

vikulude katmises osaleb ka inimene ise.

Suuremale hüvitisele, 85 eurot kalendriaastas, on õigus töövõimetus- või vanaduspensionäriil, osalise või puuduva töövõimega isikul, üle 63-aastaselt, rasedal, alla üheaastase lapse emal ja isikul, kellel on tekkinud saadud tervishoiuteenuse tagajärjel või temal diagnoositud haiguse tõttu suurenenud vajadus hambaravi järele. Nende isikute omaosalus on 15 protsenti teenuste piirhindast.

Teistele täiskasvanud kindlustatud isikutele kehtib hüvitus piirmääras 40 eurot kalendriaastas omaosalusega 50 protsenti teenuse piirhindast.

Praegu saab hüvitist kasutada ainult haigekassa lepingupartneri juures. Hüvitist ei saa kasutada need, kes ravivad hambaid arsti juures, kellel puudub leping haigekassaga.

Hoolimata juba aastaid kestnud laste tasuta hambaravist on meie seis väga halb.

Allpool on 2018. aasta 3-, 6- ja 12-aastaste laste hammaste tervisliku seisukorra uuringu tulemused.

3-aastaste seas oli tervete hammastega lapsi 71 protsenti. Samas oli 50 protsendil kaariesest põhjustatud hambaemali muutusi.

6-aastaste hulgas oli tervete piimahammastega lapsi vaid 28 protsenti, 58 protsenti vajas kohest ravi. Esmaseid muutusi aga esines juba enam kui 60 protsendil.

12-aastaste seas, kellel on suus nii piima- kui ka jäävhambad, oli tervete hammastega lapsi 32 protsenti, sh tervete jäävhammastega 39 protsenti. 47 protsendil lastest olid juba plommid esimestes jäävpurihammastes.

Nende näitajatega oleme Euroopa tagaotsas. Miks? Meil on ju TASUTA laste hambaravi ja riik on kuluta-

nud miljonid suuhaiguste ennetusele. Uuringute põhjal võib väita, et tegu on perekondlike harjumuste ja sotsiaalmajanduslike mõjuritega. Lisaks ka see vana ja vale hirm hambaarsti ees.

Miks ei ole kõik hambaarstid sidunud ennast haigekassa lepinguga?

Vabariigi Valitsuse 2015.–2019. aasta tegevusprogrammis võeti ülesandeks viia ellu täiskasvanute hammaste parandamise programm. Selleks eraldati haigekassale riigieelarvest alates 2017. aastast kuus miljonit eurot ja alates 2018. aastast 12 miljonit eurot.

Peamiseks takistuseks, et patsient saaks oma hambaarsti juures hüvitist, on hinnad ja patsientide vaba liikumine koos riikliku hüvitusega.

Eesti Hambaarstide Liit peab oluliseks, et raviraha liiguks koos patsiendiga, aga haigekassa soovib kinni hoida piirhinna mudelist ja omaosaluse protsendist. Haigekassa huvi on hoida raviteenuse hinda võimalikult madalal, aga hambaarstide liit jällegi soovib, et hinnad oleksid tegelikkusele vastavad.

Esmavajalike teenuste osutamisel oli suur roll eelarvepiirangul, kuid samas tagab see olukorra, et haigekassa hüvitist kasutatakse eelkõige profülaktikaks vajaliku iga-aastase vastuvõtu rahastamiseks. Seega hüvitatakse patsiendile just esmavajalikud teenused.

Eestis on võrreldes ELi riikidega sissetulekutega seotud ebavõrdsus hambaravis suur. Eriti kriitiline on see väiksema sissetulekuga inimestele. Umbes 30 protsenti jätab just suure kulu tõttu arstile minemata. Seega tuleks täiskasvanute hambaravi hüvitist muutes eelkõige keskenduda vaesemate leibkondade ning suuremas mahust teenust vajavate inimeste olukorra parandamisele.

Mida siis võiks teha?

Pakun siinkohal välja mõned lihtsad lahendused.

1. Riik peab otsustama, mil määral panustatakse kindlustatud täiskasvanute ravi rahastamisse. Missugused on need teenused, mille eest makstakse, ja kui palju.

Näiteks võiks olla riiklikult saajaprotsendilisel kaetud uute esmaste hambaaukude ravi koos teatud garantiiajaga (nt kaks-kolm aastat). Juhul kui varem ravitud hammast peab uuesti ravima, tuleb vaadata, millal eelmine ravi tehti. Kui tehti tuleb ümber teha n-ö garantiiaja jooksul, katab selle kulu kinni eelmine arst. See tagab arstide suurema hoolivuse ja vastutuse oma töö eest.

Riik ei peaks maksma juureravi eest, kuna see on enamjaolt varasema ravi või patsiendi hoolimatuse tagajärg. Lisaks teame uuringutest, et liigi pooled juureravi saanud hambad on kas kehvasti ravitud või eemaldatakse need hambad u 5–10 aasta jooksul. Seega ei peaks solidaarset raha prügikasti viskama.

2. Patsientidel peab olema omavastutus. Patsiente saab määrata riskiklassidesse ja igal riskiklassil on oma mõistlik sagedus arsti või suuhügienisti juures käimiseks. Patsient on kohustatud ilmuma vastuvõtule talle määratud kontrollajal. Kui ta kohale ei tule, langeb ta solidaarset süsteemist välja ning tasub edaspidi oma ravikulud sada protsenti ise. See annab inimestele rahalise motivatsiooni oma tervise eest hoolitseda.

3. Riik võib otsustada, missugused vanuserühmad osalevad solidaarset süsteemis.

Näiteks võiks tasuta esmane ravi olla tagatud 25. eluaastani (praegu kehtiva süsteemi järgi kuni 19. eluaastani). On teada, et hambakaaries on peamiselt laste ja noorte haigus. Pärast 19. eluaastat on ees suured muutused,

hakatakse rohkem omaette elama ja majandama, tuleb teha suuri kulutusi oma õpingutele ning elukorraldusele. On teada, et varem korralikult ravitud hambad ei vaja hiljem enam suuri kulutusi. Sellega vähendame oluliselt riiklikke ravikulutusi.

4. Võimalus on ka riiklike või omavalitsusele kuuluvate hambakliinikute rajamine ning rahastamine vastavalt haiglate süsteemile. Seal saab rakendada riigile sobivat hinnamehhanismi, tagada ühtlast esmatasandi ravi kvaliteeti, optimeerida ravikulgu ja hankeid jms.

5. Võimalus on kehtestada nn pearahasüsteem nagu perearstidel, mis tagab esmatasandi ja kokkulepitud teenusemahu täitmise ja rahastamise.

6. Kui mõelda riikliku hüvitise kaasas käimisest patsiendiga, siis tuleb riigil loobuda piirhindadest. Riiki huvitab sel juhul eelarves püsimine ja kindel riiklik hind. Patsient saab ise valida endale sobiva hambaarsti nii rahalisest kui ka kvaliteedi seisukohast lähtudes. Sama mudel kehtis ka 1990ndatel ja 2000ndate alguses. Sellise süsteemi puhul maksab riik hambaarstile vastavalt riiklikule hinnakirjale ja hambaarstil on õigus määrata ise vastavalt oma äranägemisele patsientide omaosalus. Kartus, et sellisel juhul kasvab omaosalus ei tea kui suureks, ei ole põhjendatud. Näeme praegu selgelt, et paljud hambaarstid on nõus töötama riiklikult määratud piirhindadega. Järelikult neid rahuldab selline sissetulek. Lisaks reguleerib hindu ka hambaarstide tihe konkurents turul.

Ja lõpetuseks mõned lihtsad soovitusel: peske hambaid vähemalt kaks korda päevas, ärge sööge rohkem kui viis korda päevas, vahetage hambaharja umbes iga kahe kuu tagant, käige arsti juures vastavalt vajadusele, aga mitte hiljem, kui hambaarst on soovitanud.



Inkotuba
www.kuivaks.ee

Vastu tulles klientide soovidele avasime uue **tervisetoodete kaupluse** ka **Mustamäe Tervisekeskuses**
Ehitajate tee 27, ruum 111. Avatud E-R 9-16, tel. 652 8588

Pidamatustoodete müük vanaduspensionäridele riikliku soodustusega - vajalik ainult isikliku abivahendi kaart, arstitõendit vaja ei ole.

Kogu tõde pidamatuses ja e-pood:
www.kuivaks.ee



**ROBOTNIIDUKI
TÄISLAHENDUSED!**



+TASUTA PAIGALDUS*

Robotniiduk Husqvarna 305 Automower®

1199€

Max niidetav ala 600m²
Keskmine laadimisaeg 60min
Lõikelaius 22cm



+TASUTA PAIGALDUS*


Robotniiduk Husqvarna 315X Automower®

2399€

Max niidetav ala 1600m²
Keskmine laadimisaeg 60min
Lõikelaius 22cm



*ei sisalda paigaldustarvikuid, tasuta paigaldus Harjumaa piires
Männiku tee 104, Tallinn, Estonia 11216
+372 675 5408 / info@vit.ee / www.vit.ee



**Pere Optikas
töötavad
valvepoed**

Vastavalt Eesti Vabariigi korraldusele töötavad Pere Optika prillipoed vastavalt eriolukorra tingimustele.

Pöörame erilist tähelepanu ohutusele, turvalisusele ja steriilsusele. Kõik proovitud prillid desinfitseeritakse eraldi. Pinnad töödeldakse spetsiaalse 74% puhastuspiiritusega, mis on ka müügil meie kauplustes.

Avatud on järgmised Pere Optika valveprillipoed Tallinnas:

NÕMME PERE OPTIKA, Nõmmel, Pärnu mnt 326, Apteegi kõrval, tel. 6559544, gsm 56970606, nomme@pereoptika.ee

STOCK OPTIKA - Stockmanni vastas, Tartu mnt 18 (tel. 6620240)

MUSTIKA PERE OPTIKA - Mustika Prisma (tel. 621 4040)

LASTEPOLIKLIINIKU PERE OPTIKA Ravi 27, Lastepolikliinik, tel. 6414567

Vaata lisa www.pereoptika.ee



Eramu ehitus ja remont
Siseviimistlustööd
Fassaaditööd
Katuste ehitus
Santehnilised tööd
Elektritööd
Aedade ja piirete ehitustööd
Tänavakivide paigaldus

Info ja kontakt:
Tel. + 372 60 40000
Mob. + 372 555 30 422
WWW.TAVIBERGEHITUS.EE

**PÕHJA-EESTI
KÜTTEPUU OÜ**

- Küttepuid lahtiselt
- Küttepuid konteinerites
- Kaminapuud kottides

Kohale toomine Tallinnas ja 30km Tallinna piirist tasuta. Kõik pikkused ja puuliigid.

Tel: 5333 4347; 501 9454
www.tulepuu.ee



**TIPOLIIN
KINNISVARABÜROO**
VELJO TARVIS
tel. 5647 1516,
tel. 657 6301
veljo@tipoliin.ee
www.tipoliin.ee

**OSTAME - MÜUME
- ÜÜRIME
TEIE KINNISVARA**

- Kiire ja korrektne vormistamine.
- 15 a. töökogemus.
- **Konsultatsioon tasuta!**

VEO- ja KOLIMISTEENUS



Teenindame 7 päeva nädalas



**MEIE LEIAME
OSTJA!**

1partner.ee



**Anne Pajos
501 5087**

**Olmer Õigus
5656 0460**

**OST · MÜÜK · ÜÜR
HINDAMINE · INVESTEERIMINE**



TALLINNA KÜTTELADU
Aastast 2002

**HARJUMAAL
TASUTA TRANSPORT!** Info ja tellimine
51 36 999
www.kytteladu.ee info@kytteladu.ee

RUF PUITBRIKETT ALATES **130€** /ALUS

PELLET ALATES **195€** /ALUS

ÜMAR PUITBRIKETT ALATES **140€** /ALUS

EESTI SUURIM VALIK KÜTTEMATERJALE!
Puitbrikett • pellet • kaminapuud
kivisüsi • turbabrikett • grillsüsi

KÜTTEMATERJALID

Kask 40l. võrgus. Mob. 54 5698 58
Lepp 40l. võrgus. Männiku tee 106b
Puitbrikett mänd hele. eco-fuel.ee
Küttepuid konteineris 1,9 m³.
Puitbrikett kask tume. Best Firewood Baltic
Turbabrikett kilepakendis.
Pelletid premium. **MÜÜK**

**MÜÜA LÕHUTUD KÜTTEPUUD
KOHALETOOMISEGA.**

Lepp, sanglepp, metsakuiv okaspuu,
hinnad alates 44 eur/rm.
Tel 509 9598
pakhalupuu@gmail.com
www.pakhalupuu.ee

**Alumiinium-
katuseredelite
valmistamine.**

51 59 155



OÜ Sinitivik

Riiete, vaipade ja pehme mööbli keemiline puhastus.
Transport tasuta.

Tel 5591 7562, 551 6821

OÜ CANKER - UL müüb:

- KIVISÜTT
- PELLETEID
- SÕELUTUD MULDA

Tel 600 6170, GSM 51 45 279
www.canker.ee, e-post: canker@canker.ee

**KUULUTUSED JA REKLAAM
AJALEHES NÕMME SÕNUMID**

reklaamimoodulite hinnad ja suurused leiata
www.tallinn.ee/nommessonumid-reklaam

erakuulutuste avaldamise tingimused
www.tallinn.ee/reakuulutuste-avaldamine