

Kes aitab ja kuhu pöörduda, kui vajad tööealisena täiendavat tuge ja abi?

Infoleht annab ülevaate erinevatest abivõimalustest kui vajad tööealisena täiendavat nõu, toetust või teenuseid, et igapäevaelus paremini toime tulla.



SOTSIAALMINISTEERIUM



SOTSIAALKINDLUSTUSAMET



Tervis

Perearst

Tervisemurega pöördu perearsti poole. Perearsti juures tagatakse inimesele esmane nõustamine ning vajalikud uuringud ja ravi. Vajadusel suunab perearst inimese eriarstile või õendusabisse.



Kõikides terviseküsimustes nõustab perearsti nõuandetelefon **1220** (24/7)

Tervisekassa

Tervisekassa aitab inimesel tasuda ravimite ja meditsiiniseadmete eest ning ravimitele ja meditsiiniseadmetele keskmisest rohkem raha kulutavad inimesed saavad apteegist ja meditsiiniseadmeid müüvast ettevõttest tänu täiendavale ravimi- ja meditsiiniseadme hüvitisele suuremat soodustust.

Samuti tasub tervisekassa erinevaid muid hüvitisi seoses ajutise töövõimetuse või hambaravikuludega.

Parima ülevaate oma terviseandmetest, võimalikest hüvitistest ja erinevatest e-teenustest saad terviseportaalist terviseportaal.ee.



Pöördu tervisekassa poole tervishoiu korralduse ja ravikindlustuse küsimustes.



Infotelefon **669 6630**



info@tervisekassa.ee



tervisekassa.ee

Abivahendid ja meditsiiniseadmed

Seadmeid ja vahendeid saab soetada riikliku soodustusega, kui on olemas vastav õigustatuse alus.

Meditsiiniseadme vajaduse määrab raviarst ja koostab digitaalse meditsiiniseadme kaardi.



Rohkem infot meditsiiniseadmete soodustuste ja hüvitamistingimuste kohta tervisekassa.ee

→ Inimesele

→ Meditsiiniseadmed



Rohkem infot abivahendite soodustuste ja hüvitamistingimuste kohta sotsiaalkindlustusamet.ee

→ Puue ja hoolekanne

→ Abivahendid

→ Abivahendi vajajale



Toetused ja teenused

Sotsiaalkindlustusamet (SKA)

SKA maksab inimestele riiklikku pensioni ja erinevaid toetusi (nt peretoetused, vanemahüvitis, puudega inimese sotsiaaltoetused jm).

SKA korraldatavad riiklikud teenused on näiteks:

- erihoolekandeteenused, sotsiaalne rehabilitatsioon, abivahendid;
- lastele, noortele ja peredele suunatud erinevad teenused;
- ohvriabiteenused ja vaimse tervise kriisinõustamine.



Ohvriabi kriisitelefon **116 006** (24/7)



Emotsionaalse toe ja hingehoiu telefon **116 123** (iga päev kell 10-24)



Pöördu SKA poole toetuste, teenuste ja pensionite küsimustes.



Infotelefon **612 1360**



info@sotsiaalkindlustusamet.ee



sotsiaalkindlustusamet.ee

SKA iseteeninduses



Klienditeenindustes üle Eesti

Kohalik omavalitsus

Kui vajad sotsiaalhoolekandelist abi, siis pöördu **elukohajärgse kohaliku omavalitsuse (KOV-i) sotsiaaltöötaja poole, kes:**

- nõustab ja annab infot võimalike toetavate teenuste ning toetuste kohta;
- hindab abi- ja toetusvajadust;
- määrab kohaliku omavalitsuse poolt pakutavaid sotsiaalteenuseid ja -toetuseid.

KOV-i korraldatavad sotsiaalteenused on näiteks:

- isikliku abistaja teenus;
- tugiisikuteenus;
- täisealise isiku hooldus;
- koduteenus;
- sotsiaaltransporditeenus;
- eluruumi tagamise teenus ja kodu kohandamine;
- võlanõustamine.

SKA poolt tuvastatud puue ei ole eelduseks KOV-i sotsiaalteenuste taotlemiseks.

KOV-i kohustus on hinnata inimese abi- ja toetusvajadust ning pakkuda sellest lähtuvalt vajalikku abi.



Lisainfot KOV-i poolt pakutavate teenuste ja tingimuste kohta saab KOV-i kodulehelt või sotsiaaltöötajalt.

Töötukassa

Töötukassa pakub erinevaid tööturu- ja karjääriteenuseid, sealhulgas tervisepiiranguga inimestele.

Töötukassa hindab töövõimet ning maksab osalise ja puuduva töövõime korral töövõimetoetust. Lisaks pakutakse sõltuvalt inimese vajadustest erinevaid täiendavaid teenuseid.



Pöördu töötukassa poole, kui vajad infot ja nõu tööturul osalemise osas.



Infotelefon **777 3000**



info@tootukassa.ee



tootukassa.ee

[Töötukassa iseteeninduses](#)



[Töötukassa esindustes üle Eesti](#)



Nõustamine

Eesti Puuetega Inimeste Koda (EPIKoda)

Puuetega inimestel ja kroonilistel haigetel on võimalik info saamiseks ja nõustamiseks pöörduda EPIKoja poole.



Pöördu EPIKoja poole, kui vajad nõu sotsiaal-, haridus-, töö- ja tervishoiu valdkonnas.



Infotelefon **661 6629**



epikoda@epikoda.ee

Omastehoolduse infopunkt

Pakub teadmisi, tuge ja lootust enda või lähedase hooldamise teekonnal.



Pöördu nõustamiseks ja toeks infopunkti poole.



Info- ja usaldusliin
5645 4139
(E-R 10.00-15.00)



info@omastehooldusest.ee



omastehooldusest.ee

Õigused

Õiguskantsler

Puuetega inimeste õigusi kaitseb õiguskantsler.



Rohkem teavet leiab kodulehelt oiguskantsler.ee.

- Tegevusvaldkonnad
- Puuetega inimeste õigused



Infotelefon **693 8404**



info@oiguskantsler.ee



Õigusteave

Esmast õigusteavet on võimalik saada Eesti Juristide Liit MTÜ hallataval veebilehel juristaitab.ee. Lehel saab tutvuda erinevate õigusvaldkondade korduma kippuvate küsimuste selgitustega ning vajadusel esitada juristile lühikesi küsimusi.

