

KINNITATUD

direktori 13.11.2019

käskkirjaga nr 37/2019-2020

**VALJALA PÕHIKOOLI HÄDAOLUKORDADES  
TEGUTSEMISE JUHEND**

## 1. Äkkrünnak

### 1.1. Äkkrünnaku mõiste ning kuriteo olemus

**Äkkrünnak on vägivallakuritegu, kus kurjategija eesmärgiks on tappa või vigastada võimalikult palju inimesi. Kuriteo puhul ei ole vägivald suunatud kellegi konkreetse vastu vaid ohus on kõik inimesed, kes on kurjategija läheduses või kes satuvad kurjategija lähedusse.** Eesmägi saavutamiseks on kurjategija üldjuhul väga hästi ette valmistunud ning püüab kasutada võimalikult tõhusaid relvi ja vahendeid. Väga levinud on tulirelvade ja terariistade kasutamine ning hoone süütamine. Maailma erinevates koolides on kurjategija kasutanud ka lõhkeainet.

**Äkkrünnaku puhul on kurjategijaga läbirääkimistesse asumine või tema ümberveenmise katse on alati lõppenud surmaga** – kurjategija on tulnud kuritegu toime panema eesmärgiga tappa ja vigastada. Erinevates koolitulistamises on saanud surma kooli töötajaid, meditsiinitöötaja, politseinikke, õpilasi.

**Äkkrünnaku puhul ei ole üldjuhul võimalik täpset kurjategija asukohta määratleda.** Kurjategija on väga liikuv ning kiiresti asukohta muutev. Seetõttu tuleb äkkrünnaku korral lähtuda asjaolust, et oht võib olla kõikjal.

**Koolides toimunud äkkrünnakute puhul võib väita, et kurjategijateks on üldjuhul sama kooliga seotud inimesed.** Kurjategija on kas selle kooli õpilane või siis selle kooli lõpetanud endine õpilane. Seetõttu tuleb äkkrünnaku puhul lähtuda asjaolust, et kurjategija on kooli olustikuga väga hästi kursis.

Äkkrünnak algab ootamatult ja väga äkki ning kulgeb väga kiiresti. Tekivad esimesed ohvrid juba kurjategija tegutsemise esimeste minutite jooksul. Ohvrite arv tõuseb väga kiiresti.

Maailmas toimunud juhtumite analüüs näitab seda, et kooli poolt ette planeeritud ning õige tegutsemine aitab oluliselt piirata kurjategija tegevust ning ohvrite tekkimist vältida. **Kooli personali tegevus on peamiselt suunatud sündmuse esimestele minutitele, kus päästejõud ei ole veel sündmuskohale jõudnud.**

Eestis toimunud äkkrünnak:

1) 2014 aastal Viljandis, kus kooli õpilane tappis tulirelvaga õpetaja.

Eestile lähimad äkkrünnakud on toimunud Soomes:

1) 2007 aastal Jokelas, kus kurjategija tappis tulirelvaga 9 kooli õpilast ja töötajat. Üritas panna ka hoonet põlema, kuid kasutas valet süüteainet, mis ei süttinud;

2) 2008 aastal Kauhajokis, kus kurjategija tappis tulirelvaga 11 kooli õpilast ja töötajat. Kurjategija hakkas kuritegu planeerima kohe peale Jokela koolitulistamist s.t. planeeris kuritegu peaaegu aasta. Kuriteo käigus pani kurjategija hoone põlema.

Käesolev juhend annab soovitusi tegevuste osas, mis aitavad kurjategija tegevust piirata ning ohvrite arvu vältida. Samas ei ole võimalik kõiki äkkrünnaku asjaolusid ette näha. Juhendis määratlemata asjaolude korral tuleb kasutada tervet mõistust ja analüüsivõimet ning käituda parimal võimalikul viisil. **Kõik sisetundest vastu võetud otsused on õiged, tuleb lähtuda asjaolust, et äkkrünnaku korral ei ole häid või halbu valikuid! On vaid halvad ja väga**

## halvad valikud!

### 1.2. Andmed koolimaja kohta

#### **Kooli aadress: Valjala Põhikool, Kooli tee 3, Valjala vald 94302**

- 1) Õpilaste arv 103.
- 2) Personali arv kokku 32, neist:
  - a) pedagoogiline personal 18 töötajat;
  - b) sealhulgas muud personali 14 töötajat;
  - c) teenust osutavad koristajad päeval 2 ja lõunast 1 lisaks, 3 inimest köögi poole peal, lõunast majahoidja, hommikust alates haldusjuhataja ja IT-spetsjalist.
- 3) Koolimajas on peasissekäigu uksevõtmed ja turvakood järgmistel töötajatel:
  - a) Aive Mõistlik;
  - b) Tõnu Soots;
  - c) Nele Raaper;
  - d) Toomas Soots;
  - e) Laivi Koit;
  - f) Margit Harjus;
  - g) Ulvi Martel;
  - h) Maire Väester
- 4) Koolimajas on olemas 0 võti, mis avab kõik kooli oranžid- ja rohelised ukсед ning välisukse võtmed.  
Võtmete asukohad:
  - a) esimese korruse valvelauas;
  - b) direktoril Aive Mõistlikul, tel 5049699;
  - c) haldusjuhatajal Nele Raaperil, tel 53544442;
  - d) majahoidjal Laivi Koidul, tel 55632047;
  - e) IT-spetsjalist/haridustehniloog Toomas Soots, tel 53363542.
- 5) Koolimaja lisissepääs-väljapääsud asuvad:
  - a) alumise korruse koridori lõpus olev uks;
  - b) söökla välisuks;
  - c) üks tagavaraväljapääs võimlas;
  - d) evakatsioonitrepp – väljuda saab 2., 3. ja 4. korruse koridorilt.
- 5) Katlamaja- ja õuemajaukse võtmed on töötajatel:
  - a) Aive Mõistlik;
  - b) Nele Raaper;
  - c) Laivi Koit;
  - d) Ulvi Puhv.
- 6) Klassiukse võtme saab töötaja tööpäeva alguses võtmestendilt (õpetaja toast) ja lahkudes toimetab töötaja või koristaja võtme stendile tagasi.  
0 võti ja tagavaravõtmed asuvad direktori kabinetis kapis.

Lisainfo: Hoone peauksest saab vabalt väljuda.

#### 1.2.1. Kriisi meeskonna liikmed

Aive Mõistlik	4549545 5049699	aive.moistlik@valjala.edu.ee	direktor
Tõnu Soots	4549510 5279555	tonu.soots@valjala.edu.ee	õppealajuhataja

Nele Raaper	53544442	nele.raaper@valjala.edu.ee	haldusjuhataja
Kersti Lehtmaa	53004424	kersti.lehtmaa@valjala.edu.ee	eripedagoog

### **1.3. Kontaktid väljaspool kooli**

- a) Hädaabi 112, kui on reaalne oht.  
b) Kuressaare poitseijaoskonna kontaktisik komissar Priit Sepp tel 4549744

#### **1.4. Info kogumine ja edastamine**

Äkkrünnaku ohust võib kooli õpilastele või töötajatele laekuda erinevat informatsiooni. Informatsioon võib laekuda:

- 1) Õpilaste kaudu. Varasem praktika näitab, et kurjategija annab üldjuhul plaanitavast kuriteost oma sõpradele ja tuttavatele eelnevalt teada.
- 2) Õpilaste otsesed tapmisähvardused kaasõpilaste või töötajate suhtes.
- 3) Vihjed koolitöodes. Kuritegu plaanivad isikud on üldjuhul väärastunud vägivaldse mõtteviisiga ning infot plaanitavast kuriteost võivad anda koolitöodes olevad vihjed.
- 4) Ähvardused internetis. Varasem praktika näitab, et kurjategijad on peaaegu alati oma plaanidest eelnevalt internetis teada andnud.

**Juhul, kui eelpoolnimetatud vihje jõuab töötajani tuleb see edastada koheselt politseijaoskonna kontaktisik komissar Priit Sepp tel 4549744 ja esimesel võimalusel direktorile.**

Telefoni teel edastatud ähvarduse korral:

- 1) Püüa jääda rahulikuks. Paanikasse sattumisel täidetakse üks ähvardajate soove, lisaks ei ole paanikas inimene adekvaatne info koguja.
- 2) Püüa leida kirjutamise vahendid ning saadav info kohe kirja panna, vastasel juhul kipub see kiiresti meelest minema.
- 3) Püüa teada saada:
  - a) Millal rünnak toimub?
  - b) Kus täpselt rünnak toimub?
  - c) Millisel moel rünnak toimub?
  - d) Mis eesmärgil rünnak toimub?
  - e) Kas ründaja on juba sündmuskohal?
  - f) Ründaja nimi? (paljud ähvardajatest ütlevad ootamatu küsimise peale oma nime).
  - g) Pane tähele ähvardaja hääletooni, taustaheliseid ja muud olulist informatsiooni.
- 4) Pärast kõne lõppu teavita koheselt kooli direktorit või kriisimeeskonna liikmeid, nende korraldusel teavita ka politseid telefonil 112.

**Internetikeskkonnast leitud ähvardustesse tuleb suhtuda äärmise tõsidusega.** Praktika näitab, et üldjuhul levitab kurjategija infot plaanitavast kuriteost internetis.

Internetikeskkonnas leitud ähvarduse või info korral:

- 1) Juhul, kui ähvardus esitati vestluse käigus salvesta see.
- 2) Märki üles internetiaadress, kust sa selle ähvarduse leidsid.
- 3) Jälgi kas ähvarduses on toodud ka äkkrünnaku toimumise kuupäev või/ja kellaaeg.
- 4) Teavita koheselt politsei kontaktisikut komissar Priit Sepp tel 4549744.
- 5) Teavita leitud ähvardusest ka kooli direktorit ja kriisimeeskonna liikmeid.

**Juhul, kui mistahes laekuva info kohaselt on info saajal sisetunde alusel alust arvata, et ähvardus on tõsine ning rünnak võib toimuda koheselt, tuleb sellest punkti 1.6. järgi**

**teavitada tervet kooli ning politseid telefonil 112.**

### **1.5. Üldine tegevusjuhend äkkrünnaku toimumise ajal**

**Valjala Põhikoolis** kehtib äkkrünnaku korral kiire evakueerimise põhimõte. Evakueerumine äkkrünnaku korral toimub samadel alustel nagu evakueerumine tulekahju korral - tuleb kasutada tähistatud evakuatsiooniteid (Lisa 1). Põhjus on selles, et hoones ei ole võimalik lukustada klassiruumi uksi, mistõttu ei ole kurjategija eest varjumine võimalik.

**Evakueerumisel äkkrünnaku korral tuleb aga arvestada asjaoluga, et kurjategija võib sattuda evakuatsiooniteele.** Vajaduse korral (kurjategija on visuaalselt nähtav, tema tegutsemise koht on kuulda, kommunikatsioonisüsteemi kaudu on antud teada tema asukoht) tuleb kasutada teisi, tähistamata evakuatsiooniteid, mille otsustab evakuatsiooni läbi viiv kooli töötaja iseseisvalt. Kurjategija liikuvuse tõttu tuleb äkkrünnaku korral evakueerumisel liikuda hoonest kaugemale. Äkkrünnaku korral on peale evakueerumist kogunemise kohaks Valjala Rahvamaja.

Erandiks varjumisele on olukord, kus ründaja asukoht on kindlalt teada (nt on ründaja ukse lukustamisega õnnestunud kindlalt sulgeda hoone ühte klassiruumi) ning liikumine turvalisse kogunemiskohta on võimalik ja ohutu. Eelnevalt veenduda evakuatsiooniteede ja hilisema turvalise kogunemiskoha ohutuses. Evakueeruda võimalikult kiiresti, vältides ummikute teket ja paanikas rüülemist. Evakuatsiooni korraldajad jagavad neile teadaolevat infot evakueerumise põhjuste kohta tekitamata paanikat ja valesõistmist. Segaste või vastuoluliste teadete ja/või korralduste puhul tuleb olla kahtlev, valida ohutum käitumisviis.

Koolihoonest kostuva plahvatuse ja/või tulistamise või muu taolise otsest ohtu kujutava juhtumi korral otsustab klassiruumis olev töötaja kas ja millist teed mööda on võimalik ohust eemalduda. Tuleb arvestada, et ohu allikaid võib olla mitu ja need võivad olla erinevat laadi ning nende asukoht ei pruugi olla teada.

Evakueerimisel lähtuda põhimõttest, et ohust peab liikuma eemale. Sel põhimõttel peab juhtima ka õues viibivaid õpilasi.

Kui häiresignaali anti korraldus viivitamatult kooli territooriumilt lahkuda, siis märganud kahtlasena tunduvat isikut või eset, tuleb selle märkajal teisi isikuid hoiatada. Äkkrünnaku korral on peale evakueerumist kogunemise kohaks Valjala Rahvamaja.

Üldised märksõnad:

**Ära püüa ründajaga kontakteeruda** – maailmapraktika kohaselt on sellised üritused lõppenud üldjuhul surmaga!

**Kannatanutele võib esmaabi anda vaid siis, kui see on abiandajale ohutu** – väga sageli satub esmaabi andja ründajaga kontakti ning see võib lõppeda tema jaoks surmaga!

**Mobiiltelefone tuleks kasutada võimalikult vähe** – paljude telefonide kasutamisel tekib piirkonnas ülekoormus, mis takistab päästejõudude tegutsemist! **Seetõttu tohib mobiiltelefone kasutada vaid päästeteenistuse teavitamisel või nende lisainformatsiooni andmisel!**

**Päästejõud vajavad informatsiooni** - juhul, kui on täpselt teada ründaja asukoht või tema kirjeldus tuleb sellest päästeteenistusele telefonil 112 teada anda. Samuti tuleb päästeteenistust teavitada juhul, kui mingil põhjusel ei ole evakueerumine võimalik.

Äkkrünnaku avastamisel või äkkrünnakust informatsiooni saabumisel tuleb teavitada ka päästeteenistust telefonil 112. Teavitus tuleb teha olukorrast lähtuvalt võimalikult kiiresti.

Päästeteenistuse teavitamisel tuleb jääda rahulikuks ning vastata kõigile nende poolt esitatud küsimustele – ainult nii saavad nad reageerimiseks hädavajaliku infomatsiooni. Kõne tuleb lõpetada alles siis, kui päästeteenistuse operaator seda lubab.

Päästeteenistuse teavitamine ning nende poolt esitatud küsimustele vastamine võtab aega.

**Seetõttu tuleb lähtuda asjaolust, et kiire evakueerimine võib päästa inimesid ning esmalt tuleb alustada evakueerimise korraldamisega ja alles seejärel teavitada päästeteenistusi.**

Päästeteenistuse teavitamiseks sobiva aja üle otsustab evakueerimist läbi viiv töötaja ise, lähtudes hetkeolukorrast ning evakueerimise käigust.

### **1.6. Äkkrünnaku teavitus**

Valjala põhikooli äkkrünnaku teavituseks: „**Koolis toimub oht. Evakueeruge koolist võimalikult kiiresti evakueerumispunkti, kui see on turvaline**“.

Juhul, kui on teada ründaja asukoht korruse mõttes, siis järgneb teave korruse kohta. Näiteks on teada, et kurjategija asub teisel korrusel „Õpetaja Valge asub teisel korrusel“.

Teavituse saavad anda:

- 1) Direktori kabinetist
- 2) Õpetajad huvijuhitoast

**Teavituse aluseks on hoonest kostuvad helid, mis ilmselgelt viitavad äkkrünnakule.**

Samuti on teavituse aluseks kooli töötajalt või õpilaselt saadav info (äkkrünnaku helid ei kostu teavitajateni, töötajatele või õpilasele laekub tõsiseltvõetav informatsioon koheselt aset leida võiva äkkrünnaku kohta).

**Juhul, kui laekub teave äkkrünnaku kohta või koheselt aset leida võiva äkkrünnaku kohta:**

- 1) Koheselt tuleb äkkrünnaku toimumisest teavitada tervet kooli ning anda kommunikatsioonisüsteemi kaudu teade: „**Koolis toimub oht. Evakueeruge koolist võimalikult kiiresti evakueerumispunkti, kui see on turvaline**“. Juhul, kui on ohutu, siis peaks teate üle kordama.
- 2) Juhul, kui on teada mis korrusel ründaja asub tuleb eelpooltoodud teatele lisada ka korrus. Näiteks „Õpetaja Valge asub teisel korrusel“.
- 3) Koheselt tuleb teavitada päästeteenistust numbril 112.
- 4) Koheselt tuleb teavitada kriisi meeskonda:  
Direktor Aive Mõistlik – 5049699  
Õppealajuhataja Tõnu Soots – 5279555  
Haldusjuhataja Nele Raaper – 53544442  
Eripedagoog Kersti Lehtmaa - 53004424
- 5) Tuleb tagada enda ohutus ning kiiresti vastavalt olukorrale turvaliselt evakueeruda.

### **1.7. Äkkrünnaku toimumine tunni ajal**

Äkkrünnaku toimumisest annavad informatsiooni kommunikatsioonisüsteemist antav teave (vt punkt 1.6.), samuti nähtav või kuuldav informatsioon (on näha või kuulda äkkrünnaku toimumist).

**Tundi läbi viiva töötaja tegevus peab olema suunatud võimalikult kiirele ja turvalisele evakuatsioonile. Evakuatsiooni õnnestumiseks tuleb õpilastele jagada informatsiooni toimuva sündmuse ning läbi viidava evakuatsiooni käigu kohta. Üldjuhul kasutatakse tavapäraseid evakuatsiooniteid.**

Teabe saamisel tundi läbi viiv töötaja:

- 1) Annab õpilastele teada, et koolis on ohuolukord.
- 2) Annab õpilastele teada, kui toimub turvaline evakueerumine.
- 3) Annab teada lähimast evakuatsiooniteest.
- 4) Teavitab, et evakueeritud kogunevad Valjala Rahvamajja.
- 5) Annab korralduse lülitada välja telefonid!
- 6) Enne klassist evakueerumise algust veendub evakuatsioonitee ohutuses (hindab ohutust selle järgi millist informatsiooni on ta kommunikatsioonisüsteemi kaudu saanud ning mida kuuleb ning näeb).
- 7) Kohtudes ohtu liigu kiiresti eemale.
- 8) Evakueerub koos õpilastega, säilitades kontrolli turvalise evakueerumise üle.
- 9) Juhul, kui ei ole võimalik Valjala Rahvamajja, lepatakse kokku teine turvaline koht e. varuplaan.
- 10) Valjala Rahvamajas kogub klassi õpilased kokku ning veendub nimeliselt kõigi kohalolekus. Nimelise kontrolli võimatuse korral (ei ole nimekirja mille alusel kontrollida) loeb kokku evakuatsioonipunkti saabunud klassi õpilaste arvu.
- 11) Juhul, kui olude tõttu ei ole võimalik evakueeruda, tuleb varjuda.

### **1.8. Äkkrünnaku toimumine õues toimuva tunni ajal**

Koolimajas toimuvast äkkrünnakust võib anda informatsiooni sealt laekuv teave. Samuti annab teavet koolimajast kuulda olevad helid (lasud, appi hüüded) või nähtav paanika. Tundi läbi viiva töötaja tegevus peab esmalt olema suunatud ohu hindamisele. Tuleb lähtuda seisukohast, et ohust või ohtlikust alast tuleb liikuda eemale. Äkkrünnaku korral on evakueerumise kohaks küll määratud Valjala Rahvamaja, kuid vajadusel tuleb evakueeruda mujale/varuplaan. Evakueerumise koha määrab tundi läbiviiv töötaja, lähtudes ohuhinnangust, otstarbekusest, ilmastikust jne.

Teabe saamisel tundi läbi viiv töötaja:

- 1) Annab õpilastele teada, et koolis on ohuolukord
- 2) Hindab ohu asjaolusid ning määrab kõige otstarbekama evakueerumise suuna ja koha.
- 3) Annab õpilastele teada, et toimub turvaline evakueerumine.
- 4) Teavitab, et evakueeritud kogunevad Valjala Rahvamajja.
- 5) Annab korralduse lülitada välja telefonid!
- 6) Kohtudes ohtu liigu kiiresti eemale.
- 7) Evakueerub koos õpilastega, säilitades kontrolli turvalise evakueerumise üle.
- 8) Juhul, kui ei ole võimalik Valjala Rahvamajja, lepatakse kokku teine turvaline koht e. varuplaan.
- 9) Valjala Rahvamajas kogub klassi õpilased kokku ning veendub nimeliselt kõigi kohalolekus. Nimelise kontrolli võimatuse korral (ei ole nimekirja mille alusel kontrollida) loeb kokku evakuatsioonipunkti saabunud klassi õpilaste arvu.
- 10) Juhul, kui olude tõttu ei ole võimalik evakueeruda, tuleb varjuda.

### **1.9. Äkkrünnaku toimumine vahetunni ajal**

Vahetunni ajal tagavad õpilaste evakuatsiooni kooli koridorides olevad korrapidaja-õpetajad. Evakuatsiooni läbi viiv korrapidaja-õpetaja peab arvestama vahetunni ajal toimuvat sagimist ning õpilaste ülevamat meeleolu. Seetõttu peab ta info andmisel ning evakueerimise korraldamisel olema vajadusel **eriti resoluutne ning käskiv**.

**Äkkrünnaku toimumisel vahetunni ajal tuleb arvestada asjaoluga, et õpilased võivad olla kõikjal (koridorides, garderoobis, õues jne).** Töötaja, avastades äkkrünnaku ajal

õpilase/õpilased peab sõltuvalt olukorrast võtma tarvitusele abinõud õpilase/õpilaste elu ja tervise kaitseks.

Teabe saamisel korrapidaja-õpetaja:

- 1) Annab õpilastele teada, et koolis on ohuolukord.
- 2) Annab õpilastele teada, et toimub turvaline evakueerumine.
- 3) Annab teada lähimast evakuaatsiooniteest (suunab evakuaatsiooniteele).
- 4) Teavitab, et evakueeritud kogunevad Valjala Rahvamajja.
- 5) Annab korralduse lülitada välja telefonid!
- 6) Kohtudes ohtu liigu kiiresti eemale.
- 7) Evakueerub koos õpilastega, säilitades kontrolli evakueerumise üle.
- 8) Juhul, kui ei ole võimalik Valjala Rahvamajja, lepatakse kokku teine turvaline koht e. varuplaan.
- 9) Valjala Rahvamajas kogub klassi õpilased kokku ning veendub nimeliselt kõigi kohalolekus. Nimelise kontrolli võimatuse korral (ei ole nimekirja mille alusel kontrollida) loeb kokku evakuaatsioonipunkti saabunud klassi õpilaste arvu.
- 10) Juhul, kui olude tõttu ei ole võimalik evakueeruda, tuleb varjuda.

### **1.10. Kriisimeeskonna liikmete ülesanne äkkrünnaku korral**

**Äkkrünnaku korral vajavad päästejõud informatsiooni kooli kohta. Kõige operatiivsemalt saavad päästejõud informatsiooni juhul, kui sündmuskoha lähedale loodavasse päästejõudude välistaapi läheb kooli esindaja.** Ka päästejõudude töö taktika näeb ette informeeritud hoone valdaja olemasolu staabis. Päästejõud ootavad kooli esindajalt lisaks suulisele informatsioonile ka hoone plaane ja 0 võtit.

**Äkkrünnaku puhul on kriisimeeskonna liikmel vaja esmalt kindlaks teha, kas sündmusest, selle kulgemisest ning enda asukohast lähtuvalt on päästejõudude välistaabiga liitumine tema jaoks ohutu.**

Ohuhinnangu selgitamisel tugineb kriisimeeskonna liige oma subjektiivsele arvamusele. **Kriisimeeskonna liige läheb päästejõudude välistaapi ainult sellisel juhul, kui see tegevus on tema jaoks ohutu.**

**Teabe saamisel kriisimeeskonna liige:**

Juhul, kui välistaabiga liitumine on kriisimeeskonna liikme jaoks ohutu:

- 1) Paneb päästejõududele välistaapi toimetamiseks valmis hoone plaanid ning 0 võtme.
- 2) Välistaabi asukohta jõudes teavitab, et ta on kooli kriisimeeskonna liige ning annab välistaabi juhile (äkkrünnaku korral politseiametnik) üle hoone plaanid ning 0 võtme.
- 3) Annab välistaabis vajalikku informatsiooni ning täidab staabi juhi korraldusi.
- 4) Koos staabi juhiga kooskõlastab ning võimalusel korraldab lapsevanemate teavituse.
- 5) Koostöös päästejõududega tagab hilisemalt vajaliku sündmuskoha puutumatus.

Juhul, kui välistaabiga liitumine on kriisimeeskonna liikme jaoks ohtlik:

- 1) Tagab enda ohutuse, vajadusel evakueerub.
- 2) Võtab võimalusel kaasa hoone plaanid ning 0 võtme.
- 3) Võimalusel helistab 112 ning:
  - a) tutvustab ennast kooli kriisimeeskonna liikmena;
  - b) annab teada enda asukohast;
  - c) teavitab, kui tema käes on hoone plaanid ning 0 võti;
  - d) **annab operaatorile kriitiliselt tähtsa informatsiooni – koolis toimub äkkrünnaku korral evakueerumine Valjala Rahvamajja. Annab ka teada, kust päästejõud leiavad**



**kooli plaanid ning 0 võtme.**

- e) Jätab operaatorile oma mobiiltelefoni numbri;
  - f) vastab kõikidele operaatori küsimustele;
  - g) täidab operaatori korraldusi.
- 4) Koostöös päästejõududega tagab hilisemalt vajaliku sündmuskoha puutumatus.

**1.11. Meediaga suhtlemine äkkrünnaku korral**

**Äkkrünnaku lahendamine kuulub politsei vastutusalasse. Seetõttu suhtleb meediaga antud sündmusest politsei pressiesindaja.** See on äärmiselt vajalik seetõttu, et meediasse ei satuks kontrollimatut informatsiooni, mis võib oluliselt kahjustada sündmuses viibinud kooli õpilaste ja töötajate huve.

Suure tõenäosusega pöördub meedia äkkrünnaku korral informatsiooni saamiseks ka kooli töötajate ja juhtkonna poole. Sellisel juhul tuleb meediaesindaja suunata info saamiseks politsei pressiesindaja juurde (meediakanalitel on üldjuhul olemas politsei pressiesindaja kontakt).

**1.12. Tegevused pärast olukorra lahenemist**

Peale äkkrünnakut on vajalik pakkuda õpilastele, töötajatele ning lapsevanematele vajalikku kriisiabi. Võimalikult kiiresti on vaja taastada kooli olustik ning normaalne õpikeskkond.

**2. Pommikahtlase eseme leid**

- 1) **Ära puuduta ega liiguta eset! Eemaldu sellest. Anna korraldus ka teistele sellest eemaldumiseks!**
- 2) Teata leiust 112, anna võimalikult täpne eseme ja selle asukoha kirjeldus. Helistamiseks eemaldu esemest, ära kasuta mobiiltelefoni ega raadiosidevahendit vähemalt 50 m raadiuses kahtlasest esemest.
- 3) Teavita leiust kooli kriisimeeskonna juhti, kes alustab evakueerimist.

**Ära puuduta ega liiguta kahtlast eset!****Ära kasuta mobiiltelefoni ega radiojaama vähemalt 50 m raadiuses kahtlasest esemest!****Evakueerudes pommikahtlase eseme leiu korral**

- 1) Võimalusel ava aknad, plahvatuse korral on kahjustused siis väiksemad.
- 2) Vaata ruum kiiresti üle, kas näed midagi kahtlast (ese, mida selles ruumis pole varem olnud vmt).
- 3) Kui leiad kahtlase eseme, lahku ruumist ja teavita leiust politseitöötajat, päästeteenistust või kooli kriisimeeskonda.
- 4) Võta kaasa klassi nimekiri (kui kool kasutab elektroonilist õppeinfosüsteemi, ole valmis edastama info puudujate ja tunnis viibinud õpilaste kohta).
- 5) Võta kaasa isiklikud asjad – ruumi vabastamine kottidest lihtsustab ruumi edasist kontrolli.
- 6) Kogunemiskohta jõudes kontrolli kõigi kohalolekut ja edasta infot koguvale õpetajale teave, kui palju oli õpilasi tunnis, kui palju puudus, kui palju jõudis kogunemiskohta.

**3. Õpilase kadumine**

- 1) Uuri õpilastelt
  - a) Millal kadunud kaaslast viimati nähti?
  - b) Kus kadunud kaaslast viimati nähti?
  - c) Kas keegi teab, kuhu kadunud õpilane läks?
  - d) Kas keegi teab, miks kadunud õpilane ära läks (konflikt, keegi kutsus vmt)?

- e) Kas keegi on temaga pärast lahkumist telefoni teel rääkinud?
- 2) Püüa telefoni teel kadunud õpilasega kontakti saada.
- 3) Informeeri juhtunust õpilase vanemaid, uuri, kas neil on kadunud õpilase kohta infot.
- 4) Täpsusta, milline oli kadunud õpilase rietus.
- 5) Teavita politseid numbril 112 ja tegutse vastavalt politseilt saadud juhistele. **Kui lapse asukoha ja olukorra kohta puudub ka lapsevanematel info, on õpetaja kohustatud teavitama politseid, ka juhul, kui vanem ei soovi teavitamist, sest õpilase elu ja tervis võivad olla ohus.**
- 6) Informeeri kooli juhtkonda.
- 7) Kontakteeru uuesti kadunud õpilase vanematega ja selgita, mida on õpilase leidmiseks tehtud ja mida veel ette võetakse.
- 8) Kui kadunud õpilane leitakse, informeeri sellest kõiki osapooli, otsimine katkestatakse.

**Ära mine õpilast ise otsima, jättes ülejäänud õpilased üksi!**

### Järeltöö

- 1) Aruta juhtunust õpilasega, et ta mõistaks olnud situatsiooni tõsidust. Väldi süüdistamist ja õpilasega riidlemist, see ei aita tal olnud mõista ja oma tegude eest vastutust võtta.
- 2) Vajadusel käsitle juhtunust kogu klassiga.

## 4. Lapsrerööv

### **Kui lapsevanem pöördub kooli kahtlusega, et tema last võidakse röövida**

Kuula, näita üles arusaamist ja mõistmist. Kui tegemist on peresisese teemaga, palu lapsevanemal ühendust võtta kohaliku omavalitsuse lastekaitsetöötajaga. Kui tegemist on perevälise ähvardusega, palu lapsevanemal kindlasti ühendust võtta politseiga.

**Ära võta endale probleemi lahendaja rolli!**

#### 4.1. Lapsreröövi ähvardus

##### **Kui ähvarduse või info ähvarduse kohta saab õpetaja**

- 1) Teavita juhtunust kooli direktorit.
- 2) Direktor võtab ühendust politseiga ning teavitab
  - a) kuidas laekus ähvardus;
  - b) ähvarduse sisu;
  - c) kes ähvardas.
- 3) Direktor võtab ühendust lapsevanemaga, kelle juures laps ametlikult elab.

##### **Kui ähvarduse saab lapsevanem ja teavitab sellest õpetajat**

- 1) Soovita lapsevanemal teavitada politseid.
- 2) Teavita juhtunust kooli direktorit.
- 3) Direktor võtab ühendust politseiga, sest koolipäeva jooksul vastutab õpilase turvalisuse eest kool.
- 4) Kool järgib politseilt saadud juhiseid.

#### 4.2. Lapsrerööv koolis

- 1) Võta viivitamatult ühendust politseiga, kuna lapse elu ja tervis võivad olla ohus.
- 2) Teavita juhtunust kooli juhtkonda.
- 3) Volitatud isik kriisimeeskonnast võtab ühendust lapsevanemaga, kelle juures laps ametlikult elab ja täpsustab olukorra.

- 4) Anna õpilastele võimalus väiksemates gruppides rääkida oma mõtetest ja tunnetest, mida sündmused on äratanud. Vajadusel kaasa koolipsühholoog või kriisiabi osutav psühholoog.

## **5. Kaklus või ühepoolne füüsiline vägivald**

- 1) Lahuta kaklus:
- Anna kõigepealt suuline korraldus kaklus lõpetada.
  - Kui sellele ei kuuletuta, lahutada kaklus füüsiliselt sekkudes võimalikult leebelt (ei tohi ise õpilast lüüa vms). Sekkumise üle otsustades hinda, kas sekkumisel põhjustatav võimalik vigastus on väiksem või suurem kui need vigastused, mis võiksid tekkida siis, kui kaklust ei lahutata).
  - Kui kaklust lahutada ei õnnestu või see on sulle ohtlik, kutsu abi või teavita politseid numbril 112.
  - Ära sekku, kui kakluses kasutatakse külmrelvi.
- 2) Vajadusel kutsu kiirabi (kindlasti tuleb fikseerida ja dokumenteerida tekitatud vigastused).

**Ära sekku, kui see on sulle endale ohtlik!**  
**Kakluse sekkudes ei tohi õpilast lüüa!**  
**Ära mine nuga vmt ise ära võtma, see on alati väga ohtlik!**

### **Pärast kakluse lahutamist:**

- Võta osalejatelt seletused. Kui seletusi mingil põhjusel ei ole võimalik võtta, siis kirjuta üles nende laste nimed ja kontaktandmed, kes osalesid kakluses või olid selle tunnistajaks ning edasta kooli juhtkonnale.
- Käsitle sobimatut käitumist lähtudes kokkulepetest koolis.
- Teavita klassijuhatajat, kes teeb koostööd lastevanematega/hooldajatega ning käsitleb juhtunut edasi.
- Kui juhtunu on puudutanud ka teisi õpilasi (kaklust nähti pealt, osapoolte tüli on olnud pikaajaline ja ka teiste jaoks keeruline situatsioon), käsitleb klassijuhataja juhtunut klassis ühise aruteluna. Vajadusel pöördub abi saamiseks kooli eripedagoogi poole.
- Raskematel juhtudel** teavita kooli juhtkonda, kes
  - teavitab lapsevanemaid/hooldajaid;
  - võtab osalejatelt kirjalikud seletused;
  - teavitab vajadusel noorsoopolitseid;
  - vajadusel kutsub kokku kriisimeeskonna koosoleku, kus otsustatakse:
    - kas ja kuidas teavitada kooli;
    - kas ja kuidas käsitleda juhtunut edasi;
    - kas ja kuidas teostada järeltööd.

## **6. Varastamine**

- Teavita klassijuhatajat.
- Klassijuhataja võtab lastelt/lapselt (kirjaliku) seletuse. Võimalikult objektiivsete seletuste saamiseks on hea leida võimalus, et lapsed oleksid seletuste kirjutamisel üksteisest eraldatud.
- Klassijuhataja käsitleb teemat vastavalt olukorrale asjaosalistega või klassis.
- Klassijuhataja teavitab ohvri vanemat/hooldajat võimalusest esitada avaldus politseile.
- Klassijuhataja arutab olukorda direktori ja eripedagoogiga, et otsustada edasiste tegevuste üle (noorsoopolitsei teavitamine, psühholoogilise töö vajadus jmt). Vastavalt otsusele teavitab direktor, eripedagoog või klassijuhataja varguses kahtlustatava vanemaid/hooldajaid.

**Ära otsusta süüdlase üle esmamulje põhjal!**

## **7. Esemete rikkumine**

- 1) Teavita klassijuhatajat.
- 2) Klassijuhataja võtab lapselt (lastelt) seletuse.
- 3) Klassijuhataja teeb koostööd lapse(laste)vanematega/hooldajatega.
- 4) Klassijuhataja käsitleb teemat vastavalt olukorrale asjaosalis(t)ega või klassis.
- 5) Kooli vara rikkumise korral teavita direktorit, kes võtab ühendust lapse(laste)vanematega/hooldajatega.
- 6) Esemete rikkumise või kasutamiskõlbmatuks muutmise või mingil muul moel koolile kahju tekitamise puhul koostab raamatupidamine nõudeavalduse, milles märgitakse tekitatud varaline kahju.

## **8. Väljapressimine**

- 1) Teavita ohvri klassijuhatajat. Teades mõlemat osapoolt, teavita juhtunust mõlema lapse klassijuhatajaid.
- 2) Klassijuhataja võtab lapselt (lastelt) seletuse.
- 3) Klassijuhataja teeb koostööd lapse(laste)vanematega/hooldajatega.
- 4) Klassijuhataja käsitleb teemat vastavalt olukorrale asjaosalis(t)ega või klassis.
- 5) Tõsisematel juhtudel pöördu kooli juhtkonna või psühholoogi ja noorsoopolitsei poole.

## **9. Alkoholi, tubaka või muu keelatud aine omamine**

### **Õpilane narkouimas või alkoholi juobes koolis**

- 1) Sekku koheselt! Rahulikult vesteldes ürita õpilane teiste klassikaaslaste juurest või teised tema juurest ära juhtida.
- 2) Kui õpilasega ei saa kontakti, kutsu kiirabi.
- 3) Ära jäta õpilast üksi, vajadusel anna esmaabi.
- 4) Alkoholi- või narkojuobe kahtluse korral tuleb teavitada politseid. Kui avaldus tehakse vihjena narkootiliste ainete kasutamise kahtlusest, võib politsei käsitleda seda konfidentsiaalsena. Avalduse võib teha ka anonüümselt.
- 5) Juobe tuvastamine on politsei pädevuses. Juobe tuvastamine alkomeetri abil kooli töötaja poolt on õigustühine, kuid võib olla koolipoolseks meetmeks, kui õpilane on nõus alkomeetri kasutamisega. Politsei saab menetluses kasutada kooli töötaja poolt koostatud kirjalikku välise juobetunnuste kirjeldust.
- 6) Teavita õpilase vanemat/hooldajat.
- 7) Kui politsei ei anna muud korraldust, tuleb vanem/hooldaja õpilasele kooli järele ja viib õpilase koju või vajadusel meditsiinasutusse.

### **Kui õpilase juurest leitakse keelatud ainet/aineid**

- 1) Õpilase kotti ei tohi loata avada. Küll aga võib paluda tal seda ise teha ja sisu näidata.
- 2) Narkootikumide või tubakatoode leidmisel teavita koheselt politseid (mitte teatamine on karistatav). Äravõetud tubakatoode või muu keelatud aine antakse üle politseile.
- 3) Kui õpilane hoiab enda juures, tarvitab ise, vahendab või müüb narkootilisi aineid, on see kuritegu, millest tuleb alati teavitada politseid.
- 4) Alkoholi leidmisel teavitatakse vanemaid, kui õpilasel puuduvad juobetunnused, ei ole politsei teavitamine kohustuslik. Äravõetu antakse üle lapsevanemale.
- 5) Keelatud ainete konfiskeerimisel tuleb täita keelatud ainete äravõtmise akt (Lisa 3).

### **Vestlus õpilasega, kui on kahtlus, et ta tarvitab keelatud aineid**

- 1) Ära püüa alustada vestlust, kui sul on kahtlus, et laps on parasjagu uimasti mõju all.

- 2) Püüa vestluseks leida selline aeg, kus oled kindel, et on võimalik rääkida, ilma et peaksite vahepeal vestluse katkestama.
- 3) Püüa last mitte süüdistada, kui eksid, võib see teie suhet lapsega tõsiselt rikkuda.
- 4) Arvesta, et uimastite kasutamine võib olla märk tõsisest masendusest.
- 5) Otsusta enne, kuidas kavatsed reageerida, kui õpilane tõepoolest tunnistab, et on uimasteid tarvitanud.
- 6) Palu õpilasel oma seisukohti kirjeldada ning kuula hoolikalt, mida tal öelda on. Noored ei pruugi alati aru saada, et narkootikumide kasutamine võiks olla probleem.
- 7) Kui sul tekib kahtlus, et sulle uimastite kohta valetatakse, püüa jääda rahulikuks ja mitte vihastada.
- 8) Näita õpilasele, et muretsed eelkõige tema tervise ja heaolu pärast.
- 9) Kinnita, et ta saab alati arvestada sinu toetuse ja abiga.
- 10) Püüa talle põhjalikult seletada, missugune käitumine on lubatud ja missugune mitte.
- 11) Püüa mitte ähvardada karistusega - see võib tunduda kiire ja lihtne lahendus, kuid tõenäoliselt sa nii soovitud tulemust ei saavuta. Samas informeerii võimalikest seadusest tulenevatest karistustest, noored peavad aru saama, et vastutavad nii oma tegude kui nende tagajärgede eest.
- 12) Kui on kahtlusi, et õpilane on narkootiliste ainete mõju all, ei tohi mitte mingil juhul ähvardada karistuse või politseiga - kuna paljud ained nõrgendavad pidurdusmehhanisme, võib inimene muutuda agressiivseks ning vigastada ennast või teisi inimesi või teha midagi muud mõtlematut.

<b>Kõige olulisem on, et õpilane saaks abi ja ravi.</b>
---

## 10. Surm

### Õpilase surm

- 1) Teate saanu võtab koheselt ühendust direktoriga või kellegagi kriisimeeskonnast.
- 2) Kutsutakse kokku kriisimeeskond.
- 3) Direktor kinnitab info ja teavitab juhtunust õpilasi ja kooli töötajaid.
- 4) Lipp langetatakse poolde masti.
- 5) Sobivasse kohta (nt kooli fuajeesse) asetatakse lahkunu foto, küünal (võimalusel musta lindiga), lilled ja/või sissekannete tegemiseks mälestuste raamat.
- 6) Korraldatakse mälestuskogunemine. Kui surmajuhtumist saadakse teada enne keskpäeva, korraldatakse mälestusteenistus samal päeval, muidu järgmisel hommikul. Talitust ei ole soovitatav pidada päeva lõpus.
- 7) Mälestuskogunemine algab leinaseisaku ja leinamuusikaga, direktor peab kõne, soovi korral jätvad õpilased hüvasti sobiva luuletuse, sõnavõtu, laulu või muusikapala abil. Kui kool soovib, peab kõne vaimulik. Lahkunud õpilase vanemad võivad soovi korral mälestusteenistusel osaleda.
- 8) Siirdutakse klassidesse, kus kaasõpilastel on võimalus rääkida oma tunnetest ja mälestustest.
- 9) Lahkunu klassis pannakse tema tühjale koolilauale põlema küünal ja võimalusel asetatakse kõrvale tema foto .
- 10) Kriisimeeskond teavitab kõiki või valitud klasside lapsevanemaid kaasõpilase surmast.
- 11) Klassijuhatajale võiks vajadusel abiks olla keegi kooli kriisimeeskonna liikmetest.
- 12) Klassijuhatajaga arutatakse millisel viisil lahkunud klassikaaslast mälestada:
  - a) mäletuste raamat;
  - b) luuletus temast;
  - c) kirja kirjutamine lahkunule või lahkunu perele;
  - d) õpilaste koos tehtud joonistused.

- 13) Klassijuhataja ja kriisimeeskond otsustab, kes võtab ühendust lahkunu perekonnaga, et
  - a) avaldada kaastunnet;
  - b) informeerida koolis tehtavast;
  - c) läbi arutada võimalik koolipoolne abi ning perekonna soovid seoses mälestusrituaalidega koolis, koolikaaslaste osalemisega matustel jmt.
- 14) Kui lähedased on nõus kaasõpilaste/õpetajate osalemisega matustel, teavitab kriisimeeskond sellest suuliselt õpetajaid ja kirjalikult lapsevanemaid.
- 15) Klassijuhataja avaldab klassikaaslaste poolt kaastunnet õpilase omastele (kaastundeavaldus), kooli poolt avaldab kaastundeavalduse kriisimeeskond.
- 16) Vajadusel korraldatakse koosolek lapsevanematele, sest ka nemad võivad vajada tuge.

### **Kaasõpilase surmast rääkimine**

- 1) Enda rahulikkus loob turvalise olukorra.
- 2) Räägi kogu tõe otse ühe lausena (võid lauset korrata mitu korda).
- 3) Välti abstraktseid väljendeid nagu uinunud, puhkama läinud vmt. Räägi surmast otsesõnu (sõnaga surm).
- 4) Räägi lastele, mis edasi hakkab toimuma.
- 5) Räägi lastele leina reaktsioonidest– mõtetest ja tunnetest.
- 6) Lase õpilastel oma tundeid väljendada.
- 7) Soovita lastel rääkida vanemate või sõpradega.
- 8) Räägi õpilastega, kelle poole võivad nad vajadusel pöörduda, kui nad soovivad juhtunust rääkida. Räägi ka, millist välist abi võiks kasutada, kust võiks välist abi leida.
- 9) Võta arvesse õpilaste kultuuri, tausta ja olukorda.
- 10) Ole teadlik enda stressireaktsioonidest. Kui mingil põhjusel on raske üksi klassiga juhtunust käsitleda, kutsu appi kolleeg või kriisimeeskonna liige.

### **Õpilase/õpetaja/kooli töötaja surm**

- 1) Teate saanu võtab koheselt ühendust direktoriga või kellegagi kriisimeeskonnast.
- 2) Kutsutakse kokku kriisimeeskond.
- 3) Direktor kinnitab info ja teavitab juhtunust õpilasi ja kooli töötajaid. Kooli direktor või kriisirühma liige räägib lahkunud õpetaja klassile juhtunust. Teistele klassidele räägib oma õpetaja või mõni kriisirühma liige.
- 4) Lahkunud õpetaja oma klassile leitakse võimalikult kiiresti tugiisik, kes jääb klassiga kogu mälestusrituaalide ajaks ja võimalusel ka edaspidiseks.
- 5) Õpilastele antakse võimalus oma mõtetest ja tunnetest rääkida, vajadusel kaasatakse psühholoog.
- 6) Lipp lastakse poolde masti.
- 7) Sobivasse kohta (nt kooli fuajeesse) asetatakse lahkunu foto, küünal (võimalusel musta lindiga), lilled ja/või sissekannete tegemiseks mälestuste raamat.
- 8) Viiakse läbi mälestuskogunemine. Kui surmajuhtum leiab aset enne keskpäeva, korraldatakse mälestuskogunemine samal päeval, muidu järgmisel hommikul. Kogunemist ei ole soovitatav pidada päeva lõpus.
- 9) Mälestuskogunemine algab leinaseisaku ja leinamuusikaga, direktor peab kõne, soovi korral jätavad õpilased hüvasti sobiva luuletuse, sõnavõtu, laulu või muusikapala abil. Kui kool soovib, peab kõne kirikuõpetaja.
- 10) Koolipäeva ei katkestata, lapsi koju ei saadeta, sest nii võivad lapsed jääda üksi oma reaktsioonidega.
- 11) Vajadusel teatatakse juhtunust kirjalikult kodudesse või kutsutakse kokku lastevanemate koosolek.
- 12) Töötajad lepivad koostöös kriisimeeskonnaga kokku konkreetsetes tegevustes (kaastundeavaldused, matused).
- 13) Direktor lepib omastega kokku kooli töötajate ja õpilaste võimaluse osaleda matustel.

14) Kriisimeeskond arutab läbi vajalike tugiteenuste organiseerimise ja vajaduse järeltöö osas.

### **Õpilase lähedase surm**

- 1) Teavita kooli direktorit.
- 2) Direktor, kriisimeeskonna liige või klassijuhataja kinnitab teate tõepärasust õpilase lähedaste käest.
- 3) Kui õpilane ei tea veel juhtunust ja kooli tuleb teade keset koolipäeva, teavitab teda sellest kooli tulnud lähisugulane. Vältida tuleb olukorda, kus õpilane kuuleb lähedase kaotusest juhuslikult või meedia vahendusel. Kui lähedased ei saa kooli tulla, räägib lähedase nõusolekul õpilasele juhtunust klassijuhataja või mõni teine sobiv inimene.
- 4) Ole koos õpilasega või hoolitse, et seda teeks keegi teine. Õpilast ei jäeta mingil juhul üksiega saadeta üksi koju.
- 5) Hoolitse igati (vaata, et tal külm poleks, paku sooja jooki, vasta ausalt tema küsimustele).
- 6) Paku julgelt ka füüsilist lähedust. Väiksemad lapsed saab võtta sülle, suuremaid hoia embuses.
- 7) Normaliseeri kõiki reaktsioone ja tundeid ("see, et sa praegu värised on loomulik, see on väga raske hetk"; "Ma mõistan sinu viha ja see on normaalne, et sa nii tunned").
- 8) Ära arva, et kui õpilane on täiesti rahulik ja ei reageeri hetkel ägedalt, siis ta sind ei vaja. Igal juhul - ära jäta teda üksi seniks, kuni oled ta pereliikmele/lähedasele üle andnud.
- 9) Kooli direktor, kriisimeeskonna liige või klassijuhataja
  - a) avaldab kaastunnet;
  - b) küsib luba kaasõpilastele rääkimiseks;
  - c) kui kooli esindaja soovib matustel osaleda, siis küsib selleks luba;
  - d) kinnitab, et laps on nii ruttu kui võimalik uuesti kooli oodatud, sest rutiini jätkumine toetab last tema leinas.
- 10) Kui õpilane või õpilase lähisugulased on sellega nõus, võib klassijuhataja rääkida juhtunust klassiga. Klassikaaslastele võib selgita, kuidas käituda leinajaga.
- 11) Vestle lapsega ja anna talle teada võimalusest alati sinu poole pöörduda, kui laps soovib juhtunust rääkida. Lase lapsel oma tegelikke tundeid ventileerida.
- 12) Jälgi õpilase ja ka kaasõpilaste toibumist ning võimaliku toe vajadust. Soovita professionaalset abi, kui selleks on vajadus.
- 13) Klassijuhataja avaldab klassi poolt kaastundeavalduse.
- 14) Lähedase kaotanud õpilase jaoks võib olla argiste toimingute tegemine pikka aega raskendatud. Jälgi, kas õpilastele / kaasõpilastele võib olla vajalik organiseerida psühholoogiline järeltöö.
- 15) Aita õpilasel võimalikult kiiresti tavaelu rutiini tagasi pöörduda. Samas on tähtis, et õpilase individuaalseid leinareaktsioone aktsepteeritakse.

### **Kooli töötaja lähedase surm**

- 1) Kooli direktor informeerib vajadusel töökaaslasi, olles enne läbi rääkinud leinava töötajaga.
- 2) Kui teade tuleb keset tööpäeva, saadetakse töötaja vajadusel koju või haiglasse/sünnimuskohale.
- 3) Direktor räägib vajadusel töötajaga juhtunust ja tööle naasmisest.
- 4) Arutatakse töötajaga, kas ja kuidas teavitada õpilasi või kuidas teemat koolis käsitletakse, arvestades tema soove.
- 5) Direktor teavitab õpilasi; kui töötaja peab pikemat aega töölt eemal viibima.
- 6) Kriisimeeskond avaldab kolleegide poolt kaastundeavalduse.
- 7) Kaastundeavaldused (leinakuulutus ajalehte ...).
- 8) Töökaaslased valmistuvad vastu võtma lähedase kaotanud töökaaslast ja aitavad teda

igäüks oma oskuste kohaselt. Leinaja tööle naastes pea meeles:

- a) Leinav töökaaslane vajab rahu ja tuge, mitte vältimatult sõnu, liigne tähelepanu võib olla koormav.
  - b) Vahel on kõige toetavam see, kui avaldatakse kaastunnet ja öeldakse, et vajadusel ollakse olemas, aga muidu jätkatakse tavapärase käitumisega.
  - c) Argirutiini jätkumine on leina puhul toetav.
  - d) Ole tähelepanelik ja märka muutusi leinava töökaaslase igapäevases olekus ka hiljem. Vajadusel räägi oma tähelepanekutest direktorile.
- 9) Vajadusel leitakse võimalused vähendada leinaja töökoormust või korraldada ümber tööjaotus.

**Võrdselt kohatu on nii leinaja vältimine kui juhtunule ülereageerimine.**

### Suitsiid

Anna informatsiooni toimunust. Anna tõene ülevaade juhtunust, räägi vaid teadaolevaid fakte. Püüa jääda oma väljendustes rahulikuks ning kirjeldada juhtumit selgelt ja lihtsalt. Kui sul on mingitel põhjustel raske üksi rääkida, kutsu endale kindlasti appi kolleeg või kriisimeeskonna liige.

- 1) Anna aega reageerimiseks ja küsimuste esitamiseks.
- 2) Laste reaktsioone ja mõtteid tuleb igati respektierida. Enesetappude korral on kõige tähtsamaks julgus rääkida vastuolulistest ja keelatud häbi- ja süütunnetest ning nende aktsepteerimine.
- 3) Julgusta õpilasi juhtunust rääkima. Sageli tahetakse kriisilukorrast korduvalt rääkida ja küsida samu küsimusi, sest toimunut on raske omaks võtta. Julgusta lapsi rääkima nii juhtunuga seotud faktidest kui ka oma tunnetest. Leppige vajadusel kokku ajad, millal te koolipäeva jooksul juhtunust räägite.
- 4) Säilita klassis tavapärased reeglid. Toeta õpilaste igasugust tegevuslikku aktiivsust (nt. klassi koristamine jm rutiinsed tegevused). See süvendab kokkukuuluvus- ja turvatunnet ning aitab taastada kontrolli tunnete üle.
- 5) Muuda ajutiselt õppekava. Peale traumaatilisi sündmusi on õpilastel raskusi keskendumise ja mälu ning alaneb õpivõime. Kontrolltööd tuleks mõned päevad edasi lükata. Ka kodutöid võiks mõneks ajaks vähendada.
- 6) Ole tähelepanelik riskiõpilaste suhtes. (Kõrge riskiga õpilasteks võivad olla kannatanu õed/vennad, lähedased sõbrad, tugevaid emotsionaalseid reaktsioone ilmutanud lapsed, sündmuse pealtnägijad, need, kel on peres probleeme või on kaotanud pereliikme, depressiooniilmingute või suitsiidikalduvustega õpilased.) Nad võivad vajada individuaalset psühholoogilist esmaabi.
- 7) Ole tähelepanelik ka teiste õpilaste ja koolitöötajate suhtes, vajadusel korraldab kriisimeeskond psühholoogilise esmaabi osutamise.
- 8) Aita taastada enesekontroll. Tugevad tunded on kriisilukorras loomulikud. Aita neil maha rahuneda ja oma käitumise üle kontroll saavutada.
- 9) Selgita õpilastele suhtlust ajakirjanikega. Ütle, et nad ei vastaks ajakirjanike küsimustele ilma vanemate loata.
- 10) Hoiu kontakti teiste õpetajate, kooli personali ja lastevanematega. Tähtis on teada, kuidas õpilased kriisilukorras hakkama saavad mitte ainult koolis, vaid ka kodus ja väljaspool. Nii mõnigi õpilane võib vajada spetsialisti abi. Vanemadki vajavad juhtnööre.
- 11) Ole oma käitumisega õpilastele eeskujuks. Mida enam täiskasvanud annavad eeskujut, kuidas olla asjatundlik, probleeme lahendav ning samas kaastundlik ja hooliv, seda enam on ka lapsed võimelised käituma adekvaatselt.
- 12) Ole teadlik oma reaktsioonidest ja hoolitse ka enda eest. Lubatud on näidata ka oma



tundeid, kuid mitte kaotada kontrolli. Ära jäta ennast üksi, räägi kolleegidega, jaga oma tundeid ja mõtteid, vajadusel otsi abi spetsialistidelt.

- 13) Väga oluline on, et koolielu läheks võimalikult kiiresti normaalset rada pidi edasi. Ei ole soovitatav suuri ümberkorraldusi teha ega lasta lastel, keda see kõige lähemalt on puudutanud, üksinda koju jääda. Neil on kõige parem olla tavalises koolikeskkonnas.
- 14) Kui enesetapp on juhtunud koolivaheajal, organiseeritakse mälestusrituaalid pärast tagantjäreli, kui lapsed on tulnud tagasi kooli.

#### **Kui enesetapp või enesetapukatse toimub tundide ajal:**

- 1) Kanna hoolt selle eest, et õpilased ei pääseks sündmuskohale või lahkuks sealt kohe. NB! Hoolitse, et õpilased ei jääks seejuures üksi!
- 2) Kutsu kohe kiirabi ja politsei (112).
- 3) Teavita kooli direktorit.
- 4) Surmateate viib koju politsei.
- 5) Seejärel võtab koduga ühendust kooli direktor.
- 6) Kriisimeeskond korraldab sündmust vahetult pealt näinud õpilastele ja õpetajatele psühholoogilise esmaabi võimaluse.
- 7) Kriisimeeskond koostab edasise tegevusplaani tervele koolile.

### **11. Õpilase raske haigus**

- 1) Täpsusta teate tõepärasust õpilase enda või tema lähedastega.
- 2) Vajadusel informeerid direktorit.
- 3) Õpilase loal räägitakse haigusest teistele õpilastele /klassikaaslastele.
- 4) Õpilane jätkab oma õpinguid juhul, kui ta on selleks võimeline.
- 5) Klassijuhataja suunab vajadusel lapsevanemaid võimaldama lapsele jutuajamist vastava spetsialistiga ( perearst, sotsiaaltöötaja, psühholoog).
- 6) Kriisimeeskond tagab, et õpilasega ette tulla võivate kriitiliste olukordade jaoks antakse kooli töötajatele esmaabi ja toimetuleku juhend.
- 7) Vajadusel tuleb kutsuda kooli meditsiinitöötaja rääkima klassile antud haigusest.
- 8) Klassijuhataja organiseerib, et õpilasega säiliks kontakt haiglas või kodus haige olemise ajal.
- 9) Õpilase ja tema perekonna soove kuulatakse ja nendega arvestatakse.

### **12. Vaimne vägivald**

#### **Kuidas probleemi ära tunda?**

Õpilaste probleemid, mida märgates peaks olema kõrgendatud tähelepanuga:

- 1) masendus;
- 2) unehäired (laps ei maga piisavalt, on kogu aeg unine);
- 3) söömishäired (ei söö piisavalt või sööb üle, rahustab ennast toiduga);
- 4) jõuetus (olen täitsa läbi, ei jaksa enam);
- 5) apaatia, kõrvale tõmbumine (hobid, sõbrad ei paku enam midagi);
- 6) viha (tugev jonn, vastuhakk);
- 7) keskendumisraskused (üliaktiivsus, mitte adekvaatne käitumine);
- 8) enesevihakamine (olen rumal, minust ei pea keegi, ma ei meeldi kellelegi);
- 9) kurbus, nutulisus, enesehaletsemine (on valitsevad tunded);
- 10) maailmalõpu tunne, viimsepäeva tunded (inimene räägib, mõtleb ja joonistab surmast);
- 11) lapse süstemaatiline puudumine.

Loetelu on suunav. Kui õpilasel on nimetatud sümptomeid palju, tuleb võtta ühendust psühholoogiga või sotsiaaltöötaja.

#### **Kiusamisele on vaja koheselt reageerida.**

- 1) Kogu infot - kes on õpetajatest/ õpilastest kiusamist pealt näinud? Kes on liider? Kas

kiusatav provotseerib ise kiusamist?

- 2) Tee kindlaks, kas õpilase käitumine oli hetkeline ja ühekordne emotsioon või kestev probleem.
  - 3) Vestle kiusamises kahtlustatavatega individuaalselt. Kuula, ära süüdistata. Oota, millise lahenduse õpilane ise pakub.
  - 4) Vestle individuaalselt tõenäolise ohvriga. Julgusta rääkima, väldi suunavaid küsimusi.
  - 5) Väljenda selgelt, et kiusamiskäitumine ei ole lubatud.
  - 6) Korralda grupikohtumine kiusamises kahtlustatavatega ( kui kiusajaid on mitu).
  - 7) Hinda olukorda ja vastavalt vajadusele korralda kohtumine kiusajate ja ohvriga koos. Leidke lahendused, kuidas suhteid parandada ja sõlmige kokkulepped. Enamasti peab oma käitumist korrigeerima nii kiusaja kui ohver.
  - 8) Teavita juhtunust mõlema osapoole vanemaid.
  - 9) Vajadusel/võimalusel suuna nii ohver kui kiusaja psühholoogi juurde. Tema korraldab vajadusel edasise töö (psühholoogilise abi vajaduse hindamise, kohtumised vanematega jne.).
  - 10) Mõne aja möödudes uuri mõlemalt osapoolelt, kuidas on läinud.
- Raskematel juhtudel teavita kooli juhtkonda. Kui kiusamine on korduv ja väga tõsine ning koolipoolsed meetmed ei aita, konsulteerige juhtumit kohaliku noorsoopolitseiga.

### **13. Küberkiusamine**

Küberkiusamise vahendid: tekstisõnumid, pildid ja videoklipid (mobiiltelefonides või internetis), telefonikõned, e-kirjad, jututubades või veebilehtedel kiusamine, identiteedivargus. Osad loetletud tegevustest on kriminaalkorras karistatavad.

#### **Võrdselt ohtlikud on nii reageerimata jätmine kui ka ülereageerimine!**

- 1) Tegele probleemiga kohe. Pane tähele:
  - a) teo toimepanija motiive;
  - b) vanust;
  - c) arusaamist tegude keelatuses;
  - d) ohvri tundeid ning reageeringut toimunule.
- 2) Mõista, et see, mis sinu jaoks võib tunduda tühine, võib lapse jaoks olla oluline probleem.
- 3) Informeeri portaali haldurit.
- 4) Võta ühendust lapsevanemaga.
- 5) Konsulteerige kooli eripedagoogiga.
- 6) Teavita kooli kontaktisikut noorsoopolitseis.

#### **Räägi lapsega:**

- 1) **Kiusamist ei ole mõelnud välja sina ja sinu eakaaslased.** Räägi lastele, et kiusajaid on olnud enne ja tuleb ka edaspidi. Too näiteid, kuidas seda on tehtud ning millised on olnud tagajärjed. Selgita, et julgeks ei tule pidada mitte kiusajaid vaid neid, kes sellele vastu hakkavad.
- 2) **Ära vasta sõnumitele ja kirjadele, mis Sind ahistavad või häirivad.** Vastamine võib kiusajat veelgi julgustada. Kui keegi saadab sulle mõnes virtuaalses suhtluskanalis (MSN, Facebook, jututoad jne) mõnitava ja halvustava sisuga sõnumeid ja teateid, siis blokeeri teadete saatja.
- 3) **Hoia häiriv kiri või sõnum alles.** Sellisel juhul saad vajadusel hiljem alati tõestada, et sind on kiusatud. Pea meeles, et mitte ainult kirju ja sõnumeid, vaid ka MSNi veebikaameravestlust on võimalik salvestada mõlemal pool.
- 4) **Räägi probleemist kohe, kui see tekib.** Räägi inimesele, keda sa tunned varasemalt. Leia

keegi, kes sind ära kuulab. Kui sinu tutvusringkonnas puudub hetkel selline inimene, helista 116 111.

- 5) **Blokeeri häirija.** Nendes keskkondades, kus võimalik, on kõige lihtsam lahendus häirijaga tegelemiseks tema blokeerimine.
- 6) **Tegele probleemiga võimalikult ruttu** – eelistatult kohe, kui see tekib, selleks teavita portaali pidajat kiusaja tegevusest.

**Ära süüdistista last!**

**Ära kritiseeri tema käitumist või otsuseid!**

## **14. Füüsiline vägivald koolis**

**Märgid, mis viitavad füüsilise vägivalda ohvrile:**

- 1) tähelepanu- ja õpivõime langus;
- 2) vigade arvu kasv;
- 3) mälu halvenemine;
- 4) unustamise kiirenemine;
- 5) meeleolu langus, endassetõmbunud olek;
- 6) hirmunud, ennast varjata püüdev kehahoiak;
- 7) õpilane väldib koostööd või kontakti teatud õpilastega.

Kui enamus neist märkidest on täidetud, võib kahtlustada füüsilise vägivalda toimumist.

**Füüsilise vägivalda ilmingutele tuleb alati reageerida.**

- 1) Julgusta ohvrit rääkima.
- 2) Vajadusel pöördu kooli meditsiinitöötaja poole või traumapunkti, et fikseerida ja dokumenteerida vigastused.
- 3) Püüa välja selgitada konflikti põhjused ja peamised vägivallatsejad.
- 4) Tee koostööd mõlema osapoole lapsevanemate/hooldajatega.
- 5) Käsitte juhtunut vastavalt olukorrale mõlema osapoolega eraldi, mõlema osapoolega koos või klassis (probleemi vahendamine, ühise mure meetod, klassiarutelu).
- 6) Väljenda selgelt, et füüsiline vägivald on lubamatu.
- 7) Kutsu vägivallatseja koos vanemate/hooldajatega probleemvestlusele.
- 8) Võimalusel suuna nii ohver kui vägivallatseja koolipsühholoogi juurde.
- 9) Aita ohvril leida strateegiaid enda kaitsmiseks ja vägivaldsete olukordade vältimiseks.
- 10) Aita vägivallatsejal leida strateegiaid enda emotsioonide ja impulsside kontrolli all hoidmiseks.
- 11) Vajadusel teavita kooli juhtkonda või noorsoopolitseid.

**Ära tee ennatlikke otsuseid enne kui oled juhtumisse süvenenud!**

## **15. Koduse füüsilise väärkohtlemise kahtlus**

**Märgid, mis võivad viidata kodusele füüsilisele vägivallale:**

- 1) laps kardab vanemaid;
- 2) laps ei taha koju minna;
- 3) seletamatu muutus käitumises (rõõmsast kurvameelseks vmt);
- 4) laps on hirmunud, endassetõmbunud, passiivne või kõrgenenud agressiivsusega;
- 5) ilmastikule sobimatu riietuse kandmine verevalumite vmt varjamiseks;
- 6) ennasthävitav käitumine või selle sagenemine (narkootikumide või alkoholi kuritarvitamine, suitsetamine);
- 7) kodust ärajooksmine.

## Mida teha?

- 1) Räägi oma kahtlustest kooliarstile, koolipsühholoogile, sotsiaaltöötajale või kohaliku omavalitsuse lastekaitse spetsialistile.
- 2) Ole lapse suhtes toetav ja julgustav, kuid mitte pealetükkiv.
- 3) Julgusta last oma muret jagama täiskasvanuga.
- 4) Anna märku, et juhtumus ei ole laps süüdi.

## 16. Seksuaalne väärkohtlemine

**Kui tead või kahtlustad, et keegi alla 16-aastane isik on jäetud hooletusse või et ta on emotsionaalse, füüsilise või seksuaalse väärkohtlemise ohver (või kui on oht, et ta selle ohvriks langeb), on seadusest tulenev kohustus teavitada sellest politseid. Kõige otstarbekam on teavitada Lastekaitsetalitust ja/või Noorsoopolitseid.**

Kui keegi ütleb, et teda on seksuaalselt väärkoheldud või seksuaalselt rünnatud, siis:

- 1) Võta aega kuulamiseks ja leia jutuajamiseks rahulik koht.
- 2) Täna teda, et ta otsustas sinuga oma muret jagada ja anna endale aru, kui raske tal võib olla sellest rääkida.
- 3) Ütle talle, et usud teda. Inimesele, keda on väärkoheldud või seksuaalselt rünnatud, on oluline, et teised inimesed teda usuksid. Seda, et inimesed seksuaalvägivaldaga kohta valetaksid, juhtub väga harva.
- 4) Toeta teda, öeldes: „Mul on kahju, et see sinuga juhtus”, „Mul on hea meel, et sa julgesid sellest mulle rääkida”, „Ma mõistan, et sellest rääkimine oli sulle raske, aga sa oled tubli, et julgesid abi küsida”, „Ma saan aru, miks sa ennast nii kohutavalt tunned”.
- 5) Toetu detailsele infole mitte ettekujutusele.
- 6) Ütle talle, et tema ei olnud juhtumus süüdi. Ainuke inimene, keda süüdistada, on ründaja, sest vägivaldset käitumist ei õigusta mitte miski.
- 7) Aita tal otsida abi. Ole ta sõber. Ohvritel ei ole kerge juhtumust rääkida. Mine temaga kaasa abi otsima ja paku, et oled kogu selle aja vältel temaga koos. Sellise toetuse olulisust on võimatu sõnadega kirjeldada. Ole tugev ja paku tuge.
- 8) Ära luba, et sa ei räägi kellelegi (rõhuta, et sa räägid juhtumust spetsialistile, kes saab lapsele professionaalset abi osutada).
- 9) Säilita rahu, ära käitu paaniliselt, järelemõtlematult. Ära tee kiireid, mõtlematu otsuseid.
- 10) Tee protsessist täpsed märkmed, erista kuuldu ja enda mõtted või järeldused.
- 11) Aita tal leida kohad, kust saaks abi otsida. (Kui laps on vahetu vägistamise ohver, siis tuleb jälgida, et säiliksid vägistamisjäljed tema kehal ja riidel kuni spetsialistide saabumiseni).
- 12) Kui oled ebakindel, konsulteerige kooli meditsiinitöötaja, psühholoogi või sotsiaaltöötajaga.

## **Kui märkad vihjeid, mis viitavad seksuaalsele väärkohtlemisele**

Seksuaalse väärkohtlemise ohvrid võivad üritada loovtöodes seksuaalkuritegusid kirjeldades või neid kujutades oma olukorrast märku anda. Õpetaja roll on signaalidest aru saada.

- 1) Alusta õpilasega dialoogi.
- 2) Mõista, et juhtumus on väga raske rääkida.
- 3) Kinnita talle, et tema ei ole süüdi. Süüdistada saab ainult teo toimepanijat.
- 4) Selgita vaikumiskohustusega seonduvaid küsimusi. Juhtumist tuleb teatada **alati** lastekaitsetalitusele või politseile.
- 5) Vägivaldaga ohvri peab suunama abi saama ja talle peab rääkima tema õigustest ja võimalustest tuge saada.
- 6) Pärast konsulteerimist sotsiaaltöötajaga võetakse vastu otsus vanematele teatamisest või mitteteatamisest.
- 7) Vajadusel saadetakse laps turvapaika. Kodust ja perekonnast eraldatud lapse edasise

elukoha, hooldamise ja kasvatamise korraldab valla- või linnavalitsus.

### **Kui keegi tunnistab et on käitunud viisil, mida sa pead seksuaalselt ahistavaks või vägivaldseks:**

- 1) Kuula.
- 2) Toeta tema käitumise muutmist.
- 3) Juhi ahistava sisuga kommentaaridele tähelepanu ning mõista need hukka.
- 4) Aita tal mõista, et tema üksi vastutab vägivalda eest, isegi kui tema partner on süüdi suhte muudes probleemides. Vägivald on õpitud käitumisviis, millest on võimalik end vöörutada.
- 5) Julgusta teda nõustajalt abi paluma. Vägivald ei lõpe niisama.
- 6) Selgita, et tegemist on seaduserikkumisega, julgusta teda oma tegu üles tunnistama. Anna teada, et vastasel korral pead ise politseid teavitama.

## **17. Depressioon**

### **Depressiooni üldised tunnused noorukil**

- 1) Äkilised meeleolu ja käitumise muutused. (Varem sõnakuulelik nooruk on äkki muutunud vaenulikuks. Mässuline käitumine ja isegi kodunt ärajooksmine on depressioonis nooruki puhul tavaline).
- 2) Huvi kadumine peaaegu kõigi tegevuste vastu. (On ebatavaliselt passiivne, kaotab huvi endiste hobide vastu).
- 3) Teistest eraldumine. (Nooruk eemaldub sõpradest või vastupidi, kuna tema käitumises ja hoiakutes on ebameeldivad muutused).
- 4) Muutused toitumisharjumustes. (Depressiooniga on tihti kaasnevad anoreksia, buliimia ja taltsutamatu liigsöömine).
- 5) Unehäired. (Magab kas liiga vähe või liiga palju. Või on kujunenud häiritud magamisharjumused, öö ja päev vahetuses).
- 6) Probleemid koolis. (Nooruk on probleemne õpetajate ja kaasõpilastega, tema õppeedukus langeb ja võib keelduda kooli minemast).
- 7) Ohtlik või ennasthävitav käitumine. (Võib juhtuda, et noorel pole enam eluisu, selle sümptomiks võib olla ka enesevigastamine).
- 8) Väärtusetustunne või kohatu süütunne. (Muutub äärmiselt enesekriitiliseks, tundes end täieliku hädavaresena, kuigi tegelik olukord võib olla vastupidine).
- 9) Psühhosomaatilised vaevused: ilma füüsilise põhjuseta pea -, hamba- ja seljavalud.
- 10) Korduvad surma – või enesetapumõtted.

**Depressioon mõjutab kõiki igapäevaelu valdkondi. Kõige sagedamini energiataset, und, toitumist.**

**Depressiooni õigeaegne diagnoosimine ja ravi on tervise seisukohalt väga oluline. Noorukil tuleks soovitada pöörduda perearsti või psühhiaatri /psühholoogi poole.**

## **18. Söömishäired**

Enamikel lastest esineb mõnel arenguetapil mingeid söömishäireid, nagu ajutiselt vähenenud või suurenenud söögiisu või toidu valimist, „pirtsutamist“.

Tähelepanelik tasub olla kui:

- 1) lapse kaal väheneb või normaalne juurdevõtmine väheneb;
- 2) teatud toidud tekitavad iiveldust;
- 3) esineb muid somaatilisi sümptomeid ( kõhuvalu, kõhulahtisus või – kinnisus);

- 4) on märgata koolilõunal piiratud menüü kasutamist;
- 5) ülemäärane liikumine;
- 6) tahtlik oksendamine;
- 7) lahtistite kasutamine;
- 8) söögiisu vähendavate ainete ja vedelikku väljutavate ravimite tarvitamine;
- 9) kerged motoorsed kohmakusnähud;
- 10) aeglane pulss, madal vererõhk, punetavad või sinetavad külmad jäsemed;
- 11) hambakahjustused.

Söömishäiretest levinumad on anoreksia ja buliimia.

### **Mida teha?**

Kui õpilasel on märgata eelpool nimetatud sümptomeid, siis on soovitatav vestelda kõigepealt lapsevanemaga ja soovitada psühholoogi poole pöördumist.

**Söömishäired kuuluvad raskesti ravitavate ja tõsiste haiguste hulka ja vajavad psühhiaatrilist sekkumist ja vastavat ravi.**

## **19. Esmaabi**

### **19.1. Esmaabi erinevate haiguste korral**

#### **19.1.1. Astmahoog**

##### **Tunnused:**

- 1) hingamisraskus, oluliselt pikenenud väljahingamine;
- 2) vilinad väljahingamisel;
- 3) raskendatud kõnelemine ja sosistamine;
- 4) huuled, kõrvalestad ja küünevallid hallikassinised;
- 5) rahutus, kurnatus;
- 6) köha.

##### **Esmaabi:**

- 1) säilita rahu ja julgusta kannatanut;
- 2) aita tal kasutada oma astmahoo ravimeid;
- 3) palu tal hingata aeglaselt ja sügavalt sisse ja lühidalt ning kiirelt välja;
- 4) ära pane kannatanut pikali, las ta valib endale mugava asendi ise – harilikult istuva;
- 5) kui hoog ei leevene, palu kannatanul võtta inhalaatorist teine doos;
- 6) kui inhalaatori toime puudub viie minuti jooksul helista 112;
- 7) aita kannatanul kasutada inhalaatorit iga 5- 10 minuti järel;
- 8) ära kasuta inhalaatorit rohkem kui maksimaalselt ette nähtud;
- 9) jälgi kannatanu hingamist ja pulssi;
- 10) kui kannatanu kaotab teadvuse, aseta ta püsivasse küliliasendisse;
- 11) vajadusel elustamise ABC.

#### **19.1.2. Diabeet ehk suhkruhaigus**

Kui varasemast teada suhkruhaige tunneb ennast halvasti anna talle magusat, see kõrvaldab kiiresti hüpotglükeemia (normist madalam veresuhkru tase) ega kahjusta oluliselt hüperglükeemia

(normist kõrgem veresuhkru tase) korral.

##### **Eluohtlikud teadvusehäired diabeedi korral**

##### **Hüperglükeemia**

Kõrge veresuhkur pikema aja jooksul võib viia teadvusekaotuseni. Teadvusekaotus kujuneb välja päevadega.

**Tunnused:**

- 1) soe ja kuiv nahk, kiire pulss ja hingamine;
- 2) atsetoonilõhn suust, tugev janu, sage urineerimine;
- 3) ravita uimasus ja seejärel teadvusekaotus.

**Esmaabi:**

- 1) kui kannatanu on teadvuseta aseta ta püsivasse küliliasendisse;
- 2) helista 112;
- 3) jälgi elutähtsaid funktsioone (teadvust, hingamist, pulssi).

**Hüpoplükeemia**

Teadvusehäire liialt madala veresuhkru korral (alla 3,0mmol/l) kujuneb välja väga kiiresti, minutitega.

**Tunnused:**

- 1) nõrkus, pearinglus, näljatunne;
- 2) lihastõmbused, värinad;
- 3) nahk kahvatu, külm, higine;
- 4) ebaadekvaatne käitumine;
- 5) kannatanu võib kiiresti kaotada teadvuse;
- 6) sageli võivad esineda krambid.

**Esmaabi:**

- 1) anna kannatanule kiiresti magusat jooki (4 – 5 supilusikatäit suhkrut klaasi vee kohta);
- 2) võib anda ka kommi, šokolaadi, küpsist;
- 3) kui kannatanu seisund paraneb kiiresti, anna talle rohkem süüa ja juua ning luba tal puhata, kuni ta hakkab ennast paremini tundma;
- 4) kui kannatanu on teadvuseta, ava ta hingamisteed ja kontrolli hingamist ja pulssi;
- 5) vajadusel elustamise ABC;
- 6) kui teadvuseta kannatanu hingab, aseta ta püsivasse külili-asendisse;
- 7) ära ürita teadvuseta kannatanule midagi suhu panna;
- 8) helista 112.

**19.1.3. Epilepsiahoog****Sinu eesmärgid:**

- 1) Kaitsta kannatanut vigastuste eest.
- 2) Abistada teda pärast teadvuse taastumist.
- 3) Kui vaja, helistada 112.

**Epilepsiale on iseloomulik:**

- 1) kannatanu kaotab järsku teadvuse, sageli karjatades vahetult enne;
- 2) lihased muutuvad jäigaks, selg kumerdub tahapoole;
- 3) võib tekkida hingamisseiskus;
- 4) algavad krampplikud lihastõmbused, lõuad võivad olla kokkusurutud ja hingamine võib olla häälekas;
- 5) suu võib olla täitunud verise süljega, kui esinevad keele või huulte hammustushaavad;
- 6) kusepõis ja pärasool võivad tühjeneda;
- 7) lihased lõõgastuvad ja taastub normaalne hingamine, kannatanu tuleb teadvusele mõne minuti jooksul;
- 8) kannatanu võib olla uimane, käituda kummaliselt või endaga juhtunust mitte teadlik olla;
- 9) pärast hoogu võib kannatanu jääda sügavalt magama.

**Esmaabi:**

- 1) kaitse kannatanut vigastuste eest. Püüa kergendada tema kukkumist, tee ruum tema ümber

vabaks;

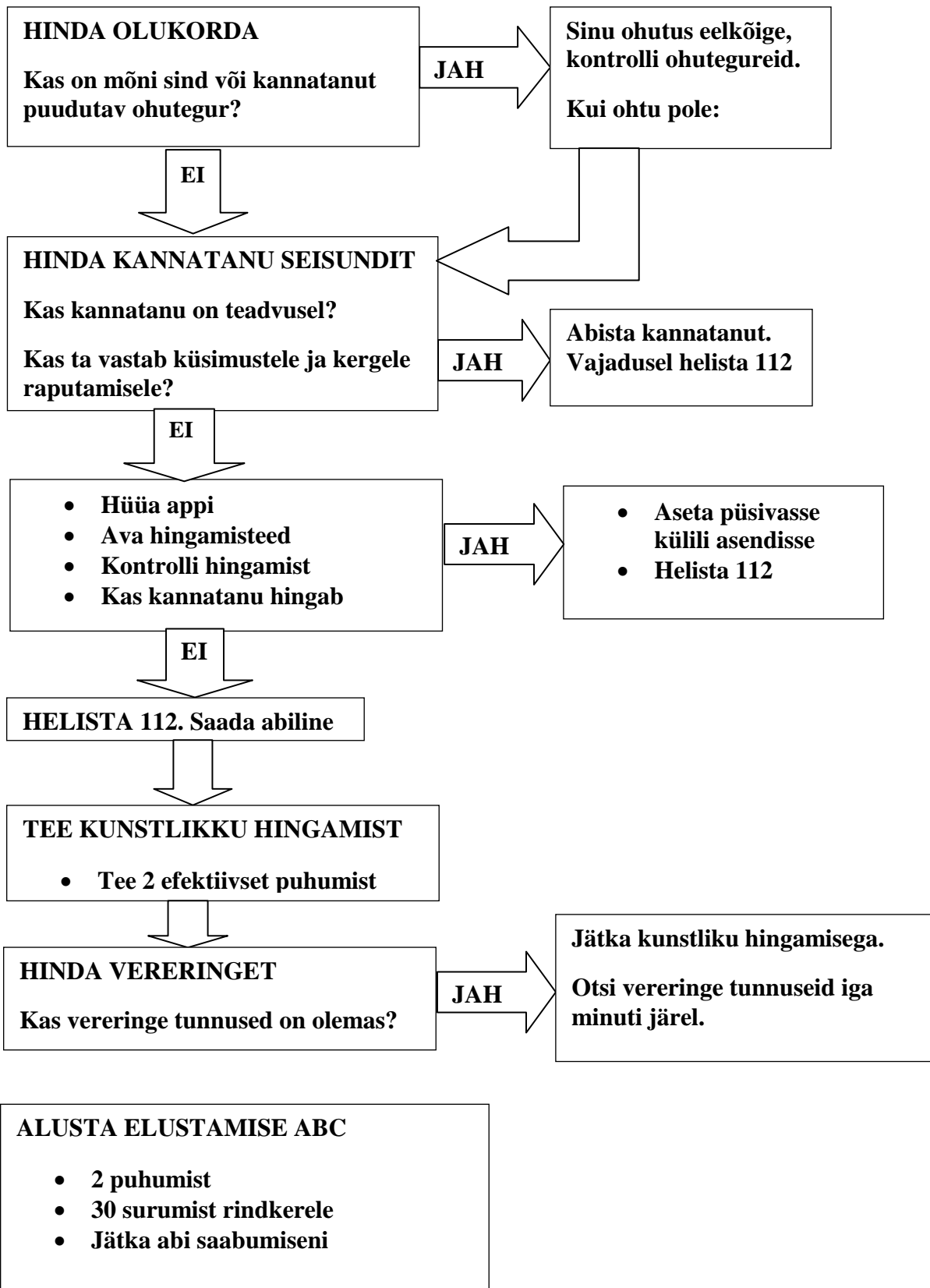
- 2) ära pane talle midagi suhu, ära hoia teda jõuga kinni;
- 3) ära kannatanut liiguta kui ta pole otseses hädaohus;
- 4) jäta meelde kellaeg millal kramp hakkas;
- 5) võimalusel kaitse kannatanu pead, asetades pehme padja pea alla;
- 6) vabasta kaela ümbritsevad riided;
- 7) hoo lakkamisel ava hingamisteed ja kontrolli hingamist, vajadusel alusta elustamise ABC;
- 8) kui kannatanu hingab, aseta ta püsivasse külili asendisse;
- 9) märgi ära krambihoo kestus.

### **Helista 112, kui**

- 1) kannatanu on teadvuseta kauem kui kümme minutit;
- 2) krambihoo kestab kauem kui viis minutit;
- 3) krambid on esmakordselt elus;
- 4) esinevad korduvad krambihood.



## 9.12 Esmaabi ABC



### **19.3. Elustamise ABC**

Kui kannatanu on võõras ja puudub spetsiaalne kaitsemask, siis suust – suhu hingamist ei tehta ja piirduakse vaid kaudse südamemassaažiga.

#### **A – hingamisteede avamine**

- 1) Aseta oma üks käsi kannatanu otsmikule ja painuta tema pead õrnalt tahapoole.
- 2) Eemalda kannatanu suust võõrkehad ( hambaproteesid, okse, toit jne.).
- 3) Aseta oma sõrmeotsad kannatanu lõua alla ja tõsta lõug ette-üles.
- 4) Kontrolli, kas kannatanu nüüd hingab.
- 5) Kui kahtlustad lüüsisamba kaelaosa vigastust, ära pead tahapoole kalluta, vaid ava hingamisteed tõstes ainult õrnalt alalõuga.

#### **B – kunstlik hingamine**

- 1) Aseta oma üks käsi kannatanu lõua alla ja teine laubale, surudes sellega pea kuklasse ja lõua ette-üles.
- 2) Laubal oleva käe sõrmedega suru kinni tema ninasõõrmed.
- 3) Suru oma avatud suu tihedalt ümber kannatanu avatud suu.
- 4) Puhu õhk ühtlaselt kannatanu suhu ja jälgi, et tema rindkere samal ajal kerkiks.
- 5) Tõsta hetkeks oma pea ja lase kannatanul ise välja hingata.
- 6) Korda sissepuhumist teist korda.

#### **C- kaudne südamemassaaž**

- 1) Aseta kannatanu selili kõvale alusele.
- 2) Lasku põlvili kannatanu kõrvale.
- 3) Aseta oma ühe labakäe tüvi kannatanu rinnaku keskele.
- 4) Aseta oma teise labakäe tüvi esimese käe peale ja seo sõrmed omavahel.
- 5) Suru sirgete kätega kannatanu rinnakule nii, et rindkere vajuks 4-5 cm.
- 6) Vajuta nii 30 korda kiirusega umbes 100 survet minutis käsi kannatanu rindkerelt eemaldamata.
- 7) Surve ja survest vabastamise vahekord on 1 : 1.
- 8) Pärast seda tee jälle 2 õhu sissepuhumist kopsudesse.

**Jätka elustamist kiirabi saabumiseni või kuni kannatanu hakkab ise hingama ja pulssi on tunda.**

**Juhul kui kaitsemaski ei ole käepärast ja suust-suhu hingamine ei ole elustajale tänapäeva tingimustes turvaline, on parem teha ainult südamemassaaži, kui üldse mitte elustada. Kannatanu ellujäämise võimalus on suurem ka siis, kui elustatakse ilma kunstliku hingamiseta.**

## LISA 1 Äkkrünnaku ähvarduse dokumenteerimise ankeet

**Jää rahulikuks! Proovi vestlusest saada maksimaalselt infot, ära ise telefonikõnet lõpeta!**

Kõne vastuvõtu aeg (kuupäev/kellaaeg)
Mil viisil võib rünnak toimuda (kirjeldada/tsiteerida ähvarduse teksti)?
Millal rünnak toimub (kuupäev/kellaaeg)?
Kus rünnak toimub (aadress, objekti nimetus, asukoht)?
Kes on ründaja (kui on teada isik, siis lisada nimi, sünniaeg, kontaktid jms)? Kui on teada ründaja isikukirjeldus, siis lisada ka see.
Milliseid vahendeid ründaja võib kasutada (relvad, süütevahendid jm – kirjeldada nii täpselt kui võimalik)?
Kas ründaja on sündmuskohal?
Mis on ründaja tegevuse eesmärk?
Helistaja asukoht, nimi, telefoninumber:
Kõne vastuvõtmise kuupäev ja kellaaeg: Kõne vastuvõtja nimi ja kontaktandmed: HELISTAJA ISIK: <input type="checkbox"/> mees <input type="checkbox"/> naine <input type="checkbox"/> tüdruk <input type="checkbox"/> poiss <input type="checkbox"/> laps, täpsemalt ei oska hinnata. Oletatav vanus _____ Mis keeles rääkis? <input type="checkbox"/> eesti <input type="checkbox"/> vene <input type="checkbox"/> inglise muu _____ Kas helistaja kõneles mõnes murdes või murrakus? _____ Kas helistaja hääl oli teile tuttav? <input type="checkbox"/> jah <input type="checkbox"/> ei Kui jah, siis keda see meenutas? _____
<b>KÕNE HINDAMINE</b>
Iseloomustada helistaja kõnet (märgi sobivad): <input type="checkbox"/> kiire <input type="checkbox"/> aeglane <input type="checkbox"/> rahulik <input type="checkbox"/> ärevil <input type="checkbox"/> hirmunud <input type="checkbox"/> kahtlev <input type="checkbox"/> vihane <input type="checkbox"/> enesekindel <input type="checkbox"/> karjuv <input type="checkbox"/> kriiskav <input type="checkbox"/> selge <input type="checkbox"/> kogelev <input type="checkbox"/> kurb <input type="checkbox"/> nutune <input type="checkbox"/> joobes <input type="checkbox"/> katkendlik <input type="checkbox"/> kähisev <input type="checkbox"/> mõmisev <input type="checkbox"/> läbi nina <input type="checkbox"/> seosetu <input type="checkbox"/> segane <input type="checkbox"/> rõõmus <input type="checkbox"/> itsitustega <input type="checkbox"/> aktsendiga <input type="checkbox"/> moonutatud <input type="checkbox"/> muu _____

Kas helistaja keelekasutus oli hea ja korrektne?  jah  ei

Kas hääletoon muutus kõne ajal?  
Kuidas? \_\_\_\_\_

Kas Teil tekkis mulje, et ähvardaja tunneb Teid või ähvarduse objekti? Miks Te nii arvate?

\_\_\_\_\_

Kas ähvardaja helistas ühe korra või mitu korda?

\_\_\_\_\_

Kas ähvardaja kõnes esines kõnedefekte, viiteid vaimsele puudele või muud tavapärasest erinevat? Kui jah, siis mis konkreetselt?

\_\_\_\_\_

Kas helistaja mainis kedagi nimeliselt? Keda?

\_\_\_\_\_

Kas kõne taustal oli kuulda teiste inimeste häält, naeru, itsitamist vms?

\_\_\_\_\_

Kas kõne taustal oli kuulda müra (masinad, seadmed, liiklusrüü, muusika, muu)?

\_\_\_\_\_

Muud tähelepanekud?

\_\_\_\_\_

## LISA 2 Pommiähvarduse dokumenteerimise ankeet

Kõne vastuvõtu aeg (kellaaeg, kuupäev)

...../.....

Kus lõhkeseadeldis asub (täpne aadress, objekti nimetus, asukoht)?

.....

Milline lõhkeseadeldis välja näeb (suurus, kuju, materjal jne.)?

.....

Kuidas käivitub?

.....

Millal pomm plahvatab (kuupäev/kellaaeg) ? ...../.....

Millal ja kes selle pani?

.....

Milline on pommipanemise eesmärk, taotlused, nõudmised?

.....

Helistaja nimi ja telefoni number millelt helistatakse?

.....

1. Helistaja isik:  mees  naine  tüdruk  poiss

laps, täpsemalt ei oska hinnata. Oletatav vanus \_\_\_\_\_

2. Mis keeles rääkis?  eesti  vene  inglise  
muu \_\_\_\_\_

3. Kas helistaja hääl oli teile tuttav?  jah  ei

4. Kui jah, siis keda see meenutas? \_\_\_\_\_

5. Iseloomustada helistaja kõnet (märgi sobivad):

kiire  aeglane  selge  kogelev  vanduv

moonutatud  seosetu  segane  erutatud  nutune

muu \_\_\_\_\_

6. Taustahelid:

inimhääled  muusika  liiklusmüra  kontor

tööstus  itsitamine  muu \_\_\_\_\_

7. Kõne kokkuvõte:

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

1. Kas on objektil, asutusel või mõnel asutuses töötaval isikul eelnevalt esinenud (pommi)ähvardusi?

.....  
.....

Täitja nimi, kuupäev, kellaeg, telefoni nr.

...../...../...../...../

**LISA 3 Keelatud aine(te)/eseme(te) äravõtmise akt**

Kool: \_\_\_\_\_

Klass: \_\_\_\_\_

**Isiku andmed, kellelt aine(d)/ese(med) ära võetakse**

Nimi: \_\_\_\_\_

Kuupäev: \_\_\_\_\_

Koht: \_\_\_\_\_

**Ära võetav(ad) aine(d)/ese(med):**

---

---

---

**Aine(te)/eseme(te) äravõtmise põhjus:**

---

---

---

**Aine(d)/eseme(d) võttis ära**

Nimi: \_\_\_\_\_

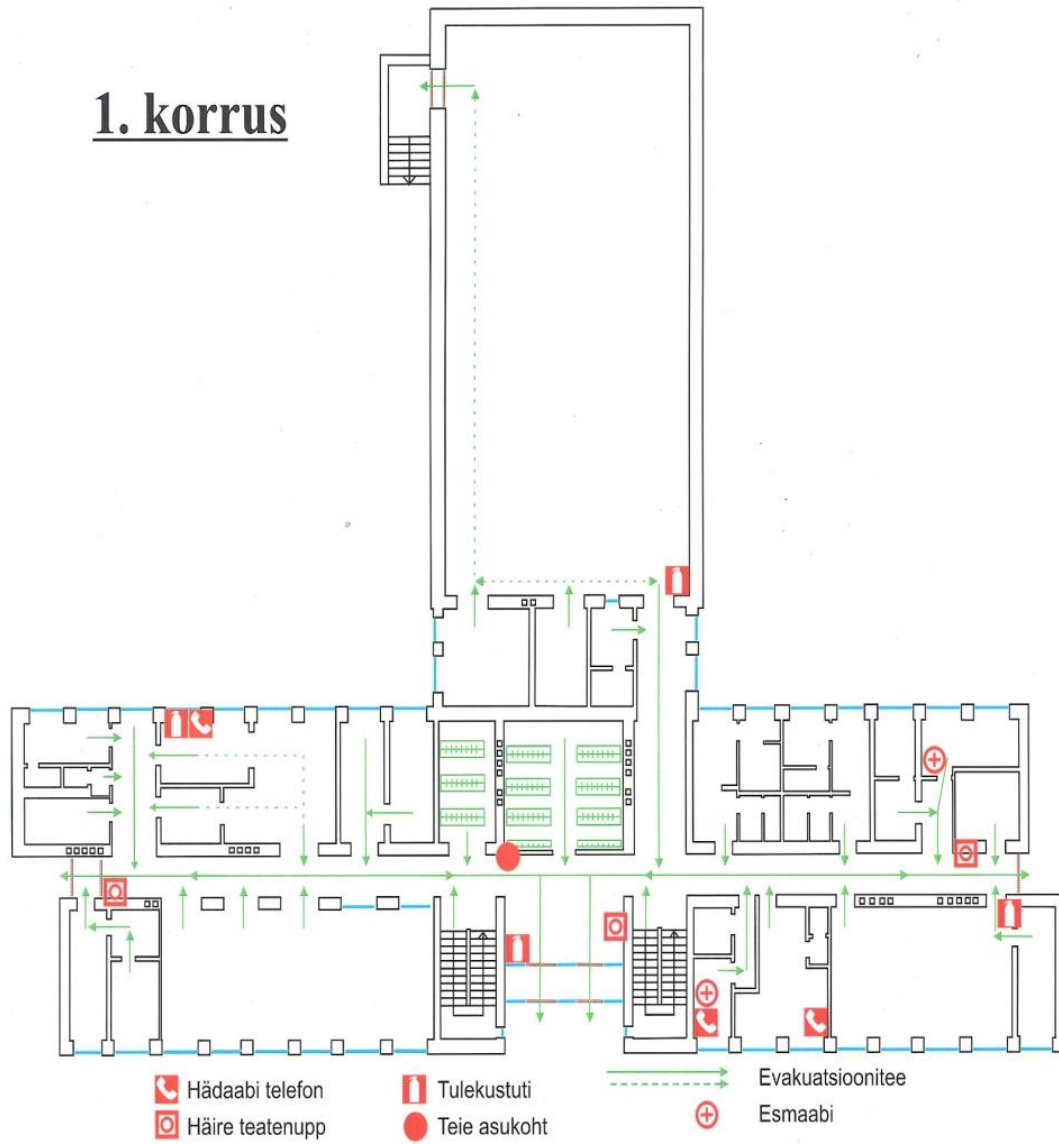
**Ära võetud aine(d)/ese(med) on üle antud**

Nimi: \_\_\_\_\_

Allkiri: \_\_\_\_\_

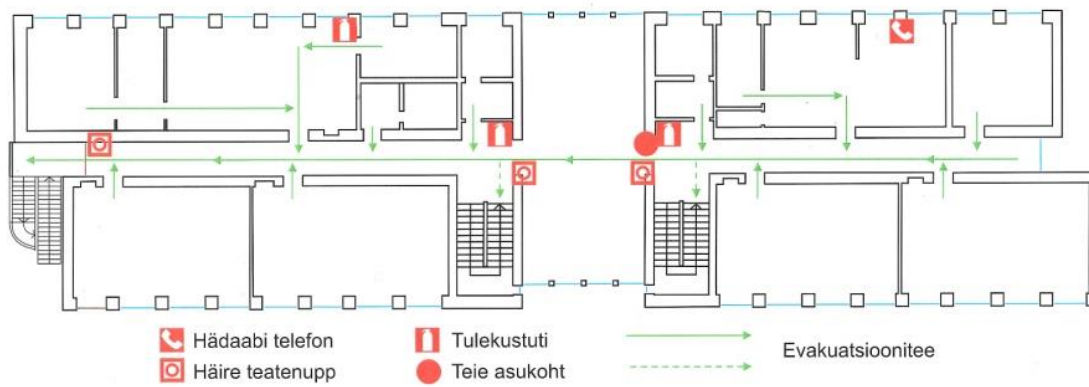
Kuupäev: \_\_\_\_\_

# 1. korrus

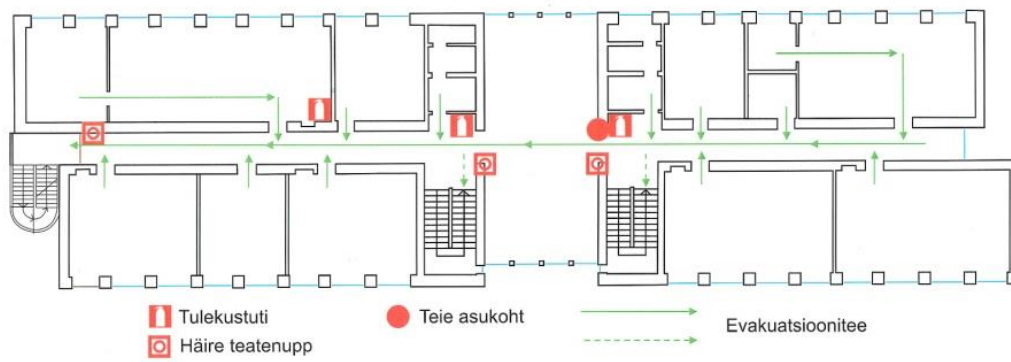




## 2. korrus



### 3. korrus



## 4. korrus

