



Millest alustada, kui oled jäänud tööta?



Käsiraamatus sisalduvad väljavõtted seadustest on raamatu koostajate tõlgendus. Juuriidiliste probleemide korral või oma õiguste kaitseks soovitame kasutada seaduste terviktekste.

### **Käsiraamat on koostatud Tallinna ettevõtlusameti tellimusel**

<b>Väljaandja</b>	Tallinna linn
<b>Koostajad ja autorid</b>	OÜ Sinu Koolituspartner Anne Naelapea Silja Kruuser Mairi Tamm Triin Normann
<b>Toimetaja</b>	Keeletoimetus OÜ, Anu Vane
<b>Küljendus ja illustratsioonid</b>	Outline Reklaam OÜ, <a href="http://www.outline.ee">www.outline.ee</a> , Ronald Kask
<b>Tasuta jagatav tiraaž</b>	10 000
<b>Trükikoda</b>	Paar OÜ. 2010
<b>ISBN</b>	978-9949-21-248-4

# SISUKORD

LINNAPEA TERVITUS . . . . .	6
SISSEJUHATUS . . . . .	8
1. TÖÖTURG . . . . .	10
1.1 Pilk ajalukku. . . . .	10
1.2 Tööturg Eestis ja Harjumaal . . . . .	12
1.3 Töötuse põhjused Eestis . . . . .	12
2. TÖÖTUS KUI UUSVÕIMALUS. . . . .	15
2.1 Töötü või tööotsija . . . . .	15
2.2 Kriis on arengu lähtepunkt . . . . .	17
2.3 Sinu uus amet: aktiivne tööotsija . . . . .	19
3. TÖÖTUKASSAS ARVELEVÕTMINE. . . . .	21
3.1 Mida on tarvis teha töötuna arvelevõtmiseks? . . . . .	21
3.2 Kellel on õigus töötuskindlustushüvitisele? . . . . .	22
3.3 Kasuta targalt pakutavaid tööturuteenuseid ja toetusi . . . . .	22
3.3 Töötukassa pakutavad teenused . . . . .	23
3.4 Töötukassa pakutavad toetused. . . . .	23
3.5 Töötamine välismaal. Mis on EURES? . . . . .	28
4. ENESEANALÜÜS JA EDUKA TÖÖOTSINGU STRATEEGIA . . . . .	31
4.1 Eneseanalüüs . . . . .	31
4.2 Keeleoskus . . . . .	36
4.3 Väärtused ja soovid . . . . .	36
4.4 Sinu huvide inventuur . . . . .	39
4.5 Konkurentsieelis . . . . .	39
4.6 Valikute tegemine . . . . .	40
4.7 Õppimine ja teadmiste kogumine . . . . .	42
4.8 Tööle? . . . . .	42
4.9 Ettevõtjaks? . . . . .	46
4.10 Töötusimise kanalid . . . . .	48
4.11 Aktiivne ja tulemuslik töötus . . . . .	53
4.12 Kandideerimisdokumendid. . . . .	54
4.13 Töövestlus . . . . .	61
4.14 Läbirääkimiste strateegia . . . . .	68

5. TÖÖÕIGUSPROBLEEMID . . . . .	70
5.1 Töötasu. . . . .	70
5.2 Tööaeg ja puhkus . . . . .	72
5.3 Töötaja vastutus. . . . .	74
5.4 Töölepingu lõppemine või ülesütlemine . . . . .	75
5.5 Kui sa tunned, et sulle on tehtud liiga . . . . .	77
5.6 Koondamishüvitis. . . . .	79
5.7 Töötuskindlustushüvitis . . . . .	80
6. MAJANDUSLIK TOIMETULEK . . . . .	81
6.1 Abiks isikliku eelarve koostamisel . . . . .	82
6.2 18 lihtsat soovitud igapäevaseks säästmiseks. . . . .	82
6.3 Kolimine odavamale elamispinnale . . . . .	83
6.4 Enneta makseraskustesse jäämist . . . . .	84
6.5 SMS-laen. . . . .	88
6.6 Sotsiaaltoetused . . . . .	89
6.7 Tallinna abipakett . . . . .	90
KASUTATUD KIRJANDUS . . . . .	96
Lisad . . . . .	97
Lisa 1. Kaaskirja näidis . . . . .	97
Lisa 2. CV näidis . . . . .	97
Lisa 3. Motivatsioonikirja näidis . . . . .	99

## Hea lugeja!

Nii Eesti Vabariigi kui selle pealinna kõige põletavam probleem aastal 2010 on iga-suguste kahtlusteta tööpuudus. Registreeritud töötute arv oli suve hakul riigis üle 85 000, Tallinnas üle 26 000 ja täpset olukorda ei tea keegi, sest täiesti heitunud inimesed sageli ei registreeru ning jäävad seetõttu ka statistikast välja. Uusi töötuid lisandub iga kuuga jätkuvalt mitmeid tuhandeid, nii juba poolteist aastat. Kui minevikku vaadata, on raskeid aegu olnud varemgi: 1990. aastate alguses Eesti omariikluse taastamise järel või sama kümnendi lõpus Aasia ja Vene kriiside mõjul. Aga ometi, sedavõrd ulatuslikku tööpuudust pole meil lähiminekis olnud. Seega oleme pidanud paljude asjadega tegelema omast tarkusest, otsima ja katsetama. Sinule, hea lugeja, oleme koostanud käesoleva käsiraamatu näol abivahendi, kuidas oma probleemidele veidigi lihtsalt lahendusi leida, et sinu otsimised ja katsetused oleksid pisut kergemad.

Kogukonda toetavat sotsiaalset käitumist eeldatakse Eestis eeskätt omavalitsustelt. Kui majanduse kasvufaasis on omavalitsuste roll üksikindiviidi toimetuleku tagamisel vähem tähtis, siis rasketel aegadel muutuvad omavalitsused sotsiaalpoliitikas määravaks jõuks, seda sõltumata riigi tahtest või selle puudumisest. Tallinna linnavalitsus on aastaid järginud sotsiaalsete väärtuste prioriteetsust. Eriti intensiivistus Tallinna linnavõimu tegevus Eestit rängalt tabanud majanduskriisi tingimustes 2008. aasta lõpus. 2009. aasta aprillis vastu võetud Tallinna abipakett on aidanud tuhandeid linlasi pääseda halvimast, meie töötusevastane programm on aidanud säilitada inimeste sotsiaalset sidusust, linna erinevad sammud on pakkunud nõu ja tuge, suppi ja öömaja, toetust ja töist tegevust.

Tahaks väga öelda, et Tallinn on oma kogukonna kaitsmisega majandussurutise tagajärgede eest hästi toime tulnud. Aga ainuüksi selle raamatu esmane sihtrühm on mitukümmend tuhat inimest – fakt, mis ei luba olukorraga kuidagi rahul olla. Jah, sotsiaalse tööhõive rahastamine linna eelarvest on ilmselt hoidnud ära nii mõnegi inimeste sattumise kuritegelikule teele; jah, täna puudub Eesti pealinnas õnneks ka massiline alatoitluse all kannatav peavarjuta jäänute armee. Kuid suhtelises vaesuses elab statistikaameti hinnanguil siiski koguni viiendik Eesti elanikkonnast! Hõivatute arv ei ole veel kunagi varem sel sajandil olnud nii madal kui selle aasta esimeses kvartalis. Kiiret töökohtade taasteket ei luba ükski ettevõtja, analüütik ega majandusekspert. Seetõttu jätkab Tallinn uue abipaketi kokkupanemist linlastele ja linna ettevõtjatele.

2008. aasta jooksul tööpuudus kahekordistus ja see omakorda kolmekordistus 2009. aastaga. Taoline vabalangus oli Eestile esmakordne kogemus. Meie avalik mõte ja õigusruum ei tunnista veel tänagi üha süvenevat vaesust ning vajadust sellega võidelda kohe, nüüd ja praegu. 2010. aasta suvi on näinud mõningast töötute arvu kahanemist, aga ikka registreerub Tallinnas sadu uusi töötuid nädalas. Seepärast jätkame ka linnavalitsuse infosaaits juba novembris 2008 käivitatud töötute tasuta õigusnõustamist. Jätkame ka sotsiaalse tööhõivega linna allasutustes ja ettevõtetes. Need ei ole kõige prestiižsemad ametid või ligitõmbavamad tööd, aga soovijate hulk näitab, et miinimumpalk on siiski väga paljudele inimestele tänases olukorras piisavaks motivaatoriks. Jätkame ka eraettevõtetele palgatoetuste maksmist, kui nad võtavad tööle viis või enam töötut linlast. Lisaks toetame erasektori ettevõtteid linna ettevõtluse arengutoetusega. Jätkame töötute rakendamist avalikus töös ja rahastame sedagi linnakassast. Miks Tallinn seda teeb? Sest umbes pooled registreeritud töötutest ei saa töötukassast sentigi kindlustushüvitist ega töötutoetust.

2009. aastal sai Tallinnas omavalitsuse toel täiendavalt tööd 2000 inimest, neist valdav enamik otseselt linna loodud töökohtadel. 2010 laienesid linna pakutavad sotsiaalsed töökohad, kus palga ja maksud katab linn täielikult. Lisaks ühistranspordile hakkasid töötud täitma mitmesuguseid ülesandeid haljastuses ja sotsiaalhoolekandes. Pargi- ja kalmistuvahtidena ning sotsiaalhooldajatena on täna hõivatud umbes 400 inimest, ühistranspordis ligi 600. Sotsiaalsete töökohtade pakkumise kõrval korraldab linn juba teist korda ka töömessi, millest erasektor on loobunud. Rahastame linnaosades kooskäivaid töötute klubisid, kus inimesed saavad uusi oskusi ja teadmisi edukaks töötungsuks. Täna on iga viies klubis osaleja leidnud endale töökohta. Ja peale kõige muu rahastame ja anname välja ka käesoleva raamatu, mis on sinu jaoks tasuta.

Linnaarhivaar Küllö Arjakas, kes kirjutab siinsamas raamatus eelmist Eesti vabariiki tabanud tööpuudusest ja kellelt olen laenanud oma eessõnasse paar mõtet, küsib: mida pidada Suure Kriisi tähtsamaks õppetunniks? Ja vastab ise nii: vast seda, et riigi- ja omavalitsusasutused ei tohi, käed rüpes, lihtsalt pealt vaadata töötute arvu järjepidevat kasvu, kuust kuusse, aastast aastasse. Pikale veniva majanduskriisi ajal peavad riigi- ja omavalitsusasutused otsima võimalusi, kuidas toetada töölt vallandatud või koondatud inimesi. Andma neile kas lihtsamaid töö- või siis ka keerukamaid ümberkvalifitseerumise võimalusi.

Leian, et iga olukord on erinev ja erinevas olukorras tuleb kasutada just konkreetsele olukorrale kõige kohasemaid meetmeid. Õngest ei ole kasu, kui jões ei ole kala; õpetatagu püüdjat kui palju tahes, tulemuseks on tühi kõht. Kui tänases olukorras, kus igale töötukassa pakutavale töökohtale on 40 pretendent, üldse midagi õpetada, siis seda, mida lugeja selle raamatu kaante vahelt leiab.

*Vastupidavust ja meelekindlust!*

*Edgar Savisaar,  
Tallinna linnapea*

# SISSEJUHATUS

2009. aasta jaanuaris ootamatult koondamisteadet saades olime suhteliselt nõutud. Kas naerda või nutta? Püüdsime säilitada järelejäänud eneseväärikust ja mitte tähele panna teiste kaastöötajate kaastundlikke pilke. Tunne oli siiski väga halb.

Põhiline küsimus oli: „Mis siis nüüd edasi?” Teadsime vaid seda, et peame kiiresti te-  
gutsema, sest laenu ja muud kohustused koos töökohaga ei kao.

Istudes töötutena Mairi köögilaua taga, saime aru, et nüüd on aeg muudatusteks. Mõt-  
lesime läbi, millised on meie oskused ja tugevad küljed. Samuti vaatasime üle oma  
väärtused ja harjumused. Küsisime endalt, kuhu tahame liikuda. Nii kasvas meie enese-  
usk, mida turvalisest elust väljaspool on hädasti vaja.

Loobusime üsna varsti töökuulutuste lugemisest ja tööintervjuudel käimisest. Saime  
aru, et me ei tahagi enam tööl käia. Tahame ise otsustada ja vastutada. Parimal juhul ka  
oma tegevusega midagi head korda saata. Seega võtsime kokku kõik oma teadmised ja  
praktilised oskused ning alustasime oma koolitus- ja konsultatsiooniteenuseid osutava  
ettevõttega – ettevõtjatena. Algas ei olnud lihtne, oma esimese lepingu saime alles  
mitu kuud pärast köögilaua taga istumise päeva. See mõjus nii, et tähistame siiani iga  
võidetud projekti. Täna, poolteist aastat hiljem, on neid piisavalt.

Täna mõistame, et töötuks jäämine oligi meie elu võimalus ja parim, mis juhtuda võis.  
Me saime võimaluse täita oma unistus – saada ettevõtjaks.

**See käsiraamat pakub sulle motivatsiooni töö kaotusest ülesaamiseks. Siit  
leiad nõuandeid, millest alustada, et leida uus ja parem töökoht.**

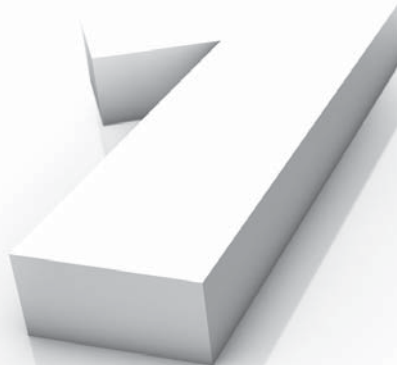
**Soovime sullegi julgust viia oma unistused täide!**

*Mairi Tamm ja Triin Normann,  
ettevõtjad*

*Mõnikord on vaja tõesti minna tundmatusse, et enda juurde tagasi tulla.*

*Caterina Rando, „Mõtte jõud õnne ja heaolu teenistuses”*





# TÖÖTURG

## 1.1 Pilk ajalukku

Tegemist ei ole mitte esimese majanduskriisiga Eesti Vabariigi ajaloos. Üldjuhul arvatakse, et ajaloost saab midagi õppida. Selles tõdemuses on tõepoolest oma iva. Täpset käitumise retsepti ei saa aga üle võtta, sest aeg ja olud, seadusandlus ning tööturg ja muud faktorid on liiga erinevad.

Praegust majanduskriisi on võrreldud 1929.-1933. aasta nn Suure Kriisiga. Mõlemad said alguse Ameerika Ühendriikide finantssüsteemist ning levisid kiiresti üle maailma. Eestisse jõudis see kriis 1930. aastal, tabades kõigepealt põllumajandust – mis tol ajal oli valdavalt maal elavale rahvale ka põhiline elatusallikas. 1932. aastal oli Eestis 32 000 töötut, kriisi tippajal hinnati töötute arvuks 50 000.

Võrreldes tänase olukorraga ei paista 50 000 väga suur arv. Tuleb aga silmas pidada, et toonases Eestis oli sotsiaalkindlustus väga algeline: polnud ei töötuskindlustust ega makstud toimetuleku abiraha. Seega – kes vallandati, sai ka kohe lõpparve ning kindla sissetuleku saamiseks tuli leida uus töö, mis kriisiaastatel oli äärmiselt raske.

Nende arvude puhul tuleb teada erinevaid lähtealuseid: tööbörsil tuli end regulaarselt – üks kord kuus – registreerida ja kes sellest eeskirjast kinni ei pidanud, kustutati kohe töötute nimekirjast. Paljudel maatöötutel polnud aga nii palju rahagi, et sõita maakonnakeskuse tööbörsile end arvele võtma. Hiljem karmistati reegleid veelgi: töötü pidi eelnevalt oma tööbörsi piirkonnas elama vähemalt kaks aastat ning kui abikaasa käis veel tööl, siis teist pereliiget töötuks ei registreeritudki. Registreeritud töötü pidi talle pakutava töö kohe vastu võtma, vastasel korral kustutati ta kaheks aastaks töötute nimekirjast.

Mida teravamaks muutus majanduskriis ja mida enam langes üldine elatustase, seda suuremaks kasvas ühiskondlik rahulolematuse. Tänavarahutusteni jõuti 1930. aasta detsembris Tartus, mil tööbõrsi juurde kogunenud 300 tööta töölisi korraldasid politsei keelust hoolimata meelevahtumise ja püüdsid liikuda raekoja ette. Esines üleskutseid purustada kaupluste aknaid ja rüüstada linn, nagu seda tehti kriisiaastail Ameerikas, Saksamaal ja mujalgi.

Töötute olukorda leevendasid mõnevõrra kevad-suvised hooajatööd – mida aga praegu on tunduvalt vähem. Linnades elavad töötud omased üldjuhul sugulasi maal, sestap sai loota, et talumajapidamine päris nälga ei jäta. Tänapäevaks on Eesti rahvastik teatavasti linnastunud ning maalt saadavale toiduabile saavad loota vaid vähesed.

Tööpuuduse vastu võideldi 1930. aastate algul nii riiklikul kui omavalitsuslikul tasandil. Riigikogu andis 1932. aasta sügisel valitsusele suured õigused kasutada erakorralisi abinõusid eelarve tasakaalu säilitamiseks. Riigi raha kokkuhoidmiseks keelati abikaasadel juba varem üheaegselt töötada kas riigi- või omavalitsusasutuse teenistuses. Keeld tõi abielulahutusi ja kaebekirju. Eelarve tasakaalustamiseks seati sisse uusi makse, kärbiti asutuste koosseise ja vähendati ametnike töötasu. Näiteks õpetajate palka vähendati 1931. aasta lõpul kuni 13%, teistkordselt 1933. aasta algusest veel 8% ning 1933. aasta suvel tehti veel kolmas palgakärbe.

Sotsiaalse katastroofi vältimiseks korraldas valitsus sel ajal töötutele ulatuslikult riiklike hädaabitööde, eeskätt mehhaniseerimata abitööd raudteede ja maanteed rajamisel, lihtsamad metsatööd, maade kuivendustööd jms. Hädaabitöödel maksti väga väikest töötasu, aga see andis siiski tuhandetele inimestele rakenduse. Selliste tööde korraldamine nõudis 1932. aastal riigieelarvest kaaluka osa, umbes 4,5%. Ometi olid sellised riiklikud kulutused mõõdapärasematul vajalikul. Samamoodi korraldasid linnavalitsused lühema- või pikemaajalisi hädaabitööde, eeskätt mitmesugused koristustööd, teede remont, kanalisatsioonitööd jms.

Hädaabitööd ei leevendanud mõistagi mitte kõikide hädaliste olukorda. Neid töid korraldati eeskätt kevad-talvisel ajal, mil hooajatööde järele püsis väike nõudlus. Hinnanguliselt suudeti hädaabitöödega rakendada kuni 30% tööbõrsidel registreeritud töötajatest. Töötute abistamisega tegelesid veel mitmesugused heategevad vabatahtlikud ühendused ja organisatsioonid. Võimaluste piires püüti abistada ka töötuid ametikaaslast – näiteks 1932. aasta oktoobris korraldati Estonias kontsert töötute muusikute toetamiseks.

Eesti väljus suurest majanduskriisist 1934. aastal. Osalt paranes maailmamajanduse konjunktuur, teisalt andsid tulemusi mitmesugused riiklikud ja rahanduslikud abinõud. Aga veel 1934. aasta märtsis läbiviidud rahvaloenduse andmete kohaselt oli Eestis ligi 41 000 töötut, neist pooled elasid linnades.

*Küllo Arjakas,  
ajaloolane, märts 2010. a*

## 1.2 Tööturg Eestis ja Harjumaal

**Eestis on registreeritud töötuid 81 000, nendest Harjumaal ligemale 33 000 (30.06.2010).**

Tänase Eesti vabariigi kõige põletavamaks probleemiks on tööpuudus. Töötute arv ulatub 81 000-ni, kuid täpset olukorda ei tea keegi, sest paljud inimesed pole töötuks registreerunud ning jäävad statistikast välja. Teatavad kõikumised tööhõives olid 1990. aastate lõpul ning väga raskeks kujunes ka 1990. aastate algus, Eesti omariikluse taastamise aeg. Aga ometi pole meil lähiminevikus sedavõrd ulatuslikku tööpuudust olnud.

Kui vaadelda tööpuuduse dünaamikat viimase kümne aasta jooksul, näeme, et pärast viimast majanduskriisi aastatel 1997–1998 suurenes tööpuudus järgnevatel aastatel, jõudes haripunkti 2000–2001. Alates 2002. aastast tööpuudus vähenes märgatavalt, jõudes 2007. aastal madalaimale tasemele. Alates 2008. aastast on tööpuuduse kasv suurenenud – 2008. aastal kasvas registreeritud töötute arv Tallinnas 2,4 korda ja 2009. aastal veel 3,3 korda.

Erinevate eksperthinnangute kohaselt võib registreeritud tööpuudus Tallinnas püsida kõrgel tasemel (12–14%) veel mõnda aega, mis tähendab faktilise tööpuuduse taset umbes 16–18%. Uute töötute juurdekasv on kevadel 2010, võrreldes selle tipuga kevadel 2009, umbes 50%, arvelt maha võetute arv on mitmekordistunud. Kuid ka konservatiivsete hinnangute puhul (alla poole arvelt maha võetud töötutest ei siirdu uuesti tööle, vaid liiguvad mitteaktiivsete kategooriasse) on selge, et faktiliselt tööd mitteomavate töövõimeliste linlaste arvu kasv veel jätkub.

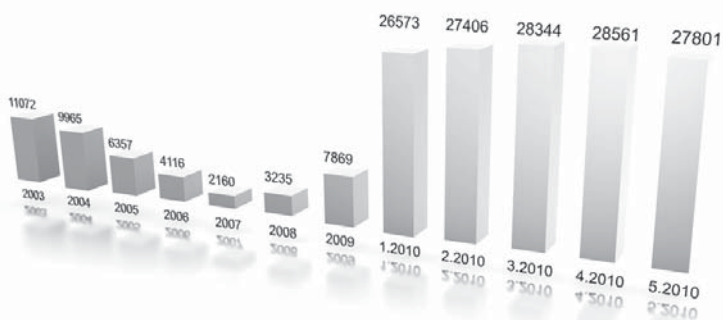
1990. aasta kriisist tulime välja võitjana tänu oma töökusele ja uskumusele, et nüüd saab minna kas paremaks või veel paremaks. Täna seisame sama uskumuse lävel ja märkame majanduses juba esimesi paranemise märke.

## 1.3 Töötuse põhjused Eestis

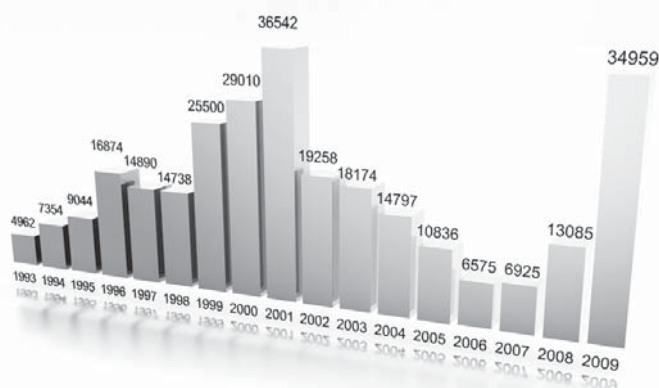
### **Peamised töötuse kasvu põhjused Eestis:**

- allhankeid kasutanud välisfirmad viisid töökohad Eestist välja odavamate töøjõukuludega riikidesse;
- eksportturgude kokkutõmbumine, tellimuste vähenemine Eesti firmades;
- „mulli” lõhkemine kinnisvaraturul;
- riigisektori kulutuste kärpimine, koondamised avalikus sektoris;
- turismi- ja majutusteeninduse, meedia- ja reklaamitarbimise ning müügi ja teeninduse üldine vähenemine;
- töövõimaluste vähenemine välisriikides, seal töötuks jäänud naasevad Eestisse;
- haritud, endised kõrgepalgalised töötud keelduvad madalalpalgalisest lihttööst.

## Registreeritud töötute arv Tallinnas aasta alguse seisuga 2003–2010



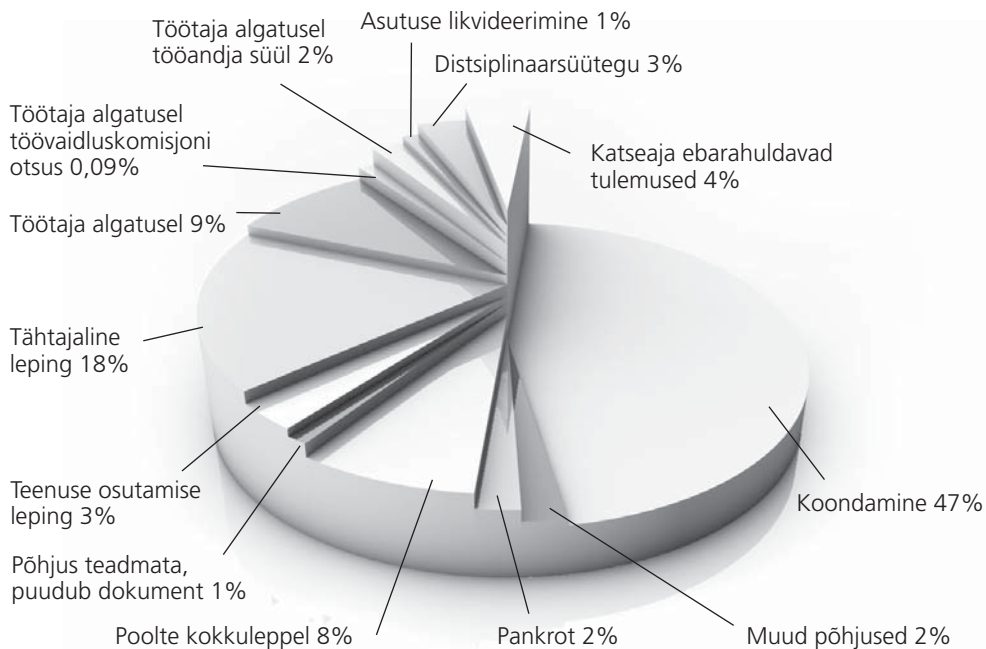
## Tallinnas arvele võetud uued töötud 1993–2009



### Töötud kohalikes omavalitsustes (seisuga 30.06.2010)

	31.03.10	30.04.10	31.05.10	30.06.10
<b>EESTI</b>	<b>95 087</b>	<b>91 668</b>	<b>85 860</b>	<b>81 050</b>
Töötud linnades	65 291	63 238	59 585	56 275
Töötud valdades	29 796	28 430	26 275	24 775
<b>HARJU MAAKOND</b>	<b>38 282</b>	<b>37 106</b>	<b>35 001</b>	<b>33 160</b>
<i>Harju maakonna linnad</i>	<i>32 579</i>	<i>31 576</i>	<i>29 842</i>	<i>28 266</i>
Keila linn	609	567	516	492
Loksa linn	329	410	453	426
Maardu linn	2067	2011	1905	1818
Paldiski linn	487	485	447	423
Saue linn	280	279	257	244
Tallinn	28 807	27 824	26 264	24 863

## Töösuhete lõpetamise põhjused 2010. aasta esimeses kvartalis arvele võetud töötute hulgas



### Sinu töösuhe võis lõppeda sinust mitteolenevatel põhjustel

Töötajast loobumine ei pruugi sõltuda töötaja isiksusest või viletsast tööalasest sooritusest. Põhjuseid on palju rohkem. Ära süüdistas selles iseennast, vaid võta seda kui uut väljakutset ja võimalust anda oma elule uus kvaliteet!

*Niipea kui hakkad austama olemasolevat hetke, kaovad kurbus ja võitlus ning elu hakkab liikuma kerguse ja rõõmuga. Kui tegutsed kohaloluteadvusest lähtudes, saab isegi kõige lihtsam ja argisem tegevus hoopis uue kvaliteedi.*

*Eckhart Tolle*



# TÖÖTUS KUI UUS VÕIMALUS

## 2.1 Töötü või tööotsija?

Eelmisest peatükist said teada, et töötä jäänuna pole sa tegelikult üksi. Sarnases olukorras inimesi on väga palju. Kõige olulisem on see, kuidas sa ise töötusesse suhtud.

### **Levinumad suhtumised**

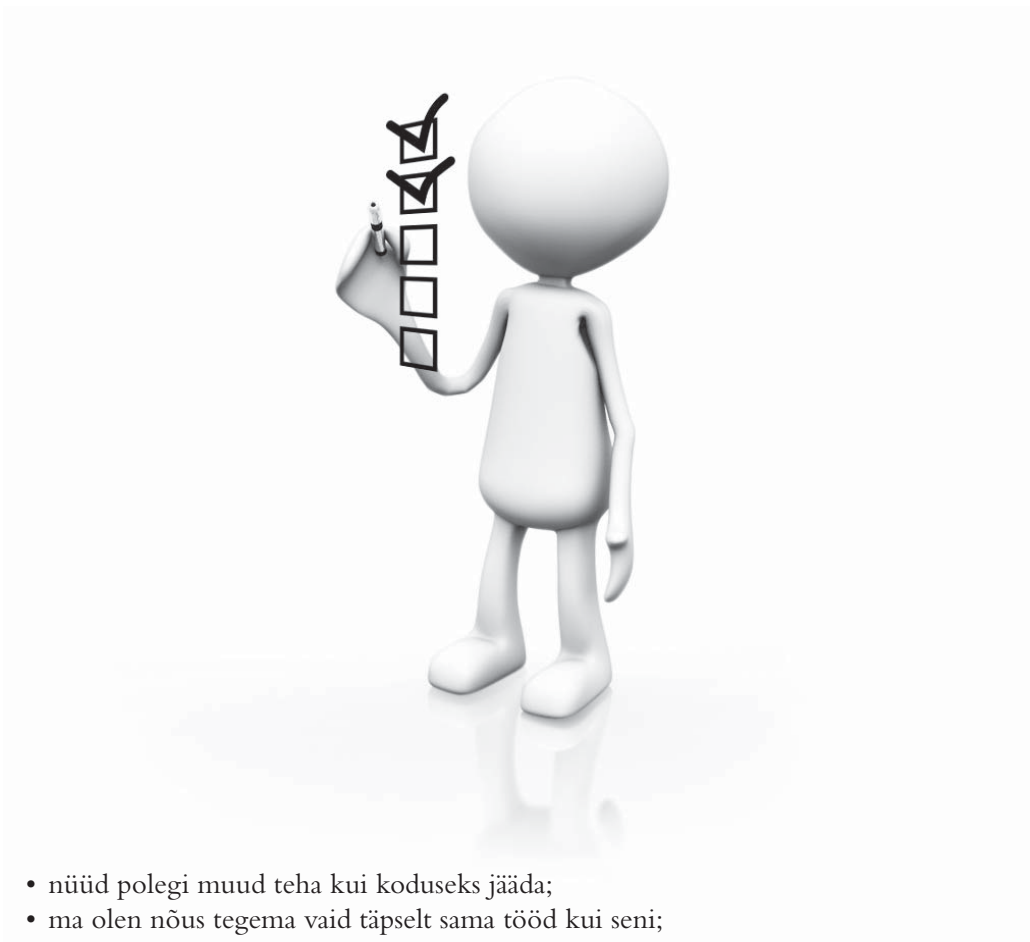
1. Alla anda ja nukralt tõdeda, et sind pole enam mitte kellelegi vaja, inertsist tööd otsida ja loota, et ehk „midagi” leiab.
2. Tõsta pea püsti, kinnitada endale, et oled väärtuslik inimene, vaadata üle enda head oskused ja omadused, väärtused ja vajadused ning uskuda, et kindlasti on kuskil koht, kus sind väga vajatakse. Sul tuleb see koht vaid leida.

Sa oled andnud oma eelmistele tööandjatele väga suurt väärtust ja olnud hea töötaja – sa ei saa kunagi alla anda! Tõsta pea püsti ja ära kutsu ennast enam töötuks, vaid tööotsijaks!

**Töötü ja tööotsija tunded ning mõtted on väga erinevad. Vaata ise!**

### **Töötü mõtleb, et ...**

- olen olude ohver;
- mulle tehti suurt ülekohtu;
- olen teiste jaoks kasutu, mõttetu;



- nüüd polegi muud teha kui koduseks jääda;
- ma olen nõus tegema vaid täpselt sama tööd kui seni;
- riigi asi on mulle uus töö leida;
- töötukassaga suhelda on alandav ja seetõttu ma pigem väldin seda;
- kõikidel teistel läheb paremini kui minul, olen oma murega ükski;
- keegi ei mõista mind, isegi mitte kodused;
- ma ei usu enam millessegi;
- ma ei leia enam kunagi tööd.

### **Tööotsija mõtleb, et ...**

- olen aktiivne tööotsija;
- teen kõik, et peatselt uus töö leida;
- suhtlen nii paljude inimestega kui võimalik ja annan neile teada, et otsin tööd;
- suhtlen aktiivselt töötukassaga ja tunnen huvi erinevate võimaluste vastu;
- olen valmis ümberõppeks;
- olen valmis proovima ka muud tööd, kui siiani tegin;
- võib-olla loon hoopis oma firma;
- usun endasse ja oma võimetesse;
- tahan olla oma lastele eeskujuks ja abikaasale abiks pere ülalpidamisel;
- usun, et kõik, mis ei tapa, teeb tugevamaks.

## **Seega on oluline, et sa mõtleksid kui töötaja, mitte kui töötu.**

Esimene tähtis ülesanne on lõhkuda oma halvad mõtted. On aeg hakata mõtlema võimaluste, avada oma meel ja seejärel muuta oma elu.

## **Töötus on SINU UUS VÕIMALUS!**

*Kui oleme avatud kõigele, mis maailmal öelda on, saadetakse meile sõnumeid, mis innustavad meid tegudele.*

*Caterina Rando, „Mõtte jõud õnne ja heaolu teenistuses”*

**NB! Pane nüüd kirja kõik võimalused, mida tööta jäämine sulle annab.**

### **Väike spikker**

1. Sul on võimalus leida oma unistuste töö.
2. Sul on võimalus end täiendada oma erialal või minna õppima hoopis uusi oskusi.
3. Sul on nüüd aega saada ülevaade oma tervisest ja läbi mõelda, milline töö annab sulle hea enesetunde või vähemalt ei mõju tervistkahjustavalt.
4. On võimalus kaaluda, kas äkki on arukas olla ise endale tööandjaks, olla ise ettevõtja.
5. Saad vaadata üle oma vajadused ja võimalused (ka majanduslikud), teha arvestused, koostada miinimum- ja maksimumprogramm.
6. ... (Kas tahad veel midagi lisada?)

## **2.2 Kriis on arengu lähtepunkt**

Kõige enam röövib inimestelt eneseusku mitte töökaotus, konfliktid peres ja tutvusringkonnas, vaid negatiivne mõtteviis. Selline mõtteviis on nakkav.

Oled sa tähele pannud, et inimestel, kellel on positiivne mõtteviis, laabuvad ja sujuvad tegemised paremini kui neil, kellel on negatiivne mõtteviis?

Kui näed enda ees poolenisti täidetud klaasi, siis milline on sinu esimene mõte? Kas klaas on POOLTÄIS või POOLTÜHI?



Positiivse mõttemaailmaga inimesed näevad alati klaasi pooltäis. Oska sinagi seda näha.

**Mõtlemise kolm surmapattu:**

1. enesehaletsus,
2. ennast (ja teisi) hävitav pahameel,
3. nukrutsemine.

Enese muutmiseks ja kriisist väljatulekuks on esimene samm õppida end tundma. Harjutusi ja ülesandeid selleks leiad ka käesoleva käsiraamatu 4. peatükist.

Esmalt aga võta korraks aeg maha ja vaatle oma praegust elu järgmisest kolmest aspektist lähtuvalt.

**Kuivõrd olen rahul karjääri, peresuhete ja tervisega?**

1. Olen rahul.
2. On arenguruumi.
3. Ei ole rahul.

### **Millised võivad olla sinu hinnangute põhjused?**

Näiteks: ma ei ole rahul oma tervisega, sest mu selg valutab juba pikemat aega.

### **Mõttele nüüd, mida saaksid teha, et olukorda parandada?**

Näiteks: ma panen kinni arstiaja ja lasen välja uurida, millest see seljavalu on põhjustatud.

Selles näites on sinu eesmärgiks välja uurida, millest seljavalu on põhjustatud. Kui mõtled need kolm aspekti läbi (karjäär, peresuhted, tervis) ning paned kirja, kas oled nendega rahul, miks see nii on ja mida olukorra parandamiseks ette võtta, oled avastanud enda jaoks eesmärgid.

Enesejuhtimine algab oma aja järjekindlast kavandamisest nii, et iga tegevus on suunatud selgele eesmärgile. Esimeseks sammuks sellel teel saagu eesmärkide seadmine oma elu kõikides valdkondades. Eesmärk tiivustab arenema ja innustab tegutsema. Alusta sellest!

*Raskuste keskel leiad võimalusi.*

*A. Einstein*

## **2.3 Sinu uus amet: aktiivne tööotsija**

Eelnenust said teada, et töö kaotusesse võid suhtuda ka kui uude võimalusse, mis muudab elu paremaks ja rikkamaks. Seega ära seda võimalust maha maga.

### **Sinu uueks ametiks on tööotsija!**

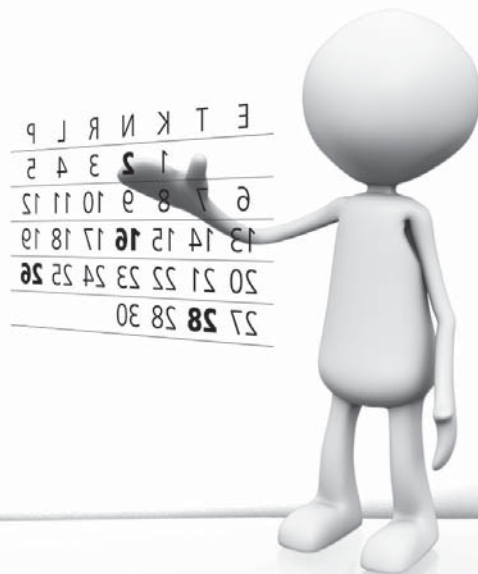
#### **Head tööotsijat iseloomustab:**

- tugev enesedistsipliin,
- hoolikus,
- aktiivsus,
- järjekindlus.

Kõige olulisem on ISE olla aktiivne ja otsida uut töökohta! Kontakteeru ettevõtjatega, külasta tööportaale ja eratööbüroosid, suhtle sõprade ja tuttavatega – aktiivsus aitab sihti saavutada. Oluline on leida enda oskustele ja vajadustele vastav töö.

Töö otsimine ongi nüüd sinu uus töö, seega tuleb sellesse tõsiselt suhtuda. Samamoodi nagu töö on ka töö otsimisel oma tööülesanded, mida on vaja täita. Pane paberile kirja kõik tööülesanded, mida sa täitma pead.

*Aeg olgu meie tööriist, mitte küljealune padi.*



### Väike spikker tööülesannete jaoks

1. Sea sisse kalender, kuhu koosta igaks päevaks päevaplaan.  
Näiteks: mida täna teha kavatsed? Kuhu minna? Mida ja kust uurida?
2. Pane kalendrisse kirja ka lähima nädala ja kuu tegevused.
3. Hoolitse selle eest, et igal päeval tegutsed mingi aja tööotsimise nimel.  
Uue töökoha otsimisel tuleb olla paindlik ja kompromissialdis. Muutunud turusituatsioon tähendab, et valmis tuleb olla ka võimalikuks väiksemaks palgaks või madalamaks ametipostiks. Samas ole enda vastu aus – tööotsimiskulutuste vaatamisele internetis ei ole otstarbekas kulutada üle paari tunni päevas.
4. Kui sul tuleb tööotsimise töös ette tagasilangusi või takistusi, aitab täidetud kalender sul ennast siiski tegevuses hoida. Täida oma kalendrit ja püüa seda ka järgida.
5. Järgmisena koosta endale eelarve, et näha, kuhu raha kulutad ja kust saab kokku hoida. Nii toimides välistad tarbetu kulutamise. Alusta kokkuhoidu kohe, kui sinuni on jõudnud märgid töö peatsest lõpust. Võta arvesse, et uue töö leidmine võib võtta kuni aasta. Kas suudad poole väiksema rahaga toime tulla? (Vt peatükk 6.)
6. Vii ennast kurssi oma õigustega (töötuks registreerimisel, teenuste saamisel jne, vt peatükk 3).
7. Ole valmis õppima midagi uut või avastama oma erialal uusi võimalusi. Tea, et oluline on olla valmis õppima kogu elu.

Nüüd oled ära teinud juba suure töö – arvestanud oma praegust olukorda, meelestanud ennast tööotsimise lainele ning alustanud uue tööga – tööotsimisega.

**Klaas ongi saanud pooltäis – sest sul on olemas oma plaan töö leidmiseks.**



## TÖÖTUKASSAS ARVELEVÕTMINE

**Koostades oma tööülesandeid, päevakava ja kalendrit, ei tohi unustada üht kõige olulisemat ülesannet: võtta ennast töötukassas töötuna arvele. Töötuna arvelolek ei ole häbiasi, vaid võib olla sulle sillaks kriisi ületamisel.**

### 3.1 Mida on tarvis teha töötuna arvelevõtmiseks?

- Mine kohale sulle sobivasse töötukassa osakonda.
- Võta kaasa pass või ID-kaart.
- Selleks et sind töötuna arvele võtta, küsib konsultant sinu käest sinu andmeid ning sisestab need seejärel töötukassa infosüsteemi.
- Täida avaldus töötuskindlustushüvitise saamiseks.
- Selleks et saada töötuskindlustushüvitist, tuleb lisaks esitada tööandja tõend töötasude ja töötuskindlustusmaksete ning töösuhte lõpetamise kohta (seda küsi tööandjalt).
- Töötutoetuse taotlemiseks on vaja esitada töösuhte lõppemist tõendav dokument (tööleping, töövõtuleping vms).

Töötuna arvelevõtmisel koostad töötukassa konsultandiga koostöös individuaalse tööotsimiskava. Vaid antud tööotsimiskava alusel osutatakse töötuna arvelolevale isikule tema vajadustest lähtuvalt tööturuteenuseid.

## 3.2 Kellel on õigus töötuskindlustushüvitisele?

Töötuskindlustushüvitise taotlemiseks tuleb pöörduda töötukassa elukohajärgsesse osakonda. Tallinnas asub see aadressil Endla 4.

Töötuskindlustushüvitise eesmärk on tagada sulle töö kaotamise korral sissetulek, mis võimaldab sul uue töö otsimise ajal paremini toime tulla.

### **Sul on õigus töötuskindlustushüvitisele, kui:**

- oled töötukassas töötuna arvele võetud;
- oled töötanud ja tasunud töötuskindlustusmaksed töötuna arvelevõtmisele eelnenud 3 aasta jooksul vähemalt 12 kuul;
- sinu töösuhe lõppes hüvitisele õigust andval alusel (koondamise, asutuse likvideerimise, katseaja ebarahuldavate tulemuste, töö- või teenistussuhte tähtaja möödumise, pikaajalise töövõimetuse tõttu).

### **NB!**

**Kui olid töötuna arvelevõtmisele eelnenud 36 kuu jooksul rasedus- või sünnituspuhkusel, lapsehoolduspuhkusel või lapsendaja puhkusel ning seetõttu ei ole sul selle 36 kuu jooksul vähemalt 12 kuu pikkust töötuskindlustusstaazi, liidetakse puhkusel oldud aeg töötuskindlustusstaazi arvestamise perioodile.**

Töötuskindlustushüvitise suurus on esimesel ajal päeval 50% ja seejärel 40% sinu varasemast tötötasust.

Maksimumhüvitis, mida on võimalik saada, on 2010. aastal 13 856 krooni kuus – tegemist on brutotasuga (vastavalt valitsuse kehtestatudle võib see summa muutuda).

Töötuskindlustushüvitist on sul sõltuvalt sinu kindlustusstaazi pikkusest õigus saada kas kuni 180, 270 või 360 päeva.

Kui sa saad töötukassast ka koondamishüvitist (vaata peatükk 5), on sul töötuskindlustushüvitise saamiseks ooteaeg sõltuvalt koondamishüvitise saamise ajast kas 30, 60 või 90 päeva.

## 3.3 Kasuta targalt pakutavaid tööturuteenuseid ja toetusi

### **Kui oled kaotanud töö, aitab töötukassa sul uut töövõimalust leida.**

Koondamisteate saanud töötajatele võidakse osutada uue töökoha leidmiseks vajalikku abi tööandja juures (juhul kui tööandja kutsub töötukassa kohale) juba enne viimast tööpäeva.

## 3.4 Töötukassa pakutavad teenused

### Töötukassa pakub järgmisi teenuseid:

- teavitamine tööturu olukorrast ning tööturuteenustest ja -toetustest;
- töövahendus;
- tööturukoolitus;
- karjäärinõustamine;
- tööpraktika;
- avalik töö;
- tööharjutus;
- palgatoetus;
- ettevõtluse alustamise toetus;
- puudega inimestele on võimalik tööruumide ja vahendite kohandamine, töötamiseks vajaliku tehnilise abivahendi tasuta kasutada andmine, abistamine tööintervjuul ja tugiisikuga töötamine.

Töötukassa rakendab aastatel 2007–2013 Euroopa Sotsiaalfondist rahastatavat tööhõiveprogrammi. Programmi raames on sul töötuna võimalus saada tööturuteenuste ja -toetuste seadusest erinevaid teenuseid, mis aitavad hetkel kõige aktuaalsemaid probleeme lahendada. Töötukassa osakonnad jagavad infot järgmistel teemadel.

- Koondamistele reageerimine: koondatavate juhendamine ja nõustamine olukorraga paremaks toimetulekuks.
- Psühholoogilisele nõustamisele ja sõltuvusnõustamisele (alkoholi ja narkootikumide sõltuvus) suunamine, võlanõustamine, erialane täiendkoolitus, töötute klubi ja nõustamine ettevõtlustoetuse taotlejatele.
- Tööklubi noortele, vanemaealistele ja laste kasvatamise tõttu tööst eemal olnud lapsevanematele.
- Hooldusteenu kulude hüvitamine teenusel osalemise ajal ja esimestel töökuudel.
- Individuaalsed lahendused puudega inimeste töötamise toetamiseks.

## 3.5 Töötukassa pakutavad toetused

### Stipendium

Tööpraktikal, tööharjutusel ja tööturukoolitusel osalejal on õigus saada stipendiumi, mille päevamäär on 60 krooni. Stipendium arvutatakse kohalkäidud päevade eest ja makstakse kord kuus tööpraktikal, tööharjutusel või tööturukoolitusel osaleja pangakontole.

### Sõidutoetus

Tööturuteenusel osalejal võib olla õigus saada sõidutoetust. Toetust makstakse läbitud kilomeetrite alusel. Sõidutoetust ei maksta, kui vahemaa ühel suunal (kodust tööpraktika, -harjutuse või -koolituse kohani) on alla 500 meetri. Vahemaa 500 meetrit ja üle selle ümardatakse kilomeetriteni. Sõidukulud hüvitatakse 1 kroon ja 50 senti iga kilomeetri kohta. Alates 1. juunist 2010 on sõidutoetuse ülemmäär 400 krooni päevas.

## Töötutoetus

Sul on õigus töötutoetusele teatud tingimustel:

- kui oled töötukassa töötuna arvele võetud ja oled töötuna arvelevõtmisele eelneva 12 kuu jooksul vähemalt 180 päeva olnud hõivatud tööga või tööga võrdsustatud tegevusega.

## Mis on tööga võrdsustatud tegevus?

- töötamine töölepingu alusel või avalikus teenistuses;
- töötamine töövõtu-, käsundus- või muu teenuse osutamiseks sõlmitud võlaõigusliku lepingu alusel;
- füüsilisest isikust ettevõtjana tegutsemine;
- õppimine õppeasutuse päevases õppevormis või täiskoormusega õppes, juhul kui õpingud on lõpetatud;
- ajateenistuskohustuse täitmine;
- abikaasatasa saamine välisteenistuse seaduse alusel.

## Lähemalt töötukassa pakutavatest teenustest

Kõiki töötukassa pakutavaid teenuseid on võimalik saada tööotsimiskava alusel, mille koostab sinuga koos töötukassa konsultant. Koostöös konsultandiga selgitate välja sinu töösoovid ning asjaolud, mis soodustavad või takistavad sul töö leidmist. Tööotsingukavas lepatakse kokku töö leidmiseks vajalikud tegevused.

*Häda on selles, et kui sa millegagi ei riski, siis riskid ikkagi rohkemaga.*

*Erica Jong*

### **NB!**

**Tutvu töötukassa pakutavate teenustega lähemalt allpool, et oskaksid konsultandile selgelt väljendada oma vajadusi ja soove!**

## Töövahendus

Töövahendust, teavitamist tööturu olukorrast ning karjäärinõustamist pakutakse ka töötavatele inimestele, kes soovivad töökohta vahetada.

Tööpakkumistega on sul võimalik tutvuda töötukassa osakondades ja kodulehel ([www.tootukassa.ee](http://www.tootukassa.ee), vt „Edastatud tööpakkumised”). Lisaks on kasulik jälgida töökuulutusi töövahendusportaalides ja ajalehtedes.

Euroopas töötamise võimaluste kohta leiad väga palju informatsiooni EURESe kodulehelt [www.eures.ee](http://www.eures.ee), otse EURESe nõustajatelt või EURESe portaalist [eures.europa.eu](http://eures.europa.eu).

## Karjäärinõustamine

Karjäärinõustaja on valmis sind nõustama eriala või töökoha valikul, aidates hinnata sinu teadmisi, isikuomadusi ja sotsiaalseid oskusi. Vastuvõtule tuleb ette registreerida.

## Karjääriinfotuba

Töötukassa osakondade juures on avatud karjääriinfoad, kust saab infomaterjale tööturu olukorra ja tööotsimise võimaluste kohta. Karjääriinfospetsialist annab sulle nõu kandideerimisdokumentide koostamisel ning aitab valmistuda töövestluseks. Soovi korral võid tööotsinguteks kasutada infotua arvutit.

## Tööotsingu töötuba

Töötukassa osakonnad korraldavad kohapeal tööotsingute töötubasid, kus osalejad saavad teadmisi, oskusi ja praktilisi näpunäiteid töö otsimiseks.

## Tööpraktika

Tööoskuste ja -kogemuste saamiseks aitab töötukassa sul leida praktikakohta sobiva tööandja juures (kiiremaks praktikale saamiseks ole praktikakoha otsimisel ise aktiivne). Tööpraktikale suunamise otsustab töötukassa vastavalt sinu individuaalses tööotsimiskavas väljatoodud vajadusele, varasemale töökogemusele ning oskustele ja teadmistele. Tööpraktika võib kesta kuni neli kuud. Praktika ajal makstakse sulle stipendiumi ja hüvitatakse sõidukulud.

*Kui tahtmine on suur, ei saa olla suuri raskusi.*

### **Kadri Mihkelsoni tööpraktika kogemus**

*Võimalust tööpraktikale minna (administraatoriks ilusalongi) pakkus mulle töötukassa konsultant. Olin sellega kohe nõus. Järgnes juba vestlus ilusalongis Ilustuudio OÜ.*

*Iga päev töökuulutuste portaale ja kohalikku lehte jälgides oli mulle selgeks saanud, et praegusel ajal tööd leida ei saa olema lihtne. Mul oli praktikavõimaluse üle hea meel.*

*Praktikale läksin väga hea tundega. Teadmine, et mul on võimalus praktika möödudes ka püsiv töökoht saada, motiveeris mind ja andis samas kindlust. Praktikakohas võeti mind väga hästi vastu. Kõik kaastöötajad olid juba algusest peale väga toredad ja abivalmid ning see muutis töö eriti meeldivaks.*

*„Praktika andis mulle hea võimaluse selgeks saada, kas töö administraatorina on minu jaoks õige, kas see sobib ja meeldib mulle.”*

*Sain rahulikult sisse elada. Samuti sain veelgi parandada oma suhtlemisoskust, kuna igapäevatoos on seda pidevalt vaja. Kogu praktika vältel püüdsin oma tööd võimalikult hästi teha. Olin positiivne ja elurõõmus ning näitasin seda välja nii töötajate kui ka klientidega suheldes. Usun, et see kõik aitas kaasa sellele, et praktika möödudes pakuti mulle püsivat töökohta, kus töötan tänaseni.*

## Tööturukoolitus

Koolitust pakub töötukassa juhul, kui sinu tööotsimise tulemusel on selgunud, et töölesaamiseks on vaja omandada või täiendada konkreetseid teadmisi ja oskusi. Koolitusvajaduse väljaselgitamiseks tuleb pöörduda töötukassa konsultandi poole. Koolituses osalejale makstakse stipendiumi ja hüvitatakse sõidukulud.

## Ettevõtlustoetus

Oma ettevõtte alustamiseks maksab töötukassa toetust kuni 70 000 krooni. Toetust saad taotleda, kui sul on majanduslane kesk-eri või kõrgem haridus või ettevõtluskogemus või sa oled läbinud ettevõtluskoolituse. Toetuse taotlemiseks tuleb sul esitada äriplaan, mille koostamiseks leiad juhiseid töötukassa kodulehelt. Äriplaani koostamiseks saad tasuta nõu küsida kas Tallinna ettevõtlusameti ettevõtja infopunkti või oma maakondlikust ettevõtlus- ja arenduskeskusest.

## Tööharjutus

Kui oled olnud kaua töötä või sul puudub töökogemus (noored), on sul võimalus tööharjutuste omandamiseks või taastamiseks osaleda tööharjutusel, kus tehakse koos juhendajaga lihtsamaid töid. Ka tööharjutuses osalejatele makstakse stipendiumi ja hüvitatakse sõidukulud.

## Palgatoetus

Töötukassa toetab tööandjat palgatoetusega:

- kui ta rakendab tööle töötä, kes on töötuna arvel olnud järjest vähemalt kuus kuud;
- 16-24-aastase töötä saab palgatoetusega tööle rakendada, kui ta on olnud töötuna arvel järjest vähemalt kolm kuud;
- töötä, kes on töötuna arvelevõtmisele eelnenud 12 kuu jooksul vabanenud vanglast, saab palgatoetusega tööle rakendada sõltumata tema töötuna arveloleku ajast.

### Näpunäide!

**Ole tööandjaga suheldes ise aktiivne ja räägi talle sellest kasulikust võimalusest sinu töölevõtmisel! Palgatoetuse saamiseks ei tohi tööandja sõlmida sinuga töölepingut enne, kui töötukassaga on sõlmitud palgatoetuse haldusleping.**

## Avalik töö

Koostöös kohalike omavalitsustega on võimalus teha ajutist tasulist tööd, mille puhul säilib õigus töötuskindlustushüvitisele või töötutoetusele. Tallinnas annab töötukassa osakonna konsultant suunamise linnaosavalitsusse, kus sind juhendatakse, millist tööd on võimalik teha.

## Puudega inimestele

Kui sul on puue või tervisehäire (vajalik dokumentaalne tõestus), mis takistab tööle saamist või töötamist, on sul vastavalt vajadusele võimalik kasutada järgmisi teenuseid:

- tööruumide ja -vahendite kohandamine,
- töötamiseks vajaliku tehnilise abivahendi kasutamine,
- tugiisikuga töötamine,
- abistaja saamine tööintervjuule minekul.

## Töötukassa

Tallinn ja Harjumaa osakond

[tallinn@tootukassa.ee](mailto:tallinn@tootukassa.ee)

Endla 4, 10142 Tallinn

Infotelefon: 15501 (lauatelefonilt tasuta)

Skype: tootukassa

## TASUB TEADA!

Kui saad töötuskindlustushüvitist, töötutoetust või osaled töötukassa teenustel, on sul ravikindlustus. Muudel juhtudel tekib sul ravikindlustus, kui oled töötuna arvel olnud kuu aega. Ravikindlustus kehtib töötuna arveloleku kestel ja lõpeb 30 päeva pärast töötuna arveloleku lõppemist. Ära kiirusta ennast töötukassa nimekirjast maha võtma, kui sul ei ole kindlat tööd. Nii kaotad ka ravikindlustuse.

### **Töötuna arveloleku ajal oled kohustatud:**

- aktiivselt tööd otsima (kirjuta üles nimi ja aadress firmadel, kus tööd otsimas oled käinud, ning kust oled veel otsinud või saanud informatsiooni võimalike töökohtade kohta; nii on lihtne järgmisel töötukassa külastusel konsultandile enda tööotsingutest ülevaade anda);
- tulema kokkulepitud ajal oma konsultandi vastuvõtule;
- täitma individuaalses tööotsimiskavas kokkulepitud tegevusi;
- vastu võtma sobiva (sinu kvalifikatsioonile ja oskustele vastava) töö ja olema valmis kohe tööle asuma;
- viivitamatult teatama oma konsultandile tööle asumisest, tööotsingu katkestamisest või muudest asjaoludest, mis võivad mõjutada sinu õigust hüvitistele ja toetustele ning teenustele;
- esimese kahekümne töötuna arveloleku nädala jooksul võid otsida oma haridusele, erialale ja varasematele töökogemustele lähedast ning sarnase palgaga tööd; hiljem pead olema valmis kaaluma mis tahes töö vastuvõtmist, kui 1) töötasu on vähemalt miinimumpalga suurune või suurem sinu töötuskindlustushüvitisest ning 2) sõiduks tööle ja tagasi ei kulu rohkem kui kaks tundi päevas ega rohkem kui 15% palgast.

### **Sul on õigus töötutoetusele, kui:**

- oled töötuna arvele võetud;
- oled töötuna arvelevõtmisele eelnenud 12 kuu jooksul olnud vähemalt 180 päeva hõivatud töö või muu tööga võrdsustatud tegevusega (õpingud, laste kasvatamine, puudega inimese hooldamine, ajateenistus jmt);
- sinu sissetulek on väiksem kui töötutoetus (2010. aastal ligi 1020 krooni kuus);

Kui sul ei ole õigust töötuskindlustushüvitisele või oled selle juba ära kasutanud, võid taotleda töötutoetust.

### **NB!**

**Töötutoetust makstakse kuni 270 päeva. Kui sul on olnud õigus saada töötuskindlustushüvitist vähem kui 270 päeva, on sul õigus taotleda edasi töötutoetust kuni 270 päeva täitumiseni.**

### **Kolm ohtu sinu õigusele saada töötuskindlustushüvitist või töötutoetust:**

1. kui sa mõjuva põhjuseta ei lähe kokkulepitud ajal töötukassasse vastuvõtule,
2. keeldud individuaalse tööotsimiskava koostamisest või
3. keeldud sulle pakutud sobivast tööst,

**NB!**

**Reeglite korduva rikkumise korral võidakse lõpetada sinu töötuna arvelolek.**

### **3.6 Töötamine välismaal. Mis on EURES?**

EURES (European Employment Services) on 1993. aastal loodud töövahenduse võrgustik, mis toetab töötajate vaba liikumist Euroopa Liidu ja Euroopa Majanduspiirkonna riikides. Kõigis neis riikides tegutsevad EURESe nõustajad, kokku üle 850 inimese. EURES pakub teavet vabadest töökohtadest, tööalast nõustamist ning tööjõu värbamise teenuseid üle kogu Euroopa. Euroopa tööalase liikuvuse portaalis <http://eures.europa.eu> on üle 900 000 tööpakkumise. Eestis koordineerib EURESe tegevust Eesti Töötukassa.

EURESe teenused on tasuta nii töötajatele kui ka tööandjatele, teenuseid osutatakse nii isikliku nõustamise kui ka internetiteenusena.

Põhjalikku abi ja nõu saad Eesti Töötukassa Tallinna osakonna EURESe nõustajalt. Vastuvõtule tuleb registreerida telefoni teel ([www.eures.ee/kontakt](http://www.eures.ee/kontakt)).

#### **Eesmärk on teavitada, suunata ja nõustada võimalikke töötajaid:**

- elu- ja töötingimustest välismaal;
- vabadest töökohtadest välismaal.

#### **EURESe nõustaja annab sulle infot:**

- riigi kohta;
- elamis- ja töölubade kohta;
- kuidas leida tööd ja vormistada kandideerimisdokumente;
- tööseadusandluse kohta;
- maksude kohta;
- töötü hüvitiste kohta;
- sotsiaaltoetuste kohta
- kasulike aadresside kohta;
- ohtudest välismaal töötamisel.

#### **Võimalused sobiva töö leidmiseks**

1. Kasutada EURESe tööalast liikuvust käsitlevat lehekülge <http://eures.europa.eu>
  - Tööpakkumised üle Euroopa
  - Info elamis- ja töötingimuste kohta
  - Viited erinevatele kasulikele internetilehekülgedele
2. Eesti EURESe nõustajate vahendatavate tööpakkumistega saab tutvuda internetileheküljelt [www.eures.ee](http://www.eures.ee), kus on põhjalik ülevaade ELi riikide kohta eesti ja vene keeles.

### **NB!**

Kontrolli, kas tööd vahendav ettevõtte töötab ikka seaduslikult: ettevõtte peab olema kantud majandustegevuse registrisse tööturuteenuse osutajana.

Kontrolli majandustegevuse registrist

<http://mtr.mkm.ee>. Isegi tegevusloaga ettevõtted võivad petta!

### **NB!**

Enne lepingu allkirjastamist tee selgeks, kui palju vastutust võtavad endale tööd vahendavad firmad ning millised on sinu õigused ja kohustused.

### **Veel kasulikke aadresse, kust uurida olukorda ja võimalusi**

- Europass: [www.europassikeskus.ee](http://www.europassikeskus.ee) (lihtsustab kodanike liikuvust Euroopa Liidus)
- Euroopa Liidu infokeskus: <http://elik.nlib.ee>
- LFT – Living For Tomorrow: [www.lft.ee](http://www.lft.ee) (informatsioon seksuaalkasvatuse ja inimkaubitsemise kohta)
- Kodakondsus- ja migratsiooniamet: [www.mig.ee](http://www.mig.ee)
- EV välisministeeriumi konsulaarosakond: [www.vm.ee](http://www.vm.ee)
- Euroopa õppimisvõimaluste portaal PLOTEUS: <http://ec.europa/ploteus/>

### **Väike spikker töötamisest välismaal**

- Väga oluline on selle riigi keele oskus, kuhu tööle suundud: suhtlemine tööandjaga, lepingu sisu ja tööülesannete mõistmine.
- Tuleb teha endale Euroopa ravikindlustuskaart, mis annab õiguse vajaminevale arstiabile ELi territooriumil ja Euroopa Majandusühenduse piirkonnas viibimise ajal. Ravikindlustuskaardi saad Eesti Haigekassast, kui oled ravikindlustatud ([www.haigekassa.ee](http://www.haigekassa.ee)).
- Tee endale täiskindlustus, sh ka õnnetusjuhtumi- ja haiguskindlustus (kiirabi sõidukulud, voodipäeva tasu haiglas, hambaravi jne).
- Võta kaasa vähemalt nii palju raha, et saad vajaduse korral koju tagasi sõita.
- Arvesta, et palgad võivad olla küll suured, aga maksud on ka üldjuhul kõrgemad ning samuti majutus- ja toitlustuskulud.
- Hoia alles kõik tasusaamise ja maksumaksmisega seotud dokumendid. Kõik välisriigis tulu saanud isikud peavad selle Eestis deklareerima.
- Kui välismaal on tulumaks tasutud ning välisriigiga on sul maksuleping sõlmitud, siis välismaa tulu Eestis topelt ei maksustata.
- Nõu ja abi on võimalik saada maksu- ja tolliameti teenindusbüroost [www.emta.ee](http://www.emta.ee) või telefonilt 880 0811.

### **Pane pea tööle!**

1. Kui senised tööotsingud ei ole andnud tulemust, siis mõtle läbi, mida tuleks teisiti teha või muuta, et edaspidi olla kandideerimisel edukam?
2. Tutvu töötukassa teenustega ja pea nõu konsultandiga, millised töötukassa pakutavad teenused võiksid sulle töötamisel abiks olla.
3. Kui sa ei saa Eestis töötada, siis millist välisriiki eelistad? Tee väike taustauuring selle riigi kohta.

*Iga seiklus on väärtus omaette.*





# ENESEANALÜÜS JA EDUKA TÖÖOTSINGU STRATEEGIA

## 4.1 Eneseanalüüs

Nüüd, kui oled tutvunud tööturu olukorraga ja töötukassa pakutavate võimalustega, on sobiv aeg teha inventuur enda sees.

Seisad valikute ristteel. Kõige sobivama teotsa leidmiseks tasub kulutada aega ja keskenduda allpool pakutavatele harjutustele ja küsimustikele. Leia aega internetis eneseanalüüsi toetavateks testideks. Nii on sul lihtsam oma mõtteid korrastada, et teha läbimõeldud, arukaid karjääriotsuseid.

### **Kust saada abi?**

Mõnikord võib otsuste tegemisel olla tark minna pereliikmete, sõprade või karjääri-nõustaja jutule. Sul on nendega koos lihtsam olukorda analüüsida, kui oled enne selles peatükis toodud küsimustele vastanud ja internetist testide vastused välja kirjutanud või trükinud.

*Hetk, milles sa elad, ongi elu ise – selles on palju rohkem elu kui tolles hetkes, milles sa elad kahekümne aasta pärast. Haara sellest kinni. Võta see omaks ja seedi läbi, siis ei jää hooletusse ei praegune hetk ega tulevik.*

**Igal inimesel on oma väga eriline ja mitmekesine isiksuseomaduste kogum.**

**Sellesse kuuluvad:**

- vaimsed võimed,
- iseloom,
- temperament,
- väärtused jne.

Tavaliselt ei ole inimesed harjunud ennast iseloomustama, sest on raske leida õigeid sõnu.

**NB!**

**Töövestlusel on oluline enda oskusi, võimeid ja ka vajadusi väljendada.**

Järgnevad harjutused aitavad sul endas paremini selgusele jõuda, teha väike eneseanalüüs ning selle kaudu kokkuvõtte enda isiksuseomaduste kohta.

### **Üldised küsimused**

**Proovi vastata järgnevatele küsimustele, et saada parem ülevaade, millised tingimused sead oma tulevasele tööle.**

- Kui kaugele oma elukohast oled nõus tööle minema (kilomeetrites või linnaosa järgi)?
- Kas oled nõus töö tõttu kolima?
- Kas oled nõus perest ajutiselt eemal viibima?
- Kas oled nõus töötama välismaal?
- Kui jah, siis millises riigis?
- Mitu tundi nädalas oled nõus töötama? (Tõmba sobivale ring ümber!)  
alla 35            alla 40            kuni 45            üle 45
- Kas oled nõus töötama osalise tööajaga?
- Kas oled nõus töötama vahetustega tööl või öösiti?
- Kas ettevõtte suurus on sinu jaoks oluline?
- Kui suure palga eest oled nõus töötama?
- Kas oled nõus töötama mitteerialasel tööl?

### **Isiksuseomadused**

Väga oluline tööalase õnne ja edu määramisel on isiksuse, sh hoiakute ja iseloomujoonte mõistmine. Selle peatüki ülesanded aitavad sul seda teha.

*Oluline on meeles pidada tõe, et käitumine kohaneb tingimustega, mitte tingimused käitumisega.*

**Tabel 2. Test: milline iseloom sul on?**

Anna hinnang skaalal 1 (ei pea üldse paika) kuni 5 (täiesti õige).

<b>Tunnus</b>	<b>Iseloomustav lause</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
Avatus	Mulle meeldib kuulata inimesi, kellel on asjadest hoopis teistsugune arusaam.					
Eneseteadlikkus	Ma tean, mida ma suudan ja tahan.					
Algatusvõime	Ma määran oma eesmärgid ise ja saavutan neid ka välise abita.					
Motiveeritus	Ma olen auahne ja tahan ka raskete ülesannetega toime tulla.					
Kohanemisvõime	Ma tulen toime eri tüüpi inimestega.					
Õppimisvalmidus	Mulle meeldib õppida.					
Iseseisvus	Mulle meeldib töötada pigem ise kui juhendaja järele vaatamise all.					
Mõistvus	Ma saan väga kiiresti aru, kui keegi mulle midagi uut seletab.					
Otsustusvõime	Harilikult otsustan ma kiiresti ja enesekindlalt.					
Suhteloomisvõime	Ma tutvun kergesti võõraste inimestega.					
Kriitikataluvus	Mulle võib öelda, kui ma olen midagi valesti teinud.					
Veenmisjõud	Vaidlustes on mul sageli kindlad argumendid, mis veenavad ka teisi.					
Loomingulisus	Mul on palju ideid.					

<b>Tunnus</b>	<b>Iseloomustav lause</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
Usaldusväärsus	Minu peale võib kindel olla.					
Huvide mitmekülgsus	Mind huvitavad paljud asjad.					
Stressitaluvus	Ma saan raskuste ja probleemidega hästi hakkama.					
Impulsiivsus	Ma tegutsen sageli spontaanselt (pikemalt mõtlemata).					
Kompromissi- valmidus	Mul ei pea sugugi alati õigus olema.					
Abivalmidus	Hädalist aitan ma alati.					
Meeskonna- sobivus	Mulle meeldib teistega koos töötada.					
Visadus	Ma võin nii kaua tööl olla, kuni olen saavutanud soovitud tulemuse.					
Enesekindlus	Ma usun, et tulen igas olukorras toime.					
Enesedistsipliin	Ma võin end tööd tegema sundida ka siis, kui mul selleks isu ei ole.					
Äraakuulamis- oskus	Ma suudan teiste inimeste muresid ära kuulata.					
Sihikindlus	Kui ma olen endale juba midagi eesmärgiks seadnud, siis püüdnlen järjekindlalt selle poole.					
Riskivalmidus	Kui ma tahan midagi saavutada, võtan ma ka riske.					

Tunnus	Iseloomustav lause	1	2	3	4	5
Organiseerimisvõime	Ma oskan ka keeruliste ülesannete puhul aega ja vahendeid otstarbekalt planeerida.					
Suhtlemisvõime	Ma võin ka suurte rühmade ees kõnelda ja kuulajaid kaasa haarata.					
Üldmulje	Ma jätan endast enesekindla mulje ja käitun hästi.					

**Tee kokkuvõtte. Kirjuta välja need omadused, millele oled andnud 5 punkti. Nii saad oma tugevate külgede loetelu.**

### 5 lisaküsimust eneseanalüüsiks

1. Millised omadused on sinu meelest sinu tugevaimad küljed?
2. Meenuta oma suurimaid tööalaseid ja isiklike saavutusi või kordaminekuid ning tuleta meelde, millised isiklikud omadused mängisid nende saavutuste puhul kõige tähtsamat rolli. Näiteks: tänu sinu analüüsiioskusele ning tähelepanelikkusele hoiti ära lepingu sõlmimine võlgades kliendiga.
3. Milliseid omadusi peavad sinu lähedased sulle kõige iseloomulikumaks?
4. Millised on nende meelest sinu kõige tugevamad küljed?
5. Kas sa pead ennast tugevaks isiksuseks?

Võid lasta ka oma sõpradel või pereliikmetel sinu kohta seda testi teha ja siis võrrelda tulemusi oma vastustega!

Et enda isiksuseomadustest põhjalikumalt ülevaadet saada, võid teha mõne põhjalikuma testi töötukassa karjäärinõustaja juures.

*Isiksust peetakse sageli tugevaks siis, kui ta vastab inimeste hulgas sügavalt juurdunud normidele. Tugevad isiksused on vahetud suhtlejad, iseseisvad ja avameelsed inimesed. Neid iseloomustab kodanikujulgus ja eneseanalüüsivõime, kindlasti ka sallivus, kõrge moraal ja ausus.*

*G. Senger, W. Hoffmann, „Avasta oma isikupära”*

## 4.2 Keeleoskus

Vene keelt emakeelena kõnelevatele inimestele on töötsemisel üheks suurimaks takistuseks riigikeeleoskus.

Integratsiooni ja migratsiooni sihtasutus Meie Inimesed (MISA) on oma eelkäijate Integratsiooni Sihtasutuse ja Eesti Migratsioonifondi kaudu aastate jooksul keeleõppe võimalustesse panustanud ja teeb seda jätkuvalt.

MISA pakub erinevate programmide raames mitmeid eesti keele omandamise võimalusi:

- erialase eesti keele õpe,
- keeleõppe hüvitamine,
- eesti- ja venekeelsete inimeste töövahetus,
- keeleõpe asutuste kaupa,
- tasuta keeleõpe kolmandate riikide kodanikele,
- eesti keele õpe Eestisse tagasipöördunud eestlastele jne.

### **Ole kursis!**

Aastal 2010 keeleõppe kursustele pääseda ei ole enam võimalik. Edaspidi jälgi MISA kodulehelt [www.meis.ee](http://www.meis.ee) avanevaid keeleõppeprogramme. Kui näed midagi huvipakkuvat, siis tegutse kiiresti, kuna huvilisi on väga palju.

Keeleõppe toetamiseks on välja antud ka hulk õppematerjale, mis on kättesaadavad nii raamatukogudes kui raamatupoodides.

### **Kolm lisavõimalust**

1. Töötukassa pakub küllalt rohkesti eesti keele õpet. Tagasimakseid riigieelarvest pärast eksamite sooritamist teostab ka riiklik eksami- ja kvalifikatsioonikeskus.
2. Euroopa Sotsiaalfondist finantseeritava programmi raames korraldab eesti keele õpet ka Eesti täiskasvanute koolitajate assotsiatsioon Andras.
3. Muukeelsete ametnike keeleõpet korraldab lisaks ka riigikantselei.

### **Vaata lisaks:**

[www.meis.ee](http://www.meis.ee)

<http://kodanik.err.ee/>

## 4.3 Väärtused ja soovid

Väärtushinnangud on üldised tõekspidamised, mis panevad meid ühtesid asju ja seisundeid teistele eelistama ja mõjutavad nii meie tegevust ja otsuseid. Väärtushinnangud kujunevad elu jooksul ja neid on väga raske (aga siiski võimalik) muuta.

Tööga seotud väärtushoiakud muudavad töö sinu jaoks sihipäraseks. Mida rohkem sa oma väärtushoiakuid oma tööga seostad, seda pühendunumalt sa tööd teed.

*Hinda oma väärtust, mitte tähtsust,  
oma kutsumust, mitte positsiooni,  
oma vastutust, mitte eesõigust!*

## **Järgnev ülesanne aitab sul läbi mõelda enda väärtushinnangud.**

Ülesande paremaks mõistmiseks vaata kõigepealt terve nimekiri läbi. Seejärel hinda, kui oluline töö juures on iga kirjeldatud väärtus sinu jaoks.

### **Hinda väärtusi, kasutades järgmist skaalat:**

1 = ei ole üldse oluline    3 = mingil määral oluline

2 = ei ole eriti oluline    4 = väga oluline

### **Kirjuta valitud vastusevariandi number joonele!**

- \_\_\_\_\_ Aidata ühiskonda – anda oma panus maailma parandamiseks.
- \_\_\_\_\_ Aidata teisi – teisi inimesi individuaalselt või väikestes rühmades.
- \_\_\_\_\_ Suhtlemine – palju igapäevaseid kontakte inimestega.
- \_\_\_\_\_ Töö koos teistega – tihedad koostöösuhted teistega; tegutsemine meeskonnaliikmena ühiste eesmärkide nimel.
- \_\_\_\_\_ Kuuluvus – olla organisatsiooni liige, kelle tegevus või staatus on sulle oluline.
- \_\_\_\_\_ Sõprus – arendada lähedasi isiklikke suhteid kaastöötajatega.
- \_\_\_\_\_ Konkurents – võrrelda oma võimeid teiste omadega seal, kus tulemused on mõõdetavad.
- \_\_\_\_\_ Otsustamine – võimalus määrata organisatsiooni või grupi poliitikat ja tegevuskurssi.
- \_\_\_\_\_ Töö pingeolukorras – töötamine olukorras, kus nõutakse tähtaegadest kinnipidamist ja kõrget kvaliteeti.
- \_\_\_\_\_ Võim ja autoriteet – kontroll teiste inimeste tegevuse üle.
- \_\_\_\_\_ Teiste inimeste mõjutamine – töötada seal, kus saad muuta teiste hoiakuid ja arvamusi.
- \_\_\_\_\_ Töö üksinda – teha asju ise, teistega palju kontakteerumata ja konsulteerimata.
- \_\_\_\_\_ Teadmised – otsida infot, põhjusi ja seoseid.
- \_\_\_\_\_ Intellektuaalne staatus – sinusse suhtutakse kui intellektuaali või eksperti.
- \_\_\_\_\_ Kunstiline loovus – teha loovat tööd mis tahes kunstivormis.
- \_\_\_\_\_ Töö täpsus – töö, kus tuleb järgida täpseid ettekirjutusi ning on suur vastutus.
- \_\_\_\_\_ Stabiilsus – tööülesanded on suures osas ette ennustatavad ega muutu tõenäoliselt pika perioodi vältel.
- \_\_\_\_\_ Turvalisus – kindlustunne, et sa ei kaota ootamatult oma tööd ja saad mõistlikku palka.
- \_\_\_\_\_ Kiire tempo – töötada tuleb kiiresti, hoides pidevalt tempot.
- \_\_\_\_\_ Tunnustus – saada hea töö eest suulist või materiaalist tunnustust.

- \_\_\_\_\_ Töörõõm – teha tööd, mis väga või enamasti meeldib.
- \_\_\_\_\_ Risk – teha tööd, mis nõuab kiirete otsuste tegemist ja julgust.
- \_\_\_\_\_ Kasum, tulu – töö, millega kaasneb suur sissetulek.
- \_\_\_\_\_ Sõltumatus – võimalus ise otsustada, millist tööd ma teen ja kuidas ma seda teen.
- \_\_\_\_\_ Moraalne panus – tunned, et su töö toetab sinu jaoks olulisi eetilisi norme.
- \_\_\_\_\_ Asukoht – elu- ja töökoht (linn, geograafiline piirkond), mis sobib kokku sinu elustiiliga.
- \_\_\_\_\_ Leidlikkus – pakkuda välja uusi ideid, programme, organisatsiooni struktuure või midagi, mille peale ei ole veel tulnud.
- \_\_\_\_\_ Esteetika – töötada ametis, mis eeldab head maitset ja ilutunnetust.
- \_\_\_\_\_ Juhtimine – juhendada teisi inimesi nende töös.
- \_\_\_\_\_ Muutus ja mitmekesisus – tööülesanded, mis muutuvad sageli või mida tuleb sooritada erinevates olukordades.
- \_\_\_\_\_ Keskkond – elada linnas või piirkonnas, kus saad kaasa aidata ümbruskonna probleemide lahendamisele.
- \_\_\_\_\_ Füüsiline pingutus – töö, mis nõuab head füüsilist vormi.
- \_\_\_\_\_ Vabadus aja planeerimisel – võimalus teha oma tööd vastavalt isiklikule ajakavale, ilma kindlaks määratud tööajata.

Pärast vastamist kirjuta välja sinu jaoks ideaalse töökooha omadused (need, mida hindasid 4-ga) ja mõtle, missugune amet või töökoht võib seda kõike pakkuda.

### **Näited**

- Kui sulle meeldib suhelda inimestega, sobiks sulle töö teenindusvaldkonnas.
- Kui hindad sõltumatust ega pelga riske, võiksid kaaluda ettevõtjaks hakkamist.
- Kui sinu unistuseks on aidata ühiskonda, otsi vabatahtliku töö võimalusi.

Kui sa töötad ja sul on kavas töökohta vahetada, võib arutleda, mil määral need omadused, mida sa tähtsaks pidasid, ka tegelikkuses eksisteerivad, millega oled sa kõige rohkem rahul, millest on puudus või mis sulle ei meeldi.

Nimeta viis kuni kümme omadust, mida pead töö juures kõige olulisemaks (need, millele andsid 4 punkti). Lisa ka need omadused, mida siin ülesandes ei olnud, aga mida sina pead oluliseks.

### **Pane pea tööle!**

Kas oskad nimetada töökohti, mis vastavad sinu väärtushinnangutele? Nt kui pead õiglust oluliseks, siis peaksid ehk hakkama politseinikuks.

Millisest endale olulisest omadusest oled nõus loobuma? Nt vabadusest aja planeerimisel, kui uus töö peaks seda nõudma.

*Saatust ei paku teile soovide täitumist karbikeses, millel on ümber kuldläikene paber ja punane ehispael koos nimesildiga, ega toimeta seda teie uksepakule. Soovide täitumiseks tuleb teha hoopis midagi ebatavalist ja uut, ehk koguni võõrast, kuni saatusese saab selgeks, et teil on tõsised kavatsused.*

## 4.4 Sinu huvide inventuur

Töövestlusele mineku ettevalmistusi tehes on sul kasulik teha huvide inventuur. Nüüd, kus sa oled kaardistanud väärtushinnangud, pane kirja ka kümme tegevust, mida sulle meeldib teha.

### Näited

**Kinos käimine, raamatute lugemine, jõusaalis rassimine, ürituste organiseerimine jne**

Võid kirja panna väga mitmesuguseid tegevusi, ka neid, mis tunduvad naljakad või teistmoodi: näiteks sokkide või supikulpide kogumine, partide toitmine, hilisõhtused jalutuskäigud.

### Huvide inventuuri tulemusi vaadates analüüsi end

- Mida võid oma huvidest järeldata? Kas huvitud pigem aktiivsetest või vähest füüsilist aktiivsust nõudvatest tegevustest?
- Milline inimene sa oled? Kas oled aktiivne, väljapoole elav või pigem vaikne ja sisepoole elav inimene?
- Kas töö, mida tahad teha, on seotud mõne sinu huviga? Kui armastad suhelda, siis äkki sobib sulle sekretäri või müügimehe töö?

### Näide: oma kirja pandud huvidest võin ma järeldata...

- Olen huvitatud pigem aktiivsest füüsilisest tegevusest.
- Ma olen aktiivne ja väljapoole elav inimene. Samas mulle meeldib, kui mul on oma aeg raamatute lugemiseks.
- Töö, mida ma teha tahan, peab olema aktiivse iseloomuga, inimestega suhtlemist sisaldav, hariv. Mulle sobiks korraldada üritusi ja vastutada nende toimumise eest. Minu töö peab olema väga seotud minu huvidega.

## 4.5 Konkurentsieelis

Kandideerimisel on hea teada, millised on need omadused, mis annavad sulle teistega võrreldes eelise.

**Mõttele oma oskuste, omaduste ja võimete peale ning vali välja need, mida pead enda tugevateks ja headeks omadusteks.**

Näiteks: ma olen väga tugev arvude maailmas, mulle meeldib raamatupidamine. Ma olen väga lojaalne ja oskan raamatupidamist väga hästi.

### **Mis on sinu konkurentsieeliseks tööturul?**

Näiteks: ma loen oma konkurentsieeliseks korrektsust ja pühendumist. Ma teen oma tööd südamega ja olen väga kiire kohaneja. Olen sõbralik ja abivalmis töökaaslane.

### **Mille üle oled eriti uhke?**

Näiteks: olen uhke oma kiire analüüsivõime ja detailide meeldejätmise võime üle. Kui juhataja minu käest küsib mingit konkreetset kulurea kokkuvõtet (näiteks kui suur on meie ettevõtte palgakulu kuus), olen võimeline talle kohe vastama.

### **Miks peaks tööandja eelistama just sind?**

Näiteks: eelkõige sellepärast, et ma olen lojaalne ja kohusetundlik töötaja. Ma pean kinni tähtaegadest ega vea tööandjat lubadustega alt. Ma oskan oma tööd suurepäraselt ja see on aastatega saanud minu hobiks. Ma armastan seda, mida ma teen.

### **Pane siia kirja ka enda sellised omadused ja oskused, mida peetakse haruldasteks.**

Näiteks: töökaaslased ja endine tööandja on teinud mulle komplimendi selle kohta, et ma suudan raamatupidamislikke termineid ja analüüse väga lihtsasti ja inimlikult lahti seletada ning sealjuures pakkuda ka omapoolset arvamust ja võimalusi. Seda omadust ja oskust pean enda juures haruldaseks.

*Väikesed kordaminekud annavad julgust suurteks ettevõtmisteks.*

## **4.6 Valikute tegemine**

Olles analüüsinud oma väärtushinnanguid ja teinud huvide inventuuri, on aeg teha järgmine samm. Aeg teha valik. Me teeme valikuid iga päev, otsustades, mis kell ärgata, mida süüa, kuhu minna jne. Vahel on valikud kergemad, vahel raskemad.

NB! Mida me aga kunagi teha ei tohi, on kahetseda oma valikut! Kui see on tehtud, on see minevik ja minevikus elamine ei vii meid edasi. Tuleb keskenduda uutele valikutele.

Sinu tööd ja elu puudutavate valikute tegemine on vastutusrikas tegevus – need otsused avaldavad mõju sinu elule ja elustiilile. Seega on eneseanalüüs möödapääsmatu, et teha õige ja ootuspärane töökoha valik.

Üheks sinu valikuks on kujundada oma mõtteviisi. Raamatu alguses rääkisime pooltühjast ja pooltäis klaasist. See tähendab, et sul on valida, kas positiivne mõtteviis või negatiivne mõtteviis.

*Inimene, kes saadab välja positiivseid mõtteid, mõjutab end ümbritsevat maailma positiivselt ja tõmbab ligi positiivseid tulemusi.*

*Dr N. V. Peale*

### **Nõuanne!**

**Vali positiivne toon, kui sõnastad oma soove, vajadusi ja plaane.**

**Siin on mõned näited.**

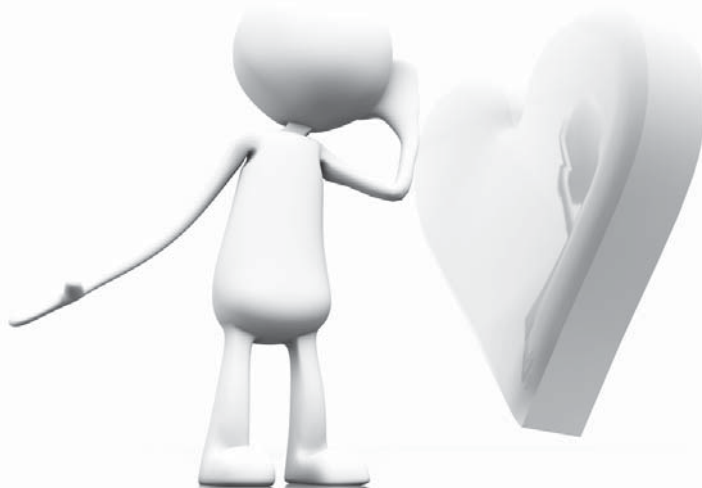
- Selle asemel et mõelda: „Ma ei taha hilineda”, mõtle: „Ma tahan jõuda õigel ajal.”
- Selle asemel et mõelda: „Mul on sellega raske hakkama saada”, mõtle: „Saan hakkama, kui...”
- Selle asemel et mõelda: „Ma pean...” mõtle: „Ma võin...”

### **Väike spikker meelespidamiseks**

- Pane oma eneseanalüüsil kirja pandu paberilehel oma märkmiku vahele ja tee sinna vajadusel täiendusi.
- Sõnasta oma tulemused positiivses valguses. (Näiteks: olen osav erinevate elektriliste masinate parandaja; olen kannatlik ja tähelepanelik kuulaja.)
- Tee edaspidi oma valikud eneseanalüüsi tulemustest lähtudes (siis on eksimise võimalus väiksem).
- Oled enda ekspert ja vastutad enda tehtud otsuste eest vaid ISE.
- Sinu otsus on kõige õigem, kui oled ise selleni jõudnud ning oskad seda enda jaoks põhjendada.
- Kuula oma südant.

*Iga kord, kui olen tundnud, et ma teen midagi, mis ei tundu õige, selgub lõpuks, et see ei olnudki õige.*

*Mario Cuomo*



## 4.7 Õppimine ja teadmiste kogumine

Kui tunned vajadust omandada mingi kutseala, proovi vastata järgmistele küsimustele. Need aitavad selgusele jõuda, millist eriala või õppevormi kasutada täiend- või ümberõppeks.

- Kas sul on hobisid või huvisid, millest eriti vaimustud?
- Mis laadi tööd sa soovid tulevikus teha?
- Kas oled kaalunud mõnda eriala põhjalikumalt?
- Kas sul on võimalik soovitud eriala õppida?
- Millistel ametikohal saad tööle asuda pärast kursuse või kooli lõpetamist?
- Millised on sinu võimalused õpingute eest maksmiseks?
- Kas on võimalik kasutada töötukassa abi?

### Enne kui teed lõpliku otsuse...

- Uuri põhjalikult soovitud eriala, kursuse, kooli või koolitaja tausta (koolitaja kodulehelt). Mõtle veel läbi enda ootused erialale või koolile.
- Tutvu kindlasti selle erialaga seotud võimalike töökohtadega.
- Kalkuleeri, millised on sinu võimalused õpingute eest tasumisel ja kas saaksid vajadusel ka tööl käia.

### Ümberõppe võimalusi uuri näiteks:

- töötukassa konsultandilt,
- ülikoolide, rakenduskõrgkoolide ja ametikoolide kodulehtedelt.

Infot leiad ka:

[www.kool24.ee](http://www.kool24.ee)

[www.rkrn.ee](http://www.rkrn.ee)

[www.haridusportaal.ee](http://www.haridusportaal.ee)

[www.koolitused.ee](http://www.koolitused.ee)

*Õnn on olukord, kus kohtuvad ettevalmistus ja võimalus.*

## 4.8 Tööle?

Kui oled otsustanud tööle minna, sõltub palju sellest, millised on sinu senised kogemused tööturul. Kas kandideerid elu esimesele töökohale või on see sul juba mitmes?

Elu esimest töökohta otsima asudes mõtle kõigepealt, missugused oskused ja teadmised sul on.

### Mõtle läbi järgmised küsimused

- Kas olemasolevate oskuste ja teadmiste valguses soovid töötada mingil konkreetsel erialal?
- Millised on sinu väljavaated soovitud erialal töökohta leida?
- Kas pead end mingis osas täiendama, koolitama?

- Tutvu oma kutseala ametikirjeldusega Kutsekoja kodulehel [www.kutsekoda.ee](http://www.kutsekoda.ee)
- Millised on sinu nõudmised tulevasele töökohale – millise graafiku alusel töö sulle sobib, milline on sinu palgasoov?

Omades varasemat töökogemust, saad valida, kas jätkad olemasoleval erialal või ametis või vajad uut suunda. Mõttele läbi ja pane pingeritta endale olulised näitajad.

### **Vali sobivaim:**

- samad tööülesanded ja sama valdkond;
- samad tööülesanded ja teine valdkond;
- uued tööülesanded ja sama valdkond;
- uued tööülesanded ja teine valdkond.

Samas valdkonnas jätkata soovides vaata kriitiliselt üle oma oskused ja teadmised ning nende vastavus töökuulutusele. Täiendkoolitus võib suurendada sinu võimalusi konkureerimisel.

### **Kui sa töötad praegu, siis mõtle läbi, kas sul on põhjust otsida uut töökohta?**

Selleks et mitte kergekäeliselt loobuda oma olemasolevast töökohast, vasta alltoodud küsimustele, märkides iga küsimuse juurde sobiv täht.

- A – jah                      D – mitte väga  
 B – vist küll              E – kindlasti mitte  
 C – pole päris kindel

- Olen oma praeguse tööga väga rahul.
- Arvan, et sellel töökohal olen juba kõik saavutanud.
- Kolleegid tunduvad minust edukamad.
- Tean täpselt, mida tahan oma töös saavutada.
- Ülemused hindavad mu tööalast tegevust õiglaselt.
- Saan oma töö eest piisavalt head tasu.
- Suudaksin enam, kui mulle kõikaid kodaratesse ei loobitaks.
- Minu töö- ja pereelu on tasakaalus.
- Teised tunduvad rohkem stressi käes kannatavat kui mina.
- Igatsen oma töö järele.
- Minu töö tulemus on paljudele vajalik.
- Mulle ei meeldi, kui uuritakse, kellena ja kus ma töötan.
- Mul pole võimalik end koolitada ega tööalasel edasi areneda.
- Tahaksin oma tööpostil rohkem vastutada.
- Ma pole oma võimetes enam nii kindel kui varem.
- Ka mu sõbrad nõustuvad, et mul on tööl probleeme.
- Arenguestlused on mulle äärmiselt ebamugavad.
- Tulevik töötab tulla edukam ja parem selle sõna kõige laiemas mõistes.

## VASTUSED

Tee rist vastuste lehe vastavasse lahtrisse!

	A	B	C	D	E
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					

## VASTUSED

Küsimused 1, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 14, 18:

A – 5 punkti; B – 4 punkti; C – 3 punkti; D – 2 punkti; E – 1 punkt

Küsimused 2, 3, 7, 12, 13, 15, 16, 17:

A – 1 punkt; B – 2 punkti; C – 3 punkti; D – 4 punkti; E – 5 punkti

Liida punktid kokku.

## TULEMUSED

### 76–90 punkti

Võid end õnnitleda. Tegeled praegu endale sobiva valdkonnaga ja tõenäoliselt liigud tööalaselt tõusujoones. Tunned end hästi, kuna töö- ja pereasjad on enam-vähem tasakaalus. Olemas on väike enese ülehindamise või üleväärtustamise oht. Ilmselt tasuks senisest rohkem kuulata ja tähele panna oma kolleege, arvestada nende soovitude ja hinnangutega ning mitte unustada end täiendamast.

### 56–75 punkti

Pole paha. Tasub siiski analüüsida, kas oled oma tegevusalal ka piisavalt väarikal ja sulle sobilikul positsioonil. Või vastupidi: karjääriredelil oled küll õigel pulgal, kuid ala pole see kõige õigem. Kui tunned, et sind ei märgata ega tunnustata piisavalt, siis püüa ennast ja oma saavutusi rohkem nähtavale tuua. Võib ka olla, et oled hetkel ise enam-vähem oma staatusega rahul, kuid on oht mõne aja möödudes rutiini langeda.

### **31–55 punkti**

On põhjust muretsemiseks. Kas töötad valel alal või vales kohas? Või kahtled oma sobivuses? Või pole su töö tulevikku? Püüa uurida, millised on su väljavaated ja koolitusvõimalused praegusel töökohal. Tunne ühtlasi huvi ka firma kui terviku tuleviku vastu. See võib olla esimeseks sammuks su edasiliikumise teekonnal.

### **18–30 punkti**

Kui vastasid täiesti ausalt, siis on sul tõepoolest aeg hakata planeerima töökohavahetust. Teemat tasub arutada oma lähedaste ja sõpradega, eriti nendega, kellel tööalaselst hästi läheb. Sea endale eesmärk, kuhu tahad jõuda, varu aega ja hakka vaikselt liikuma. Kuid siiski ei tasu sülitada vanasse kaevu enne, kui uus pole valmis. Kergekäeliselt vanast töökohast loobuda oleks võib-olla ennatlik. Ringi vaadata saab ju ka paralleelselt töö edasi käies. Selline käitumisviis on igal juhul parem kui lasta asjadel samamoodi edasi minna.

### **Hirmud valikute ees**

Mõnikord võib olla nii, et inimene on aastaid tahtnud töölt lahkuda, kuid pole seda teinud, sest tal on hirmud, mis teda takistavad. Sellisel puhul on hea need hirmud üles kirjutada ja siis nende üle mõelda.

On teada, et iga hirm on takistus ideaalse töö leidmisel, kuid samas võib igast kartusest arendada eesmärgi, mille abil takistust ületada.

Näiteks: kui sa kardad, et ei saa töövestlusel hakkama, võid võtta eesmärgiks: „Ma külastan töötukassa karjäärinõustajat ja palun temalt konsultatsiooni töövestlusel osalemiseks, et täiendada oma oskusi.”

Vali oma hirmude nimekirjast kaks-kolm ja leia neile lahendus.

Näiteks: kui sa arvad, et sa ei ole piisavalt kompetentne raamatupidaja tööd tegema, siis on sinu eesmärgiks leida võimalus ennast sellel alal arendada – minna kooli.

Uue valdkonna valimine võib tunduda riskantsena, aga see ei tähenda alati nullist alustamist.

### **Pane pea tööle!**

- Kuidas saan oma praegusi teadmisi ja oskusi rakendada uues valdkonnas?
- Millistes oskustes pean ennast täiendama?
- Kellena tahan töötada?
- Kas minu tervislik seisund võimaldab seda tööd teha?
- Kui reaalne on sellist töökohta leida?
- Millistest tööotsinguportaalidest, ajalehtedest jmt otsin endale töökohta?
- Millised ametid võivad mulle veel sobida?

## 4.9 Ettevõtjaks?

Iseenda ülemuseks olemine võib tunduda ahvatlev. Ettevõtjana tegutsemine on siiski küllalt riskantne tegevus, mis nõuab põhjalikku läbimõtlemit.

*Suhtlusringkond mõjutab igatihe mõtteid, tujusid ja tegusid. Kui sind ümbritsevad soojad, helded ja ettevõtlikud inimesed, kes uurivad elu kõiki võimalusi, oled tõenäoliselt ise ka sarnane.*

**NB!**

**Esita endale küsimus: kas tahan hakata ettevõtjaks või töövõtjaks?**

Kõigepealt võib mõelda, millised on poolt- ja vastuargumendid nii töövõtja kui ettevõtjana töötamisel. Vaata allolevat tabelit.

1. Loetle positiivsed põhjused, miks tasub töötada kellegi teise alluvuses (tasulised puhkused, väiksem vastutus vms), ning teiste heaks töötamise puudused.
2. Korda sama ise ettevõtjaks olemise kohta.

**Tabel 4. Töövõtja ja ettevõtja positiivsed ning negatiivsed küljed**

TÖÖVÕTJA		ETTEVÕTJA	
Poolt	Vastu	Poolt	Vastu
Väiksem vastutus	Allumine	Ise vastutan	Vastutus 24 h
Tasuline puhkus	Ei saa planeerida puhkust vastavalt vajadusele	Enesedistsipliin	Enesedistsipliin
Kindel tööaeg	Teiste arvestamine	Ise otsustan	Tööpäevad pikad
Meeskonnatöö	Palga suurus	Oma aja juhtimine	Vähene kogemus
Kindlad tööülesanded	Töökoha olemasolu otsustab sinu ülemus	Väljakutsed	Suur pinge
Kindel töötasu	Tuleb sulle veel midagi meelde?	Juhtimiskogemus	Ebaõnnestumised

TÖÖVÕTJA		ETTEVÕTJA	
Poolt	Vastu	Poolt	Vastu
Tuleb sulle veel midagi meelde?		Müügikogemus	Närvilised kliendid
		Pingetaluvus	Probleemid
		Eduelamus	Tuleb sulle veel midagi meelde?
		Klientidega suhtlemine	
		Probleemide lahendamine	
		Tuleb sulle veel midagi meelde?	

### Mõtle läbi, kas oskad siia veel midagi lisada?

Analüüsisides kirjapandut, on lihtsam jõuda järeldusele, kumb variant on sobivam. Edasi saab juba minna järgmiste sammude juurde. Võib-olla on vaja midagi juurde õppida, endas arendada jne.

### Väike spikker ettevõtjaks saamise eeldustest

- Milliseid tugevusi ja nõrkusi märkad enda juures?
- Milline on su stressitaluvus?
- Kui suureks hindad oma algatusvõimet?
- Kas nõrkadest külgedest ülesaamiseks oskad nimetada lahendusvõimalusi?
- Kas oled juba ette võtnud konkreetseid samme ettevõtjana alustamiseks?
- Milliseid?

*Selleks et teha suuri tegusid, pole tarvis olla geenius, pole tarvis olla inimestest kõrgemal, on tarvis olla nendega koos.*

Häid nõuandeid ettevõtluse alustamiseks on sul võimalik saada:

- ettevõtja infoportaalist [www.aktiva.ee](http://www.aktiva.ee);
- EASi kodulehelt (Ettevõtluse Arendamise Sihtasutus, [www.eas.ee](http://www.eas.ee));
- Tallinna ettevõtlusameti ettevõtja infopunktist ([ettevotja.tallinn.ee](http://ettevotja.tallinn.ee), tel 640 4219);

- maakondlikust ettevõtlus-arenduskeskusest (Tallinnas Harju ettevõtlus- ja arenduskeskus);
- töötukassa osakonnast.

*Kui soovid midagi, mis tundub olevat õige ning ei kahjusta ega kurvasta kedagi teist, tee see asi teoks.*

## 4.10 Tööotsimise kanalid

Tööotsimine on nagu tavaline äriprotsess: inimesel on midagi pakkuda (oskused, kogemused) ja ta otsib, kellel on seda vaja (tööandja).

### Keskendu järgmisele

- Väärtushinnangud ja huvide inventuur (vt eneseanalüüsi küsimustikud lk 37) peatükkidest 4.3 ja 4.4).
- Milline töö või tegevus pakub sulle kõige rohkem huvi?
- Milline töö on seotud sinu isiklike väärtuste ja vajadustega?
- Kus võiksid võimalused olla kõige suuremad?

*Mõtisklused ja plaanid on küll olulised, aga kui neid tegudega ei toeta, ei ole neist mingit kasu.*  
Caterina Rando, „Mõtte jõud õnne ja heaolu teenistuses”

Tööandjad ei piirdu töötajaid otsides ühe teabekanaliga ja samuti ei peaks seda tegema tööotsija.

**NB!**

**Ole nutikas, kasuta tööotsimisel oma loovust ja võta eeskuju ka firmadest, kus töötajaid otsitakse väga erinevaid kanaleid pidi.**

### Neli töötaja leidmise võimalust firmale:

1. olemasolevad töötajad;
2. sõbrad-tuttavad;
3. kuulutused ajalehtedes ja internetis;
4. töötukassa.

Kui firmad kasutavad esimest moodust, ei pruugi see veel tähendada, et vabale kohale ei või kandideerida.

**NB!**

**Mõnikord võib omal algatusel kandideerides saada koht, millele avalikku konkurssi ei korraldatagi. Ole aktiivne.**

## Tuttavad ja sõbrad

Väga paljud vabad töökohad ei jõua kunagi ajalehekuulutustesse või internetti.

### Nõuanne!

**Hakates otsima uut töökohta, võiksid esimese sammuna rääkida sellest oma perekonnas, sõpradega ning endiste ja praeguste töökaaslastega. Kirjelda julgelt, millist tööd sa soovid leida, ja palu sõpradel-tuttavatel silmad lahti hoida.**

Aktiivne suhtlemine töö otsimise teemal näitab sinu head algatusvõimet ja kindlasti suurendab võimalust leida kiiremini uus töökoht.

Oma pereliikmete ja lähimate sõpradega saad tööotsingust rääkida silmast silma. Tuttavate või endiste töökaaslastega võid suhelda telefoni teel.

### Väike spikker telefonitsi suhtlemiseks

- Ole viisakas. Tervita ja küsi, kas vastajal on aega sinuga rääkida.
- Räägi asjast. Liiga pikk sissejuhatus võib mõjuda tüütuna.
- Anna vestluspartnerile aega mõtlemiseks. Anna talle lühike ja konkreetne ülevaade oma senistest kogemustest ja kohtadest, kus oled juba töötanud.
- Kogu infot. Küsi, kas ta oskab soovitada mõnda ettevõtet või tunneb mõnda inimest, kelle poole võiksid pöörduda.
- Küsi arvamust. Tunne huvi, et kust ja kuidas tema sinu asemel veel tööd otsiks.
- Selgita, millist abi ootad ning kuidas ta saab sind aidata. Ütle, et helistad uuesti – ehk on talle midagi meelde tulnud. Helista kindlasti lubatud ajal tagasi.

Kui sinu tuttavate hulgas on mõjukaid inimesi, kellest võib otseselt sõltuda konkreetse töökoha saamine, on hea paluda isiklikku kohtumist.

### Neli nõuannet

1. Kui telefonikõne eesmärk on kohtumine kokku leppida, anna teada oma teema ja kui palju aega vajad ning jäta inimesele võimalus loobuda kohtumisest ja jutuajamisest.
2. Sõltuvalt sellest, kui hästi sa teda tunnend, võib kohtumine olla vähem või rohkem ametlikku laadi.
3. Valmista ette mapp oma eluloo ja senise tööelu kirjeldusega.
4. Jälgi, et mapi sisu vastab sinu töösoovile ja seal on ülevaade sinu suurematest korraldaminekutest tööel.



### **Veel üks võimalus**

Populaarsed on erinevad suhtlusvõrgustikud internetis (Orkut, Facebook jne) ning e-post, mis annavad võimaluse suhelda korraga paljude tuttavatega. Otsustades seda võimalust kasutada, pea meeles, et kiri peab olema üheselt mõistetav ja lühike. Kirjelda oma soovitud tööd, enda oskusi ja kogemusi ja palu nendel, kes sind aidata saavad, ühendust võtta või kiri edasi saata sinu oskustest huvitatud inimestele.

#### **NB!**

Hoidu kirjale lisamast oma elulookirjeldust (CV) või muid taolisi dokumente, mis on suure mahuga ja võivad sisaldada sinu isiklikke andmeid. Piisab, kui lisad oma e-posti aadressi, mida regulaarselt vaatad.

### **Töökuulutused ajalehtedes ja internetis**

Infot vabadest töökohtadest on võimalik leida ajakirjandusest, samuti erinevatest internetiportaalist. Kui sul endal pole ajalehti tellitud või kodus puudub interneti kasutamise võimalus, saad seda teha lähimas raamatukogus. Kuulutust tuleb aga osata lugeda. Sellega saab aidata nõustaja või karjääriinfo spetsialist.

#### **Komistuskivid kuulutuste lugemisel:**

- nõudmised on väga kõrged ja neile 100% vastata on võimatu,
- ettevõtte tegevusvaldkond on võõras ja lugejal puudub vastav kogemus.

Tähtis on, et põhinõudmised on täidetud ja sina ise oled valmis enesetäienduseks.

### NB!

**Selleks et kümnete ja sadade teiste hulgast sõelale jääda, peab tööandja nägema sinus midagi rohkemat!**

#### **Ole loov!**

- Salvesta oma CV videoformaati. Jää kindlasti meelde ja oled ennast juba enam tutvustanud kui kõik teised n-ö näota CV-d.
- Helista, tutvusta ennast ja küsi täpsustavaid küsimusi töö iseloomu kohta.
- Kasuta erinevaid ja uudseid internetivõimalusi – lisa oma profiil tööotsijate blogisse, seo oma CV Online'i konto Facebooki omaga jne.

Mõttele ka, millega võiksid silma paista ettevõtte huvidest lähtuvalt. Oluline on tõsta esile just neid omadusi ja oskusi, mida selles tööpakkumises sooviti.

#### **Nõuanne, et muuta töökuulutustele vastamine tõhusamaks**

- Pea arvestust selle üle, kuhu oled kandideerinud.
- Pane kirja, millal ja milliseid vastuseid oled saanud.

### Näpunäide

**Ära unusta kuulutust uuesti läbi lugeda, kui sind on intervjuule kutsutud. See aitab ennast õigele lainele häälestada. Samuti oskad paremini välja tuua just selles asutuses vajaminevaid tugevaid külgi.**

#### **Kuidas lugeda töökuulutust?**

Töökuulutusi on nii ajalehtedes kui ka erinevatel internetilehekülgedel. Neis avaldavad firmad oma tegelikke vajadusi: mis töökohale, milliste oskuste ja teadmistega inimest vajatakse, milline on tööle asumise aeg. Tavaliselt on kirjas ka töötasu.

Soovitavad nõudmised kajastavad tööandja ettekujutust potentsiaalsest töötajast ja nende puhul pole üks-ühene vastavus oluline.

#### **Tähtis on osata töökuulutust lugeda!**

Tuleb tähele panna erinevaid töökuulutuse aspekte. Järgnevat näidet eeskujuks võttes on hea mõned kuulutused n-ö läbi käia, et tekiks oskus neid lugeda.

Floreas OÜ on lõike- ja toalilide hulгимүүгига tegelev firma, kes on tegutsenud 10 aastat. Tootevalikusse kuuluvad peale lõike- ja toalilide veel floristikatarbed, keraamika, potiümbrised, istutismullad ja väetised.

**Nende taustast ja toodetest peaksid olema teadlik**

**Pakutav ametikoht:** KLIENDITEENINDAJA

**Amet**

Klienditeenindaja esmaseks töökohustusteks on klientide teenindamine. Aktiivne kauba pakkumine, hinnakirjade saatmine kliendile, tellimuste võtmine ning hilisem kauba komplekteerime tellimuse alusel. Klienditeenindajalt ootame usinat suhtumist ning uute klientidega ärisuhete loomist ja hoidmist. Kuna kaup saabub kaks korda nädalas (kolmapäev ja pühapäev), siis lähtuvalt sellest algab töö nädalal pühapäevaga. Üle nädala on töötajal kaks järjestikust puhkepäeva (R, L), muidu (T, L).

**Tööülesanded**

**Nõutud haridus:** keskharidus

**Kohustuslik haridustase**

**Nõutud keeled:** eesti, vene

**Nõutud töökogemus:** 2–5 aastat

**Nõutavad oskused ja isikuomadused**

**Nõudmised kandidaadile:**

Ausus, korrektsus, töökus

Eelnev kogemus müügitööl

Arvuti kasutamise oskus

Vanus vahemikus 22–45 eluaastat

**Kasuks tulevad oskused**

**Kasuks tuleb**

Eelnev töökogemus lilledega

**Omalt poolt pakume**

Kaasaegset töökeskkonda

Pingelist ja huvitavat tööd

Võimalusi palgale lisa teenida individuaalse müügi näol

**Töökeskkond**

**Asukoht:** Tallinn

**Tööle asumise aeg:** niipea kui võimalik

**Pakutav palk:** kokkuleppel

**Lisainfo**

**Kontaktisik:** Malle Maasikas, müügijuht

**Address:** Maasika tänav 5, Tallinn, 11316 Harjumaa

**Faks:** 555 5555

**Internetiaadress:** www.koduleht.ee

**Viitenumber:** CVO-XXXXXX-EE

**Kandideerimise tähtaeg:** 30. mai 2010

**Kontaktandmed**

## 4.11 Aktiivne ja tulemuslik tööotsing

**Töökuulutustele vastamist võiks kombineerida aktiivsemate tööotsingumoodustega.**

### 8 aktiivset sammu

- Mõttele, milline valdkond sind huvitab ja millist töökohta selles valdkonnas soovid.
- Uuri internetist või ettevõtete kataloogidest-kodulehtedelt, millised ettevõtted sinu soovidega haakuvad.
- Küllastades ettevõtte kodulehte, uuri, kas seal on vabu töökohti.
- Kui vabu töökohti kodulehel ei leidu, aga sinu huvi on suur, siis helista või kirjuta ettevõtte personaliosakonda. Jälgi viisakusreegleid, ole konkreetne. Kirjale võid lisada oma CV ja motivatsioonikirja, kus põhjendad, miks sa võid ettevõttele kasulik olla.
- Kui vastust kahe nädala jooksul ei tule, siis võta telefoni teel ühendust ja uuri viisakalt, kas kiri jõudis kohale ja millised võivad olla sinu võimalused edaspidi.
- Hoia telefonikõne lühike ning täna kõne lõpus – hoolimata sellest, milline vastus sulle anti. Vaidlemine ja eneseõigustused ei jäta sinust head muljet. Hoidu mitu korda helistamisest, välja arvatud juhul, kui nii sai kokku lepitud.
- Pea kinni kõigist lubadustest, mida annad, ja külasta oma e-postkasti regulaarselt, et saad vastusele kiiresti reageerida.
- Külasta järjekindlalt tööotsinguportaale, kust võid leida sulle sobivaid töökohti: Eesti Töötukassa, CV Keskus, CVOK, CV-Online, EHRA (Eesti Hotelli- ja Restorani-personali Agentuur), EkspressJob, Firstjob.ee (kutsehariduse tööportaal), Hyppelaud, Job, JobGo, Karjääriabi, Töö24, Vakants, EURES (töövahendus Euroopa Liidus).

### Töö otsimine telefoni teel

Paljud firmad paluvad tööotsijatel töökohale kandideerimiseks ühendust võtta telefoni teel. Samas võib igäiks ka ise ettevõttesse helistada, et küsida teavet võimalike vabade töökohtade või ettevõtte enda kohta. Edu võti peitub sinu heas ettevalmistuses ja julguses.

### Mõned soovitusel

#### • Kõne ettevalmistamine

Pane paberile paari-kolme lausega kirja, mis tööd sa teha tahad ja mida sul pakkuda on. Pane valmis oma CV ning oma isiklike võimete ja oskuste leht.

#### • Kontaktisiku väljaselgitamine

Helista firma üldnumbrile ja küsi personaliosakonna (või muu, näiteks müügi- või tootmisosakonna) juhatajat või vastava ala eest vastutavat isikut. Kui sinult küsitakse põhjust, ütle, et soovid kirja saata.

#### • Sekretär kui esimene takistus

Ole konkreetne ja tee eelnevalt kindlaks, kellega tuleb sul töö teemal rääkida. Teata sekretärile, et soovid kindlasti selle konkreetse inimesega (nimeliselt) kontakti võtta. Kui põhjust küsitakse, vasta „Tegemist on ühe isikliku küsimusega” või „Ma soovin rääkida ... tööst (selle töökoha nimi, millele sa kandideerida soovid)”.

- **Personalitöötajaga / asutuse või ettevõtte juhiga vestlemine**

Tutvusta paari lausega oma mõtteid ja paku välja aeg, mil saad end isiklikult tutvustama tulla.

- **Pole aega**

Kui saad aru, et sinu vestluskaaslasel on kiire, siis küsi, millal talle paremini sobib. Helista täpselt kokkulepitud ajal uuesti.

- **Kõne lõpus täna vestluse eest ja saada nõutud dokumendid kohe ära.**

### **Väike spikker**

1. Teretan ja tutvustan ennast.
2. Küsin õiget isikut.
3. Tutvustan ennast uuesti ja küsin, kas räägin õige isikuga (kui suunati ümber).
4. Tutvustan oma kvalifikatsiooni ja töökogemust.
5. Avaldan soovi tulla vastuvõtule.
6. Teatan, kes soovitas (kui on soovitaja).
7. Küsin muid võimalusi.
8. Küsin, millal võin uuesti helistada.
9. Tänan ja väljendan lootust.

## **Töö otsimine kirja teel**

Kui sa pöördud firma poole omal algatusel, siis pole vaja saata enda kohta mahukaid materjale. Mida lühem ja asjalikum on kiri, seda parem.

Ka kirja teel pöördudes võib olla kasulik ette helistada. Toimida võib samamoodi, nagu eespool kirjeldatud. Kohaletuleku aja kokkuleppimise asemel võid pakkuda, et saadad oma materjalid posti teel.

## **4.12 Kandideerimisdokumendid**

### **Töötotsija kõige keerulisemaks probleemiks osutub sageli kandideerimismaterjalide koostamine ja tööintervjuu ettevalmistamine.**

Kandideerimisdokumendid peavad ise enda eest kõnelema ja igal osal on oma ülesanne ja toime.

Esimene hinnang kandidaadile antakse kaaskirja ja foto põhjal. Seega on just nendega vaja tekitada huvi, et saavutada kutse töövestlusele. CV annab lühiülevaate oskustest, tunnistuste ja tõendite koopiad tõendavad esitatud väiteid.

## Kaaskiri

### Kaaskirja eesmärk:

- toetada CVD,
- tuua välja selle tähtsamad aspektid,
- lisada olulist lisainfot enda kohta ja
- märkida, millisele ametikohale kandideerid.

### Väike spikker kaaskirja kirjutamiseks

- Viide kuulutusele, vestlusele või isiklikule soovitajale. Kui pöördud firma poole omal algatusel, võid kohe põhiteema juurde asuda: „Töötan juba neli aastat ... Soovin töötada teie firmas ...” jne.
- Paar-kolm tähtsat argumenti, et põhjendada oma sobivust konkreetsele ametikohale (pole vaja lisada üksikasju CV-st). Igas kaaskirjas tuleb erinevalt põhjendada, sest ühele firmale sobivad argumentid ei pruugi sobida mõnele teisele.
- Võid rääkida ka mõnest harrastusest, mida on selle tööga võimalik siduda.
- Kindlasti tuleb kirja panna tööle asumise aeg.
- Palgasoov märgi siis, kui seda nõutakse.
- Lisa sõbralik lõppsõna, millest nähtub, et oled valmis asjast lähemalt rääkima isikliku kohtumise käigus.
- Järelmärkuses (PS) võid viidata mõnele täiendavale asjaolule (seda panakse tähele!).

### Õige toon

- Isiklik pöördumine on alati parem kui üldine. Kohustuslik on isiklik pöördumine siis, kui töökuulutuses on antud kontaktisiku nimi. Omal algatusel firmade poole pöördudes võib kontaktisiku välja selgitada telefoni teel (vt „Pöördumine telefoni teel”).
- Sõbralik toon.
- Lühikesed ja konkreetsed laused.
- Üldsõnalisi väljendeid nagu „käesolevaga kandideerin...” tuleb vältida. Paremtunne, kui lausetest nähtub sinu isiklik suhtumine: „Kuulutuses, mis ilmus ..., kirjeldate tööd, mis pakub mulle suurt huvi” või „Olen hariduselt meditsiiniõde ja tunnen huvi teie pakutava töökoha vastu” jne.

### NB!

- **Õige vormistus**
- **Jälgi õigekirja**
- **Mitte pikem kui üks lehekül**



## CV – Curriculum Vitae

CV koostamine pole keeruline teadus, küll aga on abi mõningatest reeglitest.

Enamasti on tunnustatud värbamisfirmade andmebaasides CV vormil olemas koht, kus ennast reklaamida. See on sama isikupärane nagu allkiri. Tasub näha vaeva, et sõnastus saaks ladus ja üheselt mõistetav.

### Nõuanded CV koostamiseks

- CV peab olema selge, lihtsalt loetav, loogilise ülesehitusega, ülevaatlik ja korrektne.
- Välti kirjavigu, kontrolli õigekiri mitu korda üle või lase mõnel pereliikmel (konsultandil või karjäärinõustajal) CV üle lugeda.
- Eri töökohtadesse kandideerides korrigeeri CV-d alati nii, et see vastab soovitud ametikohale.
- CV peab näitama, et tegu on sobiva kandidaadiga konkreetsel konkursil, ning vas-

tama tööandja küsimusele, miks peaks ta just sind tööintervjuule kutsuma ja su värbamist kaaluma.

- Lahti tuleb kirjutada, milliseid ülesandeid eelmistes töökohtades täitsid, millised olid saavutused, kui suur oli firma jne. Hoidu kiitlemast.
- Hariduse kohta on kasulik märkida iga asjasse puutuv lisaeriala, mis annab teadmiste ja võimete kohta rohkem teavet.
- Kui CV kipub täienduskoolituste ja/või töökogemuste tõttu pikaks venima, lisa ainult viimaste aastate tegevused ja need, mis puudutavad just soovitud töökohta.
- Võib rääkida ka mõnest harrastusest, mida on tööga võimalik siduda.
- Enese avamise poolelt peab CV-s kindlasti olema infot ka isiksuseomaduste, hobide ja muude töösituatsioonis hinnatud oskuste (keeled, arvuti, projektijuhtimine jne) kohta.
- CV on korrektne vormistada trükitult arvutis.
- Foto (eriti teenindusaladel) võib sinu võimalusi suurendada. Foto peaks näitama sind korrektse ja sõbralikuna (naerata!). Kui sul sobivat pilti käepäraselt ei ole, jäta suvaline lisamata.
- E-posti aadress olgu korrektne (hoidu slängist või kahtlase väärtusega ja lapsikuna mõjuvatest sõnadest, ka ohtrate võõrtähtedega sõnadest). Kui tavapäraselt kasutad sellist e-posti aadressi, siis tee kandideerimiseks uus ja ära unusta seda regulaarselt külastada.
- Maht võiks olla 1–1,5 lk, ainult erandjuhtudel kuni 3 lk.
- Arvutis vormistamisel kasuta kergestiloetavaid kirjastiile nagu Times New Roman, Arial vms.
- Kirja suuruseks vali 10–12.

CV lahutamatuks osaks on isikuandmed. Seega pole mõtet jätta kirja panemata lapsi, valetada end nooremaks, vanemaks või haritumaks.

### **NB! CV peab olema tõene**

Internetiportaalide CV standardis on koht, kuhu võib märkida ka lahkumise põhjused eelnevatest firmadest. See on asjakohane siis, kui töökohti on olnud rohkem. Samas pole soovitatav asuda seal ekstööandjaid mustama, vaid tuleks leida üldsõnalisem selgitus, et siis intervjuul põhjustest täpsemalt rääkida.

### **CV põhilised alajaotused**

- Isikuandmed
- Nimi
- Sünniaeg ja -koht
- Rahvus
- Kontaktandmed: aadress, telefoninumbrid, e-post
- Perekonnaseis, laste arv ja soovitatavalt ka nende vanus

### **Haridus**

- Hariduskäik (keskharidus, kõrgkoolid, omandatud erialad ja kraadid, aastaarvud) – hea on alustada viimati lõpetatud õppeasutusega.

- Täienduskoolitus ja kursused – nimetada just need kursused, mis on antud ametikohale kandideerimisel olulised.

### **Töökogemus**

Soovitav on alustada praegusest või viimasest ametikohast ning liikuda siis kronoloogiliselt esimese töökohani. Oluline on märkida ametikohtadel (ka samas asutuses) töötamise aeg perioodidena (kuu ja aasta). Töökohti iseloomustades too välja järgmised alajaotused:

- firma nimi, soovitatavalt ka firma tegevusala või lühiiseloostus;
- ametikoht;
- peamised tööülesanded, alluvate arv (juhul kui neid on olnud);
- saavutused.

### **Keelteoskus**

Oma keelteoskust analüüsid on vaja hinnata, kas on olemas arusaamine tööülesannetest ja kuivõrd suudad sa ennast arusaadavalt väljendada. Riigikeele oskus on tööle saamiseks väga oluline.

### **Arvutioskus**

Märgi need arvutiprogrammid, mida oskad kasutada.

### **Muu informatsioon**

- Hobid – kuulumine liitudesse, ühendustesse, klubidesse, vaba aja harrastused (sport, muusika, lugemine, fotograafia jne). Need näitavad sinu üldist aktiivsust ja huve väljaspool tööd.
- Autojuhtimisoskus – juhilubade kategooriad.
- Täiendav informatsioon – kui on soov midagi täpsustavat välja tuua, mis võib hääkuda soovitud töökohaga.

### **Soovitajad**

Et oma andmeid kinnitada, on hea CV-sse lisada vähemalt kaks soovitajat, kes suudavad vajadusel kirjeldada sind koostöös ja töösituatsioonis. Sugulased ja muud lähikondlased ei lähe arvesse, küll aga võib soovitajaks olla diplomitöö juhendaja, koostööpartner või õppejõud, kui endist tööandjat mingil põhjusel ei taheta panna. Eelnevalt tuleb kindlasti küsida soovitaja nõusolekut.

### **Kirjalikud soovitused**

- Lihtne stiil nii ülesehituses kui ka kujunduses
- Ei tohi olla fakti- ja kirjavigu
- Lõppu koht, kuupäev ja allkiri

**CV näidis on internetis aadressil [www.rajaleidja.ee](http://www.rajaleidja.ee).**

### **Funktsionaalne CV**

#### **Seda tüüpi CV-d kasuta järgmistel juhtudel:**

- kui oled olnud pikka aega töötaja;
- vahetanud tihti töökohti;
- kui oled töötanud väga pikka aega ainult ühes asutuses.

Funktsionaalsesse CV-sse ei märgita kuupäevi ega ettevõtte nimesid. See keskendub töökogemusele ja saavutustele.

**CV-sse märkida:**

1. sinu võimed ja oskused (otsitava tööga seonduvas valdkonnas);
2. hariduskäik;
3. töökohad ja ametinimetused jäetakse rõhutamata ning märgitakse üles alles CV lõpus.

Sellest näeb tööandja, kuidas sinu võimed ja oskused on seotud tööga, millele konkureerid, ning sina saad reklaamida oma spetsiifilisi tööoskuseid, rõhutamata, kus ja millal sa need omandasid.

**Lisainfot ja näidismallid leiad aadressilt [www.cvkeskus.ee](http://www.cvkeskus.ee).**

**NB!**

Funktsionaalne CV võib tekitada tööandjas küsimusi. See ei tähenda, et see oleks ebaefektiivne. Tööandja, kes soovib näha korralikku ja selget pilti sinu töökohtadest, võib sellise CV kõrvale panna, eriti kui oled sellega püüdnud varjata oma ebakompetentsust või pikka töötusperioodi (CV Keskus, 2010).

**Avaldus**

**Avalduses annad tööandjale teada, millisele ametikohale soovid kandideerida, juhid tähelepanu oma tugevatele külgedele ja põhjendad, miks just sina oled sobivaim valik. Mõnikord paluvad tööandjad avalduse asemel saata kaaskirja – tegelikult on tegemist sarnase dokumendiga.**

**Avalduse koostamisel jälgi järgmisi punkte**

- Avaldus võiks olla lühike ja konkreetne, mitte üle 1 lk pikk.
- Märgi tööandja kontaktandmed, kellele avalduse esitad.
- Tähtis on jälgida, et avaldus haakub kujunduse ja stiili poolest elulookirjeldusega (CV-ga).
- Väldi kirja- ja loogikavigu – lase kellelgi see enne saatmist läbi lugeda.
- Pane kirja, millisele ametikohale kandideerid, kust sa töökuulutuse leidsid ning põhjenda paari lausega, miks just sina oled sobiv.
- Põhjenda, miks sa soovid seda tööd teha – mille poolest on see töö sinu jaoks arendav ja huvitav.
- Too välja oma parimad omadused, eriti kui need ei ole elulookirjelduses selgelt väljendatud.
- Jälgi, et sinu avaldus vastab töökuulutusele; lähtu tööandja soovidest enda tugevate külgede kirjeldamisel.
- Lisa kindlasti enda kontaktandmed.
- Palgasoov lisa ainult siis, kui tööandja on seda küsinud. Enne proovi uurida, millist palka makstakse samalaadse töö eest teistes piirkonna ja sama valdkonna asutustes. Viita sellele, et oled palga teemal valmis läbirääkimisteks.

- Isegi siis, kui tööandja ei ole palunud lisada elulookirjeldusele avaldust või kaaskirja, on viisakas see kirjale lisada. Muidu võib jääda ebaselgeks, millisele ametikohale kandideerid.
- Kindlasti tuleb kirja panna võimalik tööle asumise aeg.
- Järelmärkuses (PS) võib viidata mõnele täiendavale asjaolule (seda pannakse tähele!).
- Üldsõnalisi väljendeid nagu „käesolevaga kandideerin...” tuleks vältida.

## Motivatsioonikiri

Kui arvestada sellega, et personalitöötajad peavad iga päev sõeluma läbi suures hulgal kandidaate ja erinevaid dokumente, on CV-st tähtsamaid aspekte ja töökohale kandideerimise põhjendusi välja toov motivatsioonikiri suureks abiks. Selle ülesandeks on vastata potentsiaalse tööandja küsimusele: „Miks ma peaksin värbama just selle inimese?”

Motivatsioonikirja kirjutamist võid alustada avaldusega sarnaselt. Seejärel selgita varasema haridus- ja töökogemuse põhjal oma sobivust ja siis pühendada eraldi lõik sellele, miks see töökoht sulle huvi pakub ja sind motiveerib ning mida see annab sinu karjääris tervikuna.

### Väike spikker

- Nii nagu tavaline kiri, peab ka motivatsioonikiri olema adresseeritud konkreetsele inimesele või firmale.
- Kiri peab olema vormistatud sarnaselt klassikalise ärikirjaga, kus saatja kontaktandmed paiknevad kirja ülemises paremas nurgas.
- Motivatsioonikiri ei tohi olla liiga pikk – maksimaalselt A4 (200–300 sõna).

#### **Kiri tuleb üles ehitada lõikude kaupa.**

**Esimene lõik** – üldine informatsioon ja pöördumise põhjus. Kui vastad konkreetsele pakkumisele, märgi, missugusele kohale kandideerid ning mis on pakkumise allikas (nt ... kuupäeva Postimees).

**Teine lõik** – sinu haridus, oskused ja varasemad saavutused, mis tõestavad sinu sobivust. Selleks tuleb hoolikalt lugeda nõudmisi, mis on pakkumises esitatud, ja seejärel ehitada üles oma oskuste kirjeldus. Lihtsalt loetelust pole kasu, vaja on selgitusi, et see nii ka on. Siin võib kirjeldada oma kogemusi ja nendest õpitut.

**Kolmas lõik** – võtmeosa kogu motivatsioonikirjast (juhul kui sul on huvi karjääriredelil tõusta). Siin on vaja põhjendada, miks antud töökoht on sulle huvipakkuv ja motiveeriv ning mida see annab karjääris tervikuna.

**Kokkuvõttes** tuleb märkida, et motivatsioonikirjale on lisatud CV, mis võib tööandjale huvi pakkuda. Lisaks võid üles näidata valmisolekut võimalikuks tööintervjuuks, paludes endaga ühendust võtta (lisa e-posti aadress ja/või telefoninumber).

Lõppu tuleb lisada kuupäev, oma nimi ja allkiri.



## 4.13 Töövestlus

Töövestlust võib nimetada töötaja ja tööandja vahelisteks läbirääkimisteks. See tähendab, et tegelikult hindavad mõlemad osapooled omavahelist kokkusobivust.

### Valmistumine

#### 1. Mängi tööintervjuu mõttes läbi

#### 2. Enne intervjuud:

- vaata veel kord üle kuulutuses kandidaadile esitatud nõudmised;
- tee selgeks, mis tööga on tegemist;
- uuri informatsiooni firma kohta (firma ametlik registreeritus, mille leiad äriregistrist);
- mõtle läbi intervjuu kulgemise võimalikud stsenaariumid,
- mõtle vastuseid tõenäolisematele küsimustele (miks sa seda tööd tahad, millised varasemad tööalased saavutused sinu kasuks räägivad, miks peaks tööandja just sind eelistama, mille poolest sina sellele tööle sobid);
- pane valmis koopiad tunnistustest ja soovituskirjadest, kui sa ei ole neid varem esitanud;
- kontrolli oma välimust.

## NB!

- Ära muutu liialt jutukaks!
  - Ära ehmata, kui ruumis istub sinu vastas neli inimest.
  - Sinu rahulik hoiak ja hea diktsioon tekitavad usaldust.
  - Ole viisakas, naerata, vaata intervjuueerijale otsa – silmside on oluline usalduse tekkimiseks.
  - Ära istu enne, kui sulle selleks ettepanek tehakse. Jälgi oma kehakeelt kogu intervjuu jooksul. Ära lösuta toolil, ära tõsta käsi kukla taha jne. Naerata loomulikult, see avaldab muljet ja vabastab ka muid lihaseid pingest.
  - Närimiskumm ja sigaret ei käi tööintervjuu juurde.
  - Näita välja huvitatust ja entusiasmi.
  - Vastates ole aus, liigne lipitsemine või keerutamine torkab silma ega mõju usaldusväärset.
  - Jälgi keelekasutust – hoidu slängist ja parasiitsõnadest.
  - Kasuta kindlat kõneviisi – oskan, saan hakkama, tulen toime jne.
  - Kuula sulle esitatud küsimusi tähelepanelikult ja kuula küsimus lõpuni, vajadusel võta endale mõtlemisaega.
  - Vasta avatult, otsekoheselt ja ausalt. Mõtle sõnastusele. Ära unusta ennast loobisema.
  - Kui sa ei saanud täpselt aru, mida küsiti, siis palu küsimust korrata või küsi: „Kas ma sain õieti aru, et te küsisite ...” Ära hakka vastama, kui sa ei tea, millele vastata.
  - Ära anna vastuseid, mille õigsuses sa pole veendunud.
  - Kui sinu käest küsitakse üsna intervjuu alguses, kui palju soovid palka saada, siis palu vastamine lükata intervjuu teise poolde, et saaksid ametikoha kohta rohkem informatsiooni, ning vasta siis.
  - Räägi asjadest, millega oled hästi hakkama saanud, rõhuta positiivseid kogemusi; puudustest rääkides mõtle, kuidas neid saab positiivselt väljendada.
  - Ära karda vaikusehetki intervjuus, mõttepausid on loomulikud.
  - Ära huvitu ainult palgast ja soodustustest.
- Konkreetselt palganumbrit nimetada ei ole mõistlik. Sa ei tea veel, millised saavad olema konkreetsed tööülesanded ja vastutus.
- Palgasoovi küsimusele vasta, et palk olgu töö vääriline, et ootad töödandjalt palgapakkumist. Ole valmis tegema omapoolset pakkumist (tee eelnevalt arvestus lähtuvalt enda vajadustest).
  - Intervjuu lõpul küsi kindlasti värbamisprotsessi ajakava kohta, et oskaksid ka oma aega planeerida.
  - Täna lõpetuseks vastaspoolt vestlusele kutsumise eest.

### 3. Intervjuu ajal:

- varu aega, ära hiline intervjuule. Jõua kohale piisavalt varakult, selgita välja, kui kaua sa kohale lähed ja kuidas sa sinna jõuad;
- riietu korrektselt ja puhtalt;
- alguses esitatakse n-ö soojendusküsimusi („Kas kabineti leidmine läks lihtsalt?“, „Kas soovite midagi juua?“), mille eesmärgiks on vähendada pinget ning luua sundimatu õhkkond.

### Põhilised küsimused tööandjalt ja kuidas neile vastata

- Milliseid oskusi on sul pakkuda?

Selleks küsimuseks valmistu juba kodus või karjäärinõustaja abiga töötukassas – millised oskused sul on konkreetse töö tegemiseks. Mõttele, kuidas end arusaadava ja lühida lausega väljendada. Enda tugevatest külgedest või tegelikest oskustest rääkimine ei ole kiitlemine. Püüa mõjuda enesekindlana.

- Miks sa soovid teha just seda tööd?

Kindlasti ei ole soovitatav vastata, et põhiline kandideerimise põhjus on hea palk või et lihtsalt oli tööd vaja. Räägi, mis sulle selle töö juures meeldib.

- Miks sa valisid just selle ettevõtte?

Vii ennast ettevõtte tegemistega kurssi, siis on sul lihtsam vastata.

- Millega sa tegeled vabal ajal?

Rõhuta eriti neid huvisid, mis tulevad kasuks tööelus, mis on arendanud sinu oskusi, teadmisi ja omadusi.

- Millised on sinu tugevad ja nõrgad küljed?

Räägi, kuidas sinu tugevad küljed võivad ettevõttele kasuks olla. Too välja sellised puudused, mida võib ka tugevusena võtta (põhjalikkus, järjekindlus vms). Too mõni näide, kus puudus on osutunud tugevuseks.

## Siinkohal mõned omadused, mida saad ka positiivsena väljendada

Negatiivne omadus	Selle positiivne väljendus
Fantaasiavaene	Asjalik
Lobisemishimuline	Seltskondlik
Hulljulge	Vapper
Killustatud	Mitmekülgete huvidega
Tülikas	Järjekindel
Pedantne	Täpne
Kangekaelne	Resoluutne, iseseisev, korrektne
Ihne	Majanduslik
Ebareaalne	Fantaasiarikas
Veider	Omapärane
Isekas	Enesekindel
Arg	Ettevaatlik
Tuulepea, mõtlematu	Spontaanne
Lipitsev	Vastutulelik, lahke
Põikpäine	Iseseisev
Uudishimulik	Teadmishimuline
Riikas	Võitlusvalmis, vilgas
Jampsija	Naljatlev
Sekeldaja	Abivalmis
Tähenärija	Põhjalik
Pillav	Suuremeelne
Muutlik	Paindlik
Abitu, teistele toetuv	Meeskonnamängija

- Miks lahkusid eelmisest töökohast?
- Anna lühike ülevaade lahkumise põhjusest ilma endist tööandjat mustamata.
- Isiklikud küsimused laste, perekonnaseisu, tervise, usu, poliitilise kuuluvuse jmt kohta.
- Nendele küsimustele ei pea vastama, kui see tekitab ebamugavust. Vastamata jätmine võib kahjustada sinu võimalusi konkursil esinedes, kui teised neile vastavad ja sina mitte. Püüa anda neile küsimustele vastused, mis seoksid neid tulevase töökohaga.
- Soovitus: päri siiralt, kuidas antud informatsioon võib töökohaga seotud olla, või ütle välja, et ei soovi sellele küsimusele vastata.

### Veel võimalikke küsimusi

- Millal teenisid oma esimese palga?
- Missugust vabatahtlikku tööd tegid kooliajal? Miks? Mis sulle nendest tegevustest kõige enam huvi pakkus?
- Kuidas veedad puhkust? Mida teed nädalalõppudel ning tööst vabadel päevadel?
- Missugused inimesed on sinu jaoks tüütud?
- Kui sa ei pea palga pärast muretsema, siis missuguse töö valiksid?
- Kuidas langetad olulisi otsuseid? Mõttele ka näide.
- Missuguseid tööalaseid olukordi pead raskeks? Miks?

- Mida võiks sinu praegune (eelmine) tööandja teha, et olla edukam?
- Miks eelistad meil töötamist?
- Kas eelistad töötada suures või väikeses firmas? Miks?
- Too näiteid, missuguseid ülesandeid eelistad delegeerida teistele ning missuguseid teeksid pigem ise?
- Võrreldes sinu praeguse tööga, missugused aspektid oleksid uue töö puhul huvitavamad ning missugused vähem huvitavad?
- Mida teeksid, kui kauaaegne sõber saaks oma tööga sinu alluvuses halvasti hakkama?
- Missuguseid riske võtsid eelmises töökohas ning missugused olid tulemused?
- Kas pead kedagi oma ametialaseks iidoliks? Mida oled temalt õppinud?

## **Kandideerija küsimused**

### **Püüa intervjuu kestel saada enda jaoks infot, mis aitab sul leida vastuseid järgmistele küsimustele**

- Kas pakkumine vastab sinu ootustele?
- Kas suudad täita sulle pandud lootusi?
- Kas firma õhkkond on sulle vastuvõetav?
- Kas pakutav palk on võrreldav teiste samalaadsete pakkumistega praeguses turusituatsioonis? Kas see on võrdeline nõutud jõupingutustega?
- Kas sul on võimalik areneda ning kasutada oma potentsiaali nii, nagu soovid?
- Kas pakutav töö garanteerib sulle stabiilse ametialase positsiooni – juhul kui ametialane turvalisus on oluline?

### **Mõtle ka küsimustele, mida sina võid küsida**

#### **Tunne huvi töö sisu vastu:**

- palu kirjeldada töökohaga seotud kohustusi;
- huvitu enesearendamise võimalustest, täiendõppest firmas;
- tunne huvi, kuidas hinnatakse töötajate panust.

### **Mida intervjuerija hindab?**

#### **Vestluse juures**

- Kuidas alustad rääkimist?
- Kuidas oskad kuulata ja keskenduda?
- Kas vastad küsimustele otse või hakkad keerutama?
- Kõnestiil (selgus, loomulikkus, veenvus, olukorraga arvestamine, positiivsus)?
- Silmside olemasolu?

#### **Sinu eesmärgipärasuse ja motiveerituse hindamiseks**

- Kas esitad ka ise küsimusi?
- Kas oled korralikult ette valmistunud?
- Kas näid huvitatuna ning kuidas seda väljendad?
- Kas räägid selgelt oma tulevikukavatsustest?
- Mida ning kuidas räägid eelnevatest töökogemustest, kolleegidest, ülemustest?

- Kas hindad ennast ning olukorda realistlikult?
- Kas hoiad midagi saladuses?
- Milline on sinu keelekasutus? Parasiitsõnad, puterdamine, slängi kasutamine ei jäta sinust head muljet.

## **Palgaläbirääkimised**

Palgaküsimus on kindlasti tööläbirääkimiste juures üks keerulisemaid teemasid. Liiga palju küsides on oht konkurentsist välja langeda. Liiga vähe küsida ei taha ka keegi. Kuidas leida kuldne kesktee?

## **Palgaläbirääkimiste ettevalmistamine**

### **Proovi enda jaoks vastata järgmistele küsimustele**

- Kui palju teenisid seni (arvesta ka kõiki lisatasusid)?
- Kui kõrget palka pakutakse sellel erialal keskmiselt? Vastuse võid saada kutseühingutest, ametiühingust, ajalehtedest-ajakirjadest, internetist jm allikatest.
- Kui palju tahad teenida edaspidi? Siin paku välja palgavahemik.
- Soovitud palgavahemiku alumine ots peab katma sinu igapäevased vajadused (elamiskulud, toit, pere esmased vajadused, laenu, liisingud). Kui palgasoovi ülemine ots on tunduvalt kõrgem, siis millist lisaväärtust on sul tööandjale pakkuda?
- Arvesta ka sellega, et palk ei koosne sageli ainult rahast. Mõtle võimalike lisatasude peale – mõnel erialal töötades võivad mitterahalised lisatasud olla väga olulised, nt ametiauto, bensiinikompensatsioon, telefon, täiendkoolitused jne.
- Kui tegemist on mitmenda kandideerimisega, saad teha väikese analüüsi, millist palka sulle seni on pakutud. Kas kandideerimine ebaõnnestus sinu liiga kõrge palgasoovi tõttu? Kas loobusid ise, kuna tööandja pakkumised ei vastanud sinu ootustele? Millised on olnud tööandja reaktsioonid sinu palgasoovile? Hinda kriitiliselt olukorda ja tee vajadusel korrekture.



## 4.14 Läbirääkimiste strateegia

**Palgaküsimus võta üles võimalikult hilja. Siin on mõned näited läbirääkimiste strateegiast.**

- Sa tead, mida tahad, ning ütled konkreetse summa. Summa määra kindlaks enne läbirääkimisi, aga jäta mänguruumi. Mõtle, milline võib olla sinu jaoks palga alampiir.
- Nimeta palgasoovi vahemik (nt 7000 kuni 10 000 krooni). Tööandja üritab tõenäoliselt alustada madalamast summast. Püüa sellisel juhul kokku leppida palga suurendamine pärast katseaega vms. Selline kokkulepe tuleb kindlasti kirjalikult fikseerida.
- Võta lähtepunktiks enda viimane palk ja anna märku, et soovid olukorra paranemist või vähemalt, et olukord säilib samal tasemel.
- Oota ära tööandja pakkumine ja otsusta siis, kas see on sulle vastuvõetav. See on kõige halvem variant, kuna sellega annad märku, et sa ei tea täpselt, mida tahad. Ole valmis vastama küsimusele, millist palka tulevikus soovid.

*Töö eest tuleb võtta tasu, mida see väärt on.*

### Äraütlemised – kuidas edasi?

Tööotsingute käigus tuleb ette ka äraütlemisi. Ole selleks valmis.

Äraütlemine ei pruugi olla seotud isiklikult sinuga (vt peatükis 1.2 välja toodud töötuse põhjusi).

#### Määravaks võivad saada:

- intervjuerija subjektiivsed eelistused või
- teise kandideerija mõningad isikuomadused, oskused või taust.

**NB!**

**Isiklikud eelistused võivad mõnikord üles kaaluda ka väga head oskused. Seda ei ole otstarbekas isiklikult võtta.**

*Mitte püstijäämine pole tähtis, vaid see, et suudad pärast iga kukkumist uuesti tõusta.*

Võta endale kindel teadmine – iga intervjuu on kasulik kogemus, millest õppida. Kui soovid äraütlemise põhjusi teada saada, võid intervjuerijaga telefonitsi ühendust võtta. Võib juhtuda, et ei olegi konkreetset põhjust, miks nii otsustati. Hoia telefonikõne lühike ja konkreetne. Tööandjat ei ole mõtet hakata enda kasuks ümber veenma. Kui oled vaatamata äraütlemisele jätkuvalt huvitatud selles firmas töötamisest, anna sellest kõne lõpus märku.

Olenevalt olukorrast võid pärast äraütlemist saata ettevõtjale lühikese kirja, milles väljendad oma kahetsust, et sina ei osutunud valituks. Rõhuta, et soovid jätkuvalt leida tööd selles firmas, kui peaks uusi tööpakkumisi tekkima.

## **Tööotsingu 12 käsku**

- Tööotsing võib võtta kaua aega, aga ma tean, et saavutan oma eesmärgi.
- Sobiva töökoha leidmine on vaid aja küsimus.
- Ma õpin ebaõnnestumistest, et veelgi edukamalt kandideerida.
- Annan endast parima ning võtan tööotsingut väljakutsena.
- Olen teadlik oma tugevatest külgedest ja oskustest.
- Tean, et mul on tulevasele tööandjale palju pakkuda.
- Ma jõuan ja suudan minna tööotsingutega lõpuni.
- Vajadusel pöördun karjääriinõustaja poole.
- Kaasan tööotsingusse pereliikmed, sõbrad, tuttavad.
- Leian aega lõõgastumiseks ja energiavarude taastamiseks.
- Usun iseendasse.
- Teen endale tegevusplaani ja jälgin seda.

*Kuigi keegi ei saa minna tagasi ja teistmoodi alustada, võib igaiüks alustada just praegu ja teistmoodi jätkata.*

Pea meeles seda, et kõik, mida sa elus teed, teed endale. Eneseteenimine on enesedistsipliini avaram, ettevõtlikum teisend. Seda läheb vaja siis, kui me küll hetkel ei taha üht või teist teha, kuid meenutame endale, et tegutseda tuleb oma soovide täitumise nimel.

## **Õnnitlen, kui oled saanud eelnevast vajalikke teadmisi ja oled nüüd tööle asumas!**

Järgmisest peatükist leiad vajalikke teadmisi nii töö kaotanud kui ka töötavale inimesele.

### **Kasulikud lingid**

Töötukassa [www.tootukassa.ee](http://www.tootukassa.ee)

Eures (Töövahendus Euroopa Liidus) [www.eures.ee](http://www.eures.ee)

Karjääriplaneerimist toetav veebileht [www.rajaleidja.ee](http://www.rajaleidja.ee)

### **Suuremad tööotsinguportaalid**

[www.cv.ee](http://www.cv.ee)

[www.cvkeskus.ee](http://www.cvkeskus.ee)

[www.cvok.ee](http://www.cvok.ee)

[www.hyppelaud.ee](http://www.hyppelaud.ee)

[www.job.ee](http://www.job.ee)

<http://beta.ekspressjob.ee>



## TÖÖÕIGUSPROBLEEMID

**Selles peatükis saad teadmisi tööõigusest. Need on eriti vajalikud siis, kui hakkad tööandjaga töölepingut sõlmima või kui tekib töölepingu ülesütlamise oht.**

Õeldakse, et seaduste mittetundmine ei vabasta kohustustest. On oluline tunda seadust ning teada oma õigusi ja kohustusi. Paljud sulle tähtsad asjad, näiteks töötasu, töö- ja puhkeaeg jne, fikseeritakse töölepingut sõlmides. Kuidas toimub töölepingu seaduslik lõppemine või ülesütlemine? Võib-olla on sul tunne, et kaotasid oma senise töö ebaseaduslikult või sulle on mingil muul moel tööl ülekohut tehtud? Sellest peatükist saad teada, kuidas toimida või kuhu pöörduda, et õigus jalule seada.

### 5.1 Töötasu

Enne tööleasumist lepi tööandjaga kokku:

- kui palju töö eest tasu saad;
- kuidas töötasu arvutatakse;
- kuidas ja millal makstakse;
- millal on palgapäev.

**NB!**

**Veendu, et olulised tingimused on töölepingus kirjas.**

**Töölepingu kirjalikus dokumendis peavad sisalduma vähemalt järgmised andmed:**

1. tööandja ja töötaja nimi, isiku- või registrikood, elu- või asukoht;
2. töölepingu sõlmimise ja töötaja tööle asumise aeg;
3. tööülesannete kirjeldus;

4. ametinimetus, kui sellega kaasneb õiguslik tagajärg;
5. töö eest makstav tasu, milles on kokku lepitud (töötasu), sealhulgas majandustulemustelt ja tehingutelt makstav tasu, töötasu arvutamise viis, maksmise kord ning sissenõutavaks muutmise aeg (palgapäev), samuti tööandja makstavad ja kinnipeetavad maksud ja maksed;
6. muud hüved, kui nendes on kokku lepitud;
7. aeg, millal töötaja täidab kokkulepitud tööülesandeid (tööaeg);
8. töö tegemise koht;
9. puhkuse kestus;
10. viide töölepingu ülesütleamise etteteatamise tähtaegadele või töölepingu ülesütleamise etteteatamise tähtajale;
11. tööandja kehtestatud reeglid töökorraldusele;

### **Tasub teada!**

Praegu kehtivaks töötasu alammääraks tunnis on 27 krooni ja töötasu alammääraks täistööajaga töötamise korral kuus on 4350 krooni.

Kuidas toimub palgaarvestus, sellest annab ülevaate palgakalkulaator (näiteks internetis [www.kalkulaator.ee](http://www.kalkulaator.ee)).

### **Näide sellest, kui palju saad raha realselt kätte, kui oled miinimumpalgaga (4350 krooni kuus) tööle vormistatud.**

#### **Töötaja:**

Brutopalk 4350 kr

Töötuskindlustus (2,8%) 122 kr

Pensionikindlustus (2%) 87 kr

Tulumaksuvaba miinimum 2250 kr

Tulumaks (21%) 397 kr

Netopalk (töötaja saab kätte) 3744 kr

Keskmine brutokuupalk oli 2009. aasta IV kvartalis 12 259 krooni ja brutotunnipalk 74,25 krooni (statistikaamet).

#### **Ettevõtte:**

Palgafond 5847 kr

Sotsiaalkindlustus (33%) 1436 kr

Töötuskindlustus (1,4%) 61 kr

Ettevõtte kuludeks on 5847 kr

#### **Mida sa veel pead teadma?**

- Valitsuse kehtestatud töötasu alammäärast madalamat töötasu ei tohi töötajale maksta.
- Peale töötasu võivad pooled kokku leppida, et tööandja annab töötajale muid hüvesid, näiteks kompensatsioon oma sõiduauto või mobiiltelefoni kasutamise eest vms.
- Töötajal on õigus nõuda kokkulepitud hüvesid.
- Kui tööandja ei ole lepingujärgsel kuupäeval palka välja maksnud, siis on tegemist töötasu maksmisega viivitamisega.
- Viivise maksmisel on aluseks võlaõigusseaduses viivise kohta sätestatu.
- Ületunnitöö hüvitamisel rahas maksab tööandja töötajale 1,5-kordset töötasu.
- Töö eest öösel (kella 22.00–06.00) maksab tööandja töötajale 1,25-kordset töötasu. Pooled võivad kokku leppida, et töötasu sisaldab ööajal töötamise eest. Kui töötaja saab töötasu alammääras, ei sisalda see tasu ööajal töötamise eest.

- Kui tööaeg langeb riigipühale, maksab tööandja töö eest 2-kordset töötasu.
- Ületunnitöö, öötöö ja riigipühal tehtava töö võib kokkuleppel töötajaga hüvitada vabas ajas.
- Kui tööandja ei saa majandusraskustest tulenevalt anda töötajale kokkulepitud tööd, võib ta töötasu vähendada.
- Töötasu võib vähendada mõistliku ulatuseni, kuid mitte alla töötasu alammäära.
- Töötasu võib vähendada kuni kolmeks kuuks 12 kuu jooksul.
- Enne töötasu vähendamist on tööandjal kohustus pakkuda töötajale teist tööd.
- Töötajal on õigus keelduda töö tegemisest võrdeliselt sellega, kui palju tööandja tema töötasu vähendab. Näiteks töötasu vähendamisel 40% ulatuses tuleb sama palju piirata ka töötaja töömahtu.
- Kui töötaja ei nõustu töötasu vähendamisega, on tal õigus tööleping üles öelda. Töölepingu lõpetamise avalduse annab töötaja hiljemalt 5 tööpäeva pärast seda, kui ta sai teada töötasu vähendamisest. Töölepingu lõppemisel makstakse töötajale samu hüvitisi nagu koondamisel.

Tööd otsides pead eelnevalt mõtlema, kui suur on see summa, millega sa oleksid nõus antud tööd tegema ja millega toime tuled. (Vt peatükk 6, „Majanduslik toimetulek“.)

## 5.2 Tööaeg ja puhkus

*On aeg tööks ja puhkuseks. Kui sa need kaks pidevalt segamini ajad, siis töö enam ei tooda ja puhkus ei taasta.*

Töötaja tööaja üldine riiklik norm on 8 tundi päevas ehk 40 tundi nädalas.

Töölepinguseaduse järgi eeldatakse, et töötaja iga-aastane põhipuhkus on 28 kalendripäeva, juhul kui töötaja ja tööandja ei ole leppinud kokku pikemas põhipuhkuses või kui seadus ei sätesta teisiti.

### 7 põhireeglit

1. Põhipuhkust antakse töötatud aja eest.
2. Põhipuhkus tuleb kasutada ära kalendriaasta jooksul.
3. Põhipuhkust antakse osadena üksnes poolte kokkuleppel. Vähemalt 14 kalendripäeva puhkust peab töötaja kasutama järjest.
4. Tööandjal on õigus keelduda põhipuhkuse jagamisest lühemaks kui seitsmepäevaseks osaks.
5. Kasutamata puhkuseosa viiakse üle järgmisesse kalendriaastasse.
6. Põhipuhkuse nõue aegub ühe aasta jooksul arvates selle kalendriaasta lõppemisest, mille eest puhkust arvestatakse.
7. Aegumine peatub ajaks, kui töötaja kasutab rasedus- ja sünnituspuhkust, lapsendaja puhkust ning lapsehoolduspuhkust, samuti kui töötaja on ajateenistuses või asendusteenistuses.

Töötajal, kes on esimesel tööaastal töötanud vähemalt kuus kuud, on õigus saada puhkust võrdeliselt töötatud kuude arvuga. See tähendab, et pool aastat pärast tööle asumist on õigus välja võtta pool ette nähtud puhkusest.



Töötatud ajast sõltumata on õigus kogu puhkusele alaealisel töötajal, naisel enne või pärast rasedus- ja sünnituspuhkust ja tööga seotud tervisekahjustuse järgselt töövõime osaliselt kaotanud töötajal.

**Töötaja soovitud ajal on tööandja kohustatud andma puhkust:**

1. naisele vahetult enne ja pärast rasedus- ja sünnituspuhkust või vahetult pärast lapsehoolduspuhkust;
  2. mehele vahetult pärast lapsehoolduspuhkust või naise rasedus- ja sünnituspuhkuse ajal;
  3. vanemale, kes kasvatab kuni 7-aastast last;
  4. lapse koolivaheajal vanemale, kes kasvatab 7-10-aastast last;
  5. alaealisele;
  6. tööga seotud tervisekahjustuse järgselt töövõime osaliselt kaotanud töötajale.
- Puhkusetasu makstakse hiljemalt eelviimasel tööpäeval enne puhkuse algust, kui tööandja ja töötaja ei ole leppinud kokku teisiti.

Puhkusetasu arvutamine: 6 eelneva kuu töötasu summa jagatakse kalendripäevade arvuga (ei arvestata riiklike pühade päevi) ja saadakse 1 päeva raha, mis korrutatakse puhkusepäevade arvuga.

Töölepingu lõppemisel on tööandja kohustatud kasutamata jäänud aegumata põhi- puhkuse töötajale rahas hüvitama.

Enne töölepinguseaduse (01.07.2009) jõustumist väljatöötatud kasutamata põhi- ja lisapuhkuse hüvitab tööandja töölepingu lõppemisel, kuid kokku mitte rohkem kui nelja aasta kasutamata jäänud puhkuse eest.

### 5.3 Töötaja vastutus

#### **Ole teadlik!**

Uus töölepingu seadus tõi kaasa töötaja kahju hüvitamise kohustuse ehk varalise vastutuse põhimõtted.

#### **Töötaja vastutab igasuguse kahju eest**

Otseseks kahjuks on vara kaotaminekust, hävimisest või kahjustumisest tingitud kahju, samuti kulud, mida kahjustatud pool peab kandma seoses kahju tekitamisega. Samas nii mõnelgi juhul on kas kohustuse või töö iseloomust tulenevalt ainsaks või põhiliseks tööandjal tekkivaks kahjuks saamata jäänud tulu.

#### **Töötaja süüline vastutus**

Uues töölepingu seaduses on säilinud töötaja süüline vastutuse põhimõte, st selleks et töötaja vastutaks kohustuse rikkumise eest ning tööandja saaks kohaldada õiguskaitsevahendeid, sealhulgas nõuda kahju hüvitamist või öelda tööleping üles, peab töötaja olema töökohustusi kas hooletult täitnud või tahtlikult täitmata jätnud.

#### **Nõuanne**

Tea täpselt oma tööülesandeid ja kohustusi ning täida neid hoolikalt, siis puudub tööandjal õigus kahjude tekkimise korral sinult hüvitist nõuda või tööleping üles öelda.

#### **Kahju sissenõudmine töötajalt**

#### **Jäta meelde!**

**Kui tööandja on teada saanud sinu tekitatud kahjust ja ta ei ole ühe aasta jooksul sinule nõuet esitanud, siis hiljem puudub tal selleks õigus. Kui kahju tekkimisest on möödunud kolm aastat, kaotab tööandja õiguse kahjunõude esitamiseks.**

### 5.4 Töölepingu lõppemine või ülesütlemine

Töösuhteid reguleerib töölepinguseadus.

#### **Ole teadlik töölepingu lõppemise korrast**

- Pooled võivad nii tähtajalise kui tähtajatu töölepingu igal ajal kokkuleppel lõpetada.

- Tähtajaline tööleping lõpeb tähtaja möödumisel.
- Töölepingust on keelatud taganeda.

### **Sinu kolm õigust**

- Tööandja ei tohi sundida lahkumisavaldust kirjutama.
- Kirjuta lahkumisavaldus ainult siis, kui tõesti ise seda soovid.
- Töölepingu lõpetamiseks on alati vaja selget põhjust.

### **Ole teadlik töölepingu ülesütlemise korrast**

- Tööandja ja töötaja võib tähtajalise ja tähtajatu töölepingu üles öelda neljakuulise katseaja jooksul töötaja tööle asumise päevast arvates.
- Töölepingu võib katseajal üles öelda vähemalt 15-kalendripäevase etteteatamistähtajaga.

### **Koondamine on ka töölepingu erakorraline ülesütlemine:**

1. tööandja tegevuse lõppemisel;
2. tööandja pankroti väljakuulutamisel või pankrotimenetluse lõpetamisel ning pankrotti välja kuulutamata raugemise tõttu.

### **Töötaja võib töölepingu erakorraliselt üles öelda tööandjapoolse kohustuse olulise rikkumise tõttu eelkõige siis, kui:**

1. tööandja on kohelnud töötajat ebaväärikalt või ähvardanud sellega või lubanud seda teha kaastöötajatel või kolmandatel isikutel;
2. tööandja on oluliselt viivitanud töötasu maksmisega;
3. töö jätkamine on seotud reaalse ohuga töötaja elule, tervisele, kõlbelisusele või heale nimele.

### **Tööandja ei või töölepingut üles öelda põhjusel, kui:**

1. töötaja on rase või töötajal on õigus saada rasedus- ja sünnituspuhkust;
2. töötaja täidab olulisi perekondlikke kohustusi;
3. töötaja ei tule lühiajaliselt toime tööülesannete täitmisega terviseseisundi tõttu;
4. töötaja esindab seaduses sätestatud alusel teisi töötajaid;
5. täistööajaga töötaja ei soovi jätkata töötamist osalise tööajaga või osalise tööajaga töötaja ei soovi jätkata töötamist täistööajaga;
6. töötaja on ajateenistuses või asendusteenistuses.

**Tööandja peab ülesütlemist põhjendama. Töötaja peab põhjendama erakorralist ülesütlemist. Ülesütlemist peab põhjendama kirjalikku taasesitamist võimaldavas vormis.**

### **Erakorralisest ülesütlemisest peab tööandja töötajale ette teatama, kui töötaja töösuhe tööandja juures on kestnud:**

1. alla ühe tööaasta – vähemalt 15 kalendripäeva;
2. üks kuni viis tööaastat – vähemalt 30 kalendripäeva;
3. viis kuni kümme tööaastat – vähemalt 60 kalendripäeva;
4. kümme ja enam tööaastat – vähemalt 90 kalendripäeva.

**Korralisest ülesütlemisest peab töötaja tööandjale ette teatama vähemalt 30 kalendripäeva.**

**NB!**

**Töölepinguseadus annab täpse ülevaate töölepingu sõlmimisest, töötaja ja tööandja kohustustest, samuti töötasust ning selle maksimisest, töö- ja puhkeajast ja paljust muust.**

### **Mida mõista n-ö mustalt töötamise all?**

Tavaliselt puudub sel juhul kirjalik tööleping, palka makstakse sularahas ja riigimakse ei maksta. Õigem on seega öelda, et tegemist on deklareerimata töösuhtega, kus pooltevahelised kokkulepped on justkui kriidiga jääle kirjutatud.

### **Miks on lepinguta töötamine halb?**

Kui tööleasumisel on tööleping jäänud kirjalikult vormistamata, tuleks sul seda siiski järjekindlalt nõuda. Vastasel juhul jääd ilma seadusega ette nähtud sotsiaalsetest garantiidest:

- puudub ravikindlustus;
- töötatud aeg ei anna pensionikindlustuse staaži, sest töötasult ei ole makstud sotsiaalmaksu;
- võid oodatavast palgast osaliselt või täielikult ilma jääda, sest töösuhte olemasolu ja kokkulepitud palga suuruse tõendamise on raskendatud;
- sulle võidakse töökoht suvalisel hetkel üles öelda etteteatamistähtaega järgimata, hüvitist ja puhkusehüvitist maksmata;
- töötukassast ei saa sa töötuskindlustushüvitist ega töötutoetust;
- riigi poolt vaadates jäävad planeeritud maksud laekumata.

### **Kuhu saad pöörduda või mida ette võtta, kui oled n-ö mustalt tööle läinud ega saa oma palka kätte?**

Kui teed teisele isikule tööd, mille tegemist võib oodata üksnes tasu eest, eeldatakse, et tegemist on töölepinguga. Seega tuleb palgast ilma jäänud töötajal pöörduda asukohajärgsesse töövaidluskomisjoni või kohtusse, kus esmalt tuleb nõuda pooltevahelise töösuhte olemasolu tunnistamist. Et väidetav tööandja ei teeks suuri silmi ega kuulutaks, et näeb sind esimest korda, tuleb hoolikalt läbi mõelda, kuidas oma tegelikku töötamist tõendada.

Vaidlus võib tekkida ka palga suuruse üle: sina kinnitad üht, tööandja aga soostub ainult alampalka tunnistama. Kokkulepitud töötasu nõudes tuleb lähtuda sättest, et kui töötasu suurust ei ole kokku lepitud või kokkulepet ei suudeta tõendada (puudub kirjalik dokument), on töötasu suuruseks sarnase töö eest sarnastel asjaoludel makstav tasu.

Musta palga saajad võivad pöörduda ka maksuameti töötajate poole, edastades neile teavet seadust rikkuvatest tööandjatest.

Vastavalt uuele töölepinguseadusele peab tööandja lisaks töölepingu sõlmimisele töötajale kirjalikus dokumendis teatavaks tegema ka töötingimused – sa võid seda igal ajal nõuda. Kui tööandja kahe nädala jooksul nõudmist ei täida, on sul võimalik vastavasisulise kaebusega pöörduda tööinspektori poole. Kui kontrollimisel tööandja oma seaduskuulekat käitumist tõendada ei suuda, võib tema suhtes järgneda väärteomenetlus.

### **Ole teadlik!**

Maksude maksmine on inimeste valitud kokkulepe, mis võimaldab riigil toimida ja tagab kodanikele sotsiaalsed garantiid. Iga maksmata jäetud kroon tähendab vähem riiklikke teenuseid, vähem riigi tuge nõrgematele, vähem arstiabi, vähem haridust – vähem seda, milleks üldse riiki vaja on.

## **5.5 Kui sa tunned, et sulle on tehtud liiga**

Igasugune töölepingu muutmine ja lõpetamine peab toimuma kooskõlas kehtivate seadustega. Seetõttu tuleb oma õigusi ja kohustusi teada. Kui tunned, et ei tea, kuidas käituda, küsi nõu tööinspeksiooni juristidelt. Kontaktid ja infotelefoni leiad aadressilt [www.ti.ee](http://www.ti.ee).

Infotelefonis vastab jurist töölepingut, töö- ja puhkeaega, puhkust, palka ja töökeskkonna ohutust, samuti kollektiivseid töösuhteid puudutavatele küsimustele.

### **NB!**

**Infotelefonis ei vastata ega anta lahendusi töösuhetes tekkinud lahk-  
arvamustele.**

Keerulisemates küsimustes ja pikemat selgitust vajavatel helistajatel soovitatakse pöörduda kohalikku inspeksiooni.

Tallinna ettevõtlusameti tööõigusala nõustaja võtab tööpäeviti vastu linnavalitsuse teenindussaalil aadressil Vabaduse väljak 7. Seal vastatakse sinu küsimustele kohapeal või meili teel. Vajadusel annab nõustaja suunamiskirja sihtasutusse Õigusteenuste Büroo. Sealt saab abi peamiselt töövaidluste ja hagiavalduste koostamiseks ning teenus on sulle tasuta.

### **Soovitused infotelefonile helistajale või nõustaja juurde pöördujale**

1. Tee enne helistamist endale selgeks küsimus, millele soovid vastust.
2. Püüa helistamisel sõnastada küsimus võimalikult arusaadavalt.
3. Küsi üks küsimus korraga ja kuula ära vastus.
4. Kuula ära vastaja täpsustavad küsimused.
5. Küsi ainult seda, mida tõepoolest on vaja teada saada.
6. Väldi helistamist kellegi palvel ehk soovita tal endal helistada.
7. Väldi probleemiga seotud pikka taustaselgitust, et anda võimalus ka teistel küsida.
8. Ära lasku vastajaga diskussiooni.

## Kui sinu õigusi rikutakse

### Pöördu töövaidluskomisjoni

Tundes, et tööandja teeb sulle töölepingu muutmise või lõpetamisega liiga, tuleb oma õiguste kaitseks pöörduda töövaidluskomisjoni (TVK). Tekkinud olukorda, kus töötaja ja tööandja vahel on seaduste või aktide kohaldamisel tekkinud lahkarvamus, nimetatakse töövaidluseks.

### Vaidluse aluseks on avaldus

Olles veendunud, et tööandja rikub töötaja õigusi, on töötajal õigus pöörduda TVK-sse. Selleks tuleb esitada töökohajärgsesse TVK-sse kahes eksemplaris kirjalik avaldus.

### Avaldust esitades peab kindlasti arvestama ka esitamise tähtaegu.

Need on vaidluse iseloomu arvestades erinevad.

- Üldine esitamise tähtaeg on 4 kuud.
- Kui töötaja tunneb, et tema õigusi on töölepingu lõpetamisel rikutud, tuleb vaidlustamisnõuet esitada 1 kuu jooksul.
- Kui vaidlus puudutab palga maksmise nõuet, on esitamise tähtaeg 3 aastat.

Nimetatud tähtaegade arvestamine algab järgmisest päevast, mil töösuhte pool sai teada või pidi saada teada oma õiguste rikkumisest.

### Väike spikker

- Kui on küsimusi, helista tööinspektsiooni infotelefonile.
- Enne helistamist sõnasta küsimused selgelt ja võimalikult täpselt. Kuula tähelepanelikult vastuseid ja vasta esitatavatele küsimustele.
- Pikemat selgitust nõudvate küsimuste korral pöördu tööinspektsiooni juristi poole.
- Kui sinu õigusi rikutakse, pöördu töövaidluskomisjoni. Selleks esita avaldus, kandes sinna nõutud andmed.
- Arvesta avalduse esitamise tähtaegu.

## 5.6 Koondamishüvitis

### NB!

**Kui sinu töölepingu lõpetamise põhjuseks on koondamine, siis on oluline teada, kas ka sinul on õigus koondamishüvitisele ja kui suure summaga on tegemist. Seda raha tasuks säästa, sest pole teada, millal on järgmine palgapäev.**

### Kellel on õigus koondamishüvitisele?

Õigus saada kindlustushüvitist koondamise korral on töötajal või avalikul teenistujal, kelle töö- või teenistussuhe tööandjaga on kestnud vähemalt viis aastat.



Kindlustushüvitist koondamise korral on õigus saada ka vanaduspensionäridel.

### **Koondamishüvitise suurus**

Kindlustushüvitist makstakse koondamise korral töötajale või avalikule teenistujale, kelle töö- või teenistussuhe selle tööandja juures on kestnud:

1. viis kuni kümme aastat – ühe kuu keskmise töötasu või palga ulatuses;
2. üle kümne aasta – kahe kuu keskmise töötasu või palga ulatuses.

### **Koondamishüvitise taotlemine**

Sina ise koondamishüvitist taotlema ei pea, seda on kohustatud tegema tööandja, kes esitab töötukassale vormikohase avalduse viie kalendripäeva jooksul töö- või teenistussuhte lõppemisest arvates.

### **Koondamishüvitise määramine ja maksmine**

Töötukassa vaatab tööandja avalduse läbi ja teeb otsuse kindlustushüvitise määramiseks koondamise korral üldjuhul 14 kalendripäeva jooksul avalduse vastuvõtmise päevast arvates. Hüvitis makstakse hiljemalt viiendal kalendripäeval arvates otsuse tegemisest töötaja või avaliku teenistuja pangakontole.

## **5.7 Töötuskindlustushüvitis**

Töötuskindlustushüvitise taotlemiseks tuleb pöörduda töötukassa elukohajärgsesse osakonda (vt peatükk 3).

Sa ei oma õigust saada töötuskindlustushüvitist, kui oled viimaselt töö- või teenistuskohalt lahkunud järgmistel põhjustel.

- Enda algatusel (omal soovil), välja arvatud juhul, kui lahkusid seetõttu, et tööandja rikkus lepingutingimusi või muutis tootmis- või töökorraldust. Samuti on sul õigus saada hüvitist, kui töövaidluskomisjon tunnistas sinu töölepingu lõpetamise ebaseaduslikuks ja märkis töösuhte lõpetamise põhjuseks omal soovil lahkumise.
- Kokkuleppel tööandjaga (poolte kokkuleppel).
- Töö- või teenistuskohustuste rikkumise, usalduse kaotamise, vääritud või korruptiivse teo tõttu.

#### **Soovitus**

**Kaalu hoolega, enne kui teed töölt lahkumise otsuse!**



## MAJANDUSLIK TOIMETULEK

Selles peatükis saad teadmisi, kuidas käituda olukorras, kui sissetulekud on ootamatult jäänud senisest märgatavalt kasinamaks. Võib-olla tuleb sul läbi ajada:

- töötuskindlustushüvitise,
- töötutoetuse või
- koguni ainult toimetulekutoetuse ja peretoetustega.

Kui oled nutikas, siis arvatavasti on sul kogutud sääste. Esmalt teegi endale selgeks:

- kui palju oled sa suutnud kõrvale panna,
- kui kauaks sellest jätkub.

Kas sinu säästudest piisab üheks päevaks, üheks kuuks, üheks aastaks? Kui su säästud just väga suured ei ole, siis hakka kindlasti tähelepanelikult jälgima, kui palju ja millele sa oma raha kulutad.

Siin kehtib samuti reegel: hakka tegutsema, pidades silmas lõppeesmärki! Sinu eesmärk võib olla näiteks:

- „Tulen toime ilma võlgadeta” või
- „Säästan ka raskel ajal” või
- „Võimaldan kõik vajaliku oma lapse normaalseks arenguks”...

Igäühel meist on oma eemärgid, mis on südamelähedased ja panevad meid tegutsema. See aga tähendab oma sissetulekute ja väljaminekute järjepidevat kontrolli all hoidmist.

### Soovitus

**Koosta endale eelarve, et näeksid, kuhu kulutad, ja teaksid, kust saaks kokku hoida. Nii toimides välistad tarbetu kulutamise.**

## 6.1 Abiks isikliku eelarve koostamisel

**Igakuise eelarve koostamine on esimene ja olulisim viis saada oma kulutustest ülevaade ning hoida raha kontrolli all.**

Nii saad teada:

- kuidas mõjutavad eelarvet planeerimata ostud;
- kui palju varieeruvad regulaarsed igakuised väljaminekud.

Kui kuu lõpus pitsitab rahapuudus, on kirja pandud tuludest ja kuludest hea vaadata, missuguste väljaminekute pealt on võimalik kokku hoida. Nii toimides ennetad makseraskustesse jäämist.

Eelarvet koostataksegi enamjaolt ühe kuu lõikes, kuid pikemaajalised planeeringud hõlbustavad näiteks säästmist. Internetiaadressilt [www.volanoustaja.ee](http://www.volanoustaja.ee) leiad näitliku eelarvetabeli.

### Pööra tähelepanu järgnevale

1. Järjesta oma väljaminekud tähtsuse järjekorras, seades alati esikohale kulud eluasele (üür või laen, kommunaalmaksud, telefon, internet jne), söögile ja olemasolevatele muudele rahalistele kohustustele näiteks panga ees. Nõnda väldid võimalikeks jäämist ja omad selget ülevaadet, milliste ebaolulisemate kulutuste pealt on rahanappuse korral võimalik kokku hoida.
2. Jäta ostutšekid ja makstud arved alles – saad igakuistest kulutustest detailsema ülevaate.
3. Kas ja kui palju sääste nõuavad sinu pikema- ja lühemaajalised eesmärgid? Kas tulevik näeb ette suuremaid väljaminekuid nagu autokool, uue külmkapi ost vms?
4. Kulutustest üle jäänud raha ei tohiks mõtlematult raisata. Parem on panna see kõrvale ettenägematuteks väljaminekuteks nagu hambaarst, autoremont või arvutipa-randus.
5. Kahjuks tuleb alati ja eriti majanduslanguse ajal ette olukordi, kus sissetulekud võivad kiiresti ja ootamatult väheneda. Pole välistatud isegi töökoha kaotus, mis võib tähendada pikki otsinguid uue töökoha leidmiseks. Kogutud säästud aitavad olukorda leevendada.

## 6.2 18 lihtsat soovitusi igapäevaseks säästmiseks

Siin on mõned säästunipid, mille järgimine ei nõua palju vaeva, kuid tulemused on märkimisväärsed. Igapäev saab nendest endale vastuvõetavad kokkuhoiuvõimalused leida.

*Kui sul on kannatlikkust alustada vähesest, saad palju üle rõõmu tunda.*

1. Alusta säästmist kas või kümne krooni kaupa, kuid tee seda regulaarselt. Kui oled juba väiksema summa säästmiseks harjunud, suurenda säästmiseks mõeldud summat.

2. Kanna säästmiseks mõeldud summa kohe pärast sissetuleku laekumist spetsiaalselt kogumiseks mõeldud kontole. Säästu suurus peaks olema vähemalt paari-kolme kuu kulutuste katteks. Eesmärgiks on säästa pool sissetulekust, et pidada vajadusel vastu kuni aasta ehk uue töö leidmiseni.
3. Kas sul on ülevaade oma väljaminekute kohta? Korja ostutšekke ning jälgi ja analüüsi kriitiliselt, mille peale kulutad.
4. Pea meeles, et kümme krooni päevas mõttetut pisikulu teeb aastas 3650 krooni.
5. Elektriradiaatoritele tasub panna taimerid, mis need välja või vähemale kütterežiimile lülitaks, kui sind ennast kodus pole või kui teises toas magad.
6. Sule keedunõud alati kaanega, sest see vähendab energiakadu kuni neli korda ja kiirendab toidu valmimisaega viiendiku võrra.
7. Ära pese pesu ja nõusid voolava vee all, nii kulub vett kaks-kolm liitrit minutis.
8. Eelista vannile dušši.
9. Hinda oma kodust internetikasutust. Kui see piirdub vaid uudiste lugemise ning netipangaga, pole mõtet matta raha kallisse ühendusse. Asenda see odavamaga.
10. Võrdle erinevate mobiilioperaatorite hindu ning võimalusel vaheta teenusepakkuja odavamaks vastu.
11. Vaata üle ka muud regulaarsed kulutused, mis ei ole eluks vajalikud ning mida on võimalik lõpetada – ajalehtede/ajakirjade otsekorraldused jms.
12. Enne poodi minekut mõtle läbi või kirjuta üles, mida osta tahad. Siis kulub vähem aega ning väldid juhuoste.
13. Osta ainult seda, millela sa läbi ei saa.
14. Jälgi reklaame ja hinnavõrdlusi ning kindlasti külasta soodusmüüke. Vahel tasub käia veidi kaugemal poes või turul.
15. Väldi pakendatud ja valmistoitu, kuna see on kallim. Osta odavamalt ja piirdu vaid kogusega, mis on inimesele energia saamiseks tarvis.
16. Pakendid maksavad samuti – võimalusel osta nt majapidamisvahendeid suurtes pakkides.
17. Kasuta liiklemiseks ühistransporti, mis võimaldab kokku hoida igakuiseid väljaminekuid, ning ka auto on võimalik maha müüa.
18. Loobu halbade harjumustest nagu suitsetamine ja alkoholi tarbimine – peale rahalise võidu on see ka tervisele kasulik.

*Kannatlikkus on halva maitsega taim, mis kannab suurepäraseid vilju.  
Saksa vanasõna*

## 6.3 Kolimine odavamale elamispinnale

Eluasemele tehtavad kulutused (üür, laenu, ja kommunaalmaksud jms) moodustavad tihti pere igakuisest eelarvest olulise osa. Nende kuludega targasti ümber käies on võimalik säästa iga kuu tuhandeid kroone.

### 5 võimalust, kuidas vähendada elamispinna kulusid

#### 1. Koli väiksemale elamispinnale

- a. Juhul kui oled korteriomanik, rendi korter välja ja koli võimalusel ise odavamasse

üürikorterisse (väljarenditud korteri eest saadav tulu peab olema suurem kui üür, mida uues korteris ise maksad). Niiviisi tegutsedes säästad osa üüri rahast. Jälgi ka kommunaalkulusid, sest need võivad korterite lõikes väga suuresti erineda.

b. Juhul kui elad üürikorteris, siis

- räägi üüri hinna teemal korteriomanikuga läbi – võimalik, et tänast turuolukorda arvestades õnnestub välja kaubelda parem hind;
- püüa kolida väiksema üüri korterisse ning sealjuures jälgi, et kommunaalkulud oleksid uues korteris väiksemad.

Näiteks: 3-toaline (75 m<sup>2</sup>) korter on võimalik asendada veidi pisema 3-toalisega (50 m<sup>2</sup>) või isegi 2-toalisega (35 m<sup>2</sup>); 2-toaline (35 m<sup>2</sup>) on võimalik asendada 1-toaliga (25 m<sup>2</sup>).

c. Kui oled üürnik ja sul on olemas omafinantseering või sobilik lisatagatis, kaalu elamispinna ostu, sest hetkel on kinnisvara hinnad langusfaasis.

## **2. Koli soodsamasse elurajooni**

Sarnases seisukorras korterite üürihinnad kõiguvad vastavalt rajoonile mitme tuhande krooni ulatuses. Näiteks Tallinna kesklinnaga piirnevad elurajoonid nagu Kristiine, Tondi, Sikupilli jne saab vahetada Lasnamäe või Mustamäe vastu. Kaaluda võiks ka linnast linnalähedasse asumisse kolimist, nt Tallinnast Maardusse või Laagrisse. Oluline on jälgida, et sääst eluasemekuludelt oleks suurem kui lisanduv transpordikulu.

## **3. Koli vanemat tüüpi elamispinnalt uuemasse**

Ehitise parem seisukord võimaldab enamasti kokku hoida nii remondi- kui ka kommunaalkulude arvelt. Heas korras katus ja hästisoojustatud seinad mõjutavad oluliselt küttekulusid.

## **4. Koli sõprade või sugulastega kokku suurema elamispinna peale.**

## **5. Pea valikute tegemisel silmas ka pisiasju – eelista dušši vannile, gaasikutega kortereid elektriküttele (elektriboiler, pliit, radiaatorid).**

# **6.4 Enneta makseraskustesse jäämist**

## **Nelja sammuga võlast vabaks**

- Kuluta ainult raha, mis on igakuisest kulude mahaarvamisest alles jäänud. Raskel ajal pole otstarbekas elada raha eest, mida pole veel välja teenitud (krediitkaardid, järelmaksud jms).
- Kui sul on krediitkaardivõlg, siis targad tegutsemisviisid on:
- maksa võlg osadena tagasi, pikendades maksmise tähtaega, ja seejärel lõpeta kaardi leping;
- võimalusel maksa kaardilt kasutatud summa korraga tagasi ja lõpeta kohe kaardi leping.
- Kokku saad hoida mugavuse ja meelelahutuse, aga ka pahede arvelt. Lisaks vaata kinnisvaraturul ringi eesmärgiga kolida soodsamale elamispinnale.
- Kui mõni kuu pole raha igakuise laenusumma terviklikuks tasumiseks, proovi tasuda kas või osa võlgnevusest ning informeeri sellest kindlasti pank. Kui tekivad makseraskused, on halvim käitumismudel püüda võlgade eest põgeneda (finants- ja muude asutuste kõnede ja kirjade eiramine). Selline teguviis toob kaasa intresside kuhjumise, viivised, leppetrahid jne.

### Nõuanne!

**Külasta võlanõustajat! Võlanõustamine on sulle tasuta teenus. Tallinnas osutab seda Tallinna sotsiaaltöö keskus järgmistel aadressidel: Kauge 4, Tuulemaa 6 ja Akadeemia tee 34. Võlanõustaja on ka Tallinna linnavalitsuse infosaaits, tarbijakaitse infopunktis (Vabaduse väljak 7). (Igaks juhuks kontrolli üle, kas teenuse osutamine toimub samadel alustel, sest raamatu trükkimine kust võib olla tekkinud muudatusi.)**

Parim lahendus: mõelda läbi oma rahalised võimalused (tulude ja kulude analüüs) ning teha endale selgeks olukorra tõsidus.

## TULUD

<b>Tululiik</b>	<b>Summa</b>
Netopalk 1	
Netopalk 2	
Lisatasu	
Kompensatsioonid	
Komandeeringutasud	
Lastetoetused	
Elatis	
Vanemapalk	
Pension	
Töötuskindlustus	
Töötubiraha	
Toimetulekutoetus	
Muud sotsiaaltoetused	
Tulud investeeringutelt	
Renditulu	
Muud tulud	
<b>KOKKU</b>	

Pane kirja kõik kuu jooksul laekuvad sissetulekud. Siis näed, kui suurte kulutustega saad arvestada.

Kulude reale kannu kõik kuu jooksul tehtavad väljaminekud tähtsuse järjekorras: esikohale sea kulud eluasemele (üür või laen, kommunaalmaksud, telefon, internet jne), söögile ja olemasolevatele muudele rahalistele kohustustele näiteks panga ees. Nõnda väldid võlglasteks jäämist ja omad selget ülevaadet, milliste ebaolulisemate kulutuste pealt on rahanappuse korral võimalik kokku hoida.

## KULUD

### MAJAPIDAMISKULUD

Üür  
Elekter  
Gaas  
Küte  
Vesi  
Prügivedu  
Muud kommunaalkulud  
Telefon, internet, TV  
  
Mobiiltelefon  
Majapidamistarbed  
Valveteenused  
  
Puhastusteenused  
Kodu ja aia hooldamine  
Sisustus  
Ajakirjad, ajalehed  
Muu

### TRANSPORT

Kaskokindlustus  
Liikluskindlustus  
Parkimine  
Kütus  
Autoremont ja -hooldus  
Ühistransport

Eelmise perioodi jääk:

### JÄÄK:

Tubli, oled suutnud säästa! Säästetud osa kogutulust on: .....

### ISIKLIKUD KULUD SÖÖK JA JOOK

Riided  
Jalanõud  
Juuksur  
Iluteenused  
Terviseteenused  
Muu

Toiduained  
Tööpäeva lõunad  
Muu väljas einestamine  
Alkohol  
Tubakatooted

### LAPSED

Lapsehoidja  
Lasteaiatasu  
Õppemaks  
Trenn, huviring

Kooliasjad  
Koolitoit  
Riided  
Mänguasjad,  
Taskuraha

### HARIDUS JA VABA AEG

Õppemaks  
Raamatud,  
muusika, filmid  
Meelelahutusüritused  
Reisimine  
Sport  
Hobid  
Muu

Tulud kokku:

### FINANTSTEENUSED

Õppelaen  
Eluasemelaen  
Tarbimislaenud  
Järelmaksud  
Krediitkaardi  
tagasimaksed  
Elukindlustus  
Kodukindlustus  
Autoliising  
Investeeringud

### RAVIKULUD

Ravimid  
Visiiditasud  
Hambaarst

### MUUD KULUD

Kingitused  
Annetused  
Lemmikloomade  
kulud

Kulud kokku:

Praegu on üsna tõenäoline, et kui taotled laenule pangast maksepuhkust, siis pank seda ka annab. Ka pangas töötavad inimesed, kes tekkinud situatsiooni mõistavad.

**Otsi abi enne, kui asi päris hulluks läheb.**



Väga halb lahendus on üritada oma igakuiseid laenukohustusi tasuda ühe või mitme uue, kõrgemate intressidega kiirlaenu abil. See on sama nagu kustutada tuld bensiiniga. Selline tegevus viib suure tõenäosusega oodatud positiivse lahenduse asemel täieliku maksevõimetuseni. Küll aga võiks lahendusena kaaluda ühest pangast suurema ja soodsamate tingimustega laenu võtmist senise kallima(te) laenu(de) refinantseerimise eesmärgil, mis võimaldab igakuiseid laenumakseid leevendada.

Mõistlik majandamine tähendab ka ennetamist ehk planeerimist, kuidas laenuga toime tulla, kui majanduslik olukord ootamatult halveneb.

#### **Elkõige tuleks:**

- oma tulude-kulude üle täpset arvestust pidada ja
- täiendavate lisakohustuste võtmist väga hoolega kaaluda.

Kindlasti peaks püüdma koguda vähemalt paari kuu laenumakse piires varusid, et ootamatutes olukordades mitte hätta jääda.

## **6.5 SMS-laen**

Viimastel aastatel on Eesti turule tulnud uus laenuvõimalus, mida tuntakse SMS-laenu nime all.

### **SMS-laenu 5 ohtu**

1. Hoidu emotsionaalsetest ja kergekäelistest otsustest. Laenuotsuseid ei tohi teha kiiresti. SMS-laen on ikkagi eelkõige LAEN, mitte kingitus või lotovõit.
2. SMS-laenu summa tuleb tavaliselt tagastada kiiresti – kahe nädala kuni kahe kuu jooksul. Arvesta sellega, et tagastatav summa koos intressidega peab sul kiiresti olema olema.
3. SMS-laenul on väga kõrge intress. Selgita välja, kui palju sa pead raha kokkuvõttes tagasi maksma. Intressi arvutamiseks kasuta kalkulaatorit, mille leiad internetiaadressilt [www.minuraha.ee](http://www.minuraha.ee).
4. Regulaarne SMS-laenude võtmine võib takistada pangast muu tarbimis- või eluasemelaenu taotlemist.
5. Kiirlaene väljastavad ettevõtted ei pruugi makseraskuste korral olla kõige paindlikumad, et sinuga koos makseraskustele lahendusi otsida.

### **Näide**

Laenatav summa: 3000 kr

Tagastatav summa: 3500 kr

Periood (näiteks 2 nädalat): 0,5

Tegelik intress (aasta baasil): 400%

### **Pea meeles**

- SMS-laenude võtmine ei lahenda su rahalist olukorda, vaid tõenäoliselt raskendab seda veelgi.
- SMS-laenu võttes on sul reaalne oht ennast lõhki laenata, sest SMS-laenu väljastamisel ei kontrollita laenuvõtja finantsolukorda – sissetulekut ja olemasolevaid laenukohustusi.

- Kui oled SMS-laenu tagastamisega hiljaks jäänud, siis võib laen sulle mitu korda kallimaks maksma minna. Laenusummale võidakse lisada intressid, sissenõudmistasud, viivised, leppetrahv jne.
- Oma otsuste ja nende tagajärgede eest vastutad ainult sina ise.

### **Pane tähele!**

- Finantsinspeksioon, tarbijakaitseamet, finantsasutused, avalikkus, meedia jt on korduvalt hoiatanud inimesi SMS-laenude võtmise eest.
- Ära usalda või avalda võõrastele ja isegi lähedastele oma isiklikke andmeid, näiteks panga paroole või arvenumbrit.

#### **Väike spikker säästmiseks**

- Koosta endale täielik ülevaade oma tuludest-kuludest.
- Jaga eelarve nädala peale ja jälgi, et sa ei ületaks oma eelarvet.
- Kauplusesse minnes võta kaasa vajalik summa sularaha ja nimekiri vajalikest ostudest.
- Hoidu planeerimata ostudest.
- Ära telli kataloogikaupa – see on võlaga ostmine.
- Ära kasuta krediitkaarti – see on laenukoorma võtmine.
- Hoidu SMS-laenudest.
- Pandimaja teenust kasutades võid väikese raha eest ilma jääda väärtuslikust esemest.
- Käendajaks hakates tuleb arvestada sellega, et võlasumma pead sina tagasi maksma.

## **6.6 Sotsiaaltoetused**

Töö kaotamisel või raskustesse sattumisel on võimalik taotleda riigilt ja kohalikult omavalitsuselt sotsiaaltoetuseid. Kindlasti tasub kohalikust sotsiaalhoolekande osakonnast uurida täiendavaid sulle laienevaid toetusi.

Toimetulekutoetus on riigi abi puudusekannatajatele, mida maksab kohalik omavalitsus siis, kui kõik muud vaesuse ja puuduse leevendamise abinõud ei ole olnud efektiivsed.

Vastavalt 2010. aasta riigieelarve seadusele on toimetulekupiiri määr 1000 krooni kuus üksi elavale inimesele või perekonna esimesele liikmele ning 800 krooni pere teisele ja igale järgnevale liikmele.

Toimetulekupiiri kehtestamisel lähtutakse minimaalsest tarbimiskulust toidule, riietusele ja jalanõudele ning muudele kaupadele ja teenustele esmavajaduste rahuldamiseks.

Sotsiaalhoolekande seadus sätestab kohaliku omavalitsuse õiguse toimetulekutoetust mitte määrata tööalisele ja töövõimelisele inimesele, kes ei õpi ega tööta ning on korduvalt ilma mõjuva põhjusega keeldunud pakutud sobivast tööst.

### **Toimetulekutoetuse taotlemiseks tegutse järgmiselt**

- Mine oma elukohajärgsesse sotsiaalhoolekande osakonda (linnaosa täpsusega) ning kirjuta avaldus.
- Lisa kindlasti avaldusele ka eluruumi kasutamise õigsust tõendav dokument (nt ostumüügileping või üürileping).
- Lisa ka jooksvad kuul maksmisele kuuluvad arved, nt elektriarve ja gaasiarve.
- Võta kaasa kõigi sissekirjutatud isikute sissetulekut tõendavad dokumendid.

Sissetulekutest sõltuvat toetust on õigus taotleda isikutel, kelle perekonna netosissetulek esimese pereliikme kohta on väiksem kehtivast palga alammäärast ja iga järgmise pereliikme kohta väiksem kui 80% kehtivast palga alammäärast.

- Taotlemiseks pöördu elukohajärgsesse sotsiaalhoolekande osakonda.
- Võta kaasa pass või ID-kaart, samuti samal aadressil sissekirjutatud inimeste sissetulekut tõendavad dokumendid.
- Toetus määratakse kümne tööpäeva jooksul alates vajalike dokumentide esitamise päevast.
- Toetuse mittemääramise korral teatatakse sellest kirjalikult viie tööpäeva jooksul.

*Jagatud kriis meelitab kohale ka abistajaid.*

## **6.7 Tallinna abipakett**

16. aprillil 2009 võeti vastu linnavalitsuse koostatud Tallinna abipakett, mille eesmärk on pakkuda raskustesse sattunud linlastele ja ettevõtjatele toetust. Kokku on 42 abimeedet.

Eesmärgiks on seatud kahe aastaga 5500 uue töökoha loomine Tallinnasse, millest 3000 oleksid sotsiaalsed töökohad. Täna on loodud ligi 2000 töökohta. Edukaks osutunud abinõude elluviimist jätkatakse ka järgnevatel aastatel.

Linnale kuuluvates ettevõtetes on loodud sotsiaalsed töökohad heakorra valdkonnas – pargivahid, kalmistuvahid, töödejuhataja-koordinaatorid. Transpordiettevõtetes töötavad koristajad ja reisisaatjad ning sotsiaalvaldkonnas on hõivatud hooldustöötaja assistendid, sotsiaalkeskuse ja sotsiaalmajade abitöötajad, sotsiaalkeskuste arvutikonsultandid. Tegemist on miinimumpalgaga tähtjaliste töölepingutega ning enamus sotsiaalsetelt töökohtadelt ennetähtaegselt lahkujaid lähevad erialasele tööle.

Sellistes oludes nagu Eestis täna tuleb töötajaid tõise tegevusega virgema hoida. Püsivate töökohtade loomine ei ole sotsiaalse tööhõive puhul peamine eesmärk, nagu paljud ekslikult arvavad – peaeesmärgiks on pakkuda raskustes olevatele töötutele kohest sissetulekut, lisaks veel säilitada töötute töövõime ja tööharjumus.

Ka linna pakutavatele teistele toetusmeetmele (inkubaatoriteenused, töökohtade loomise toetused) on arvukalt taotlejaid, mis võimaldab suurendada uute töökohtade arvu.

## Tööpuuduse leevendamine

**Sotsiaalsete töökohtade loomine linnale kuuluvates ettevõtetes.** Töökohad on mõeldud töötutele, kes on Tallinna elanikud ja arvel töötukassas. Rakendust leiab ühissõidukite sisekoristusel, trammiteede puhastamisel, ühissõidukites piletimüüjate ja kontrolöridena jm. Esmalt alustati sotsiaalsete töökohtade loomist Tallinna Autobussikoondise aktsiaseltsis ning Tallinna Trammi- ja Trollibussikoondise aktsiaseltsis.

Lisainfo: Tallinna Autobussikoondise aktsiaselts: [www.tak.ee](http://www.tak.ee); Tallinna Trammi- ja Trollibussikoondise aktsiaselts [www.tttk.ee](http://www.tttk.ee)

**Sotsiaalsete töökohtade loomise toetus erasektoris.** Toetatakse vähemalt 20 töötajaga ettevõtetes 5–30 sotsiaalsel töökohal töötava tallinlase palgakulusid. Töötajat toetatakse maksimaalselt miinimumpalga ulatuses, millele lisanduvad maksud. Tähtjajaline tööleping peab olema sõlmitud 6–12 kuuks. [www.tallinn.ee/est/ettevotjale](http://www.tallinn.ee/est/ettevotjale)

**Uute töökohtade loomise toetus.** Põhivara soetuse toetus Tallinna ettevõttele, nõutav omafinantseering vähemalt 50%. Loodud uusi töökohti peab olema vähemalt kaks. Toetuse ülemmäär on 300 000 krooni. [www.tallinn.ee/est/ettevotjale](http://www.tallinn.ee/est/ettevotjale)

**Töötute rakendamine avalikel töödel.** Senisest enam pakutakse ajutist rakendust linna heakorra- ja hädaabitöödel (parkide ja haljasalade hooldus, kõnniteede puhastamine, laste mänguväljakute hooldus, prügi kokkukorjamine jms) tunnitasega 27–35 krooni.

**Tööharjutuskeskused.** Keskus asub Põhja-Tallinna linnaosas Alasi tn 4 ja 6, kus koolitatakse ja nõustatakse pikaajalisi töötuid. 2009. aasta esimesel poolel rajati Lina tn 5 puidu-, metalli- ja savitöökoda, kus töötutel on võimalik õppida uusi käelisi oskusi.

**Töötute klubide toetamine.** Tallinna Kodurahu foorumi programmi raames alguse saanud töötute klubid tegutsevad iga linnaosavalitsuse juures ning linnale kuuluvates ettevõtetes, kus on loodud sotsiaalseid töökohti. Õpitakse CV koostamist, arvuti kasutamist, kogenud psühholoogi juhendamisel valmistatakse töövestlusteks. Saab suhelda saatusekaaslastega, lugeda ajalehti ja kasutada arvutit, osaleda tasuta arvuti-, keeleõppe jt kursustel.

## Toetused ja sotsiaalabi

**Abivajajaid tasuta toitlustavad supiköögid.** Tasuta toitlustamise teenust pakutakse neljas kohas: Laevastiku tn 1a, Kopli tn 100c, Kopli tn 79 ja Eha tn 8.

**Ravikindlustuseta isikutele mõeldud voodikohtade arvu suurendamine.** ASI Ida-Tallinna Keskhaigla ravikindlustamatute osakonnas aadressil Magasini 34 osutatakse ravikindlustuseta isikutele nii statsionaarset kui ka ambulatoorset teenust.

**Kohtade arvu suurendamine kodutute varjupaikades.** Tallinnas on kokku ligi 500 kohta kodututele. Teenust osutatakse Akadeemia tee 34 ja 48 ning Tuulemaa 6, Kopli 79, Paljassaare tee 35 ja Kauge tn 4 majutusüksustes. Tallinna Sotsiaaltöö Keskus [www.swcenter.ee](http://www.swcenter.ee)

### **Raskustesse sattunud inimeste nõustamine**

**Võlanõustamise teenuse laiendamine.** Väga paljudel töö kaotanud inimestel on tekkinud raskusi arvete tasumisega ning nad vajavad asjatundlikku nõu. Tallinnas toimub võlanõustamine Tuulemaa tn 6 ja Akadeemia tee 34 ning Tallinna linnavalitsuse ja Lasnamäe linnaosa valitsuse teenindussaalides

**Perede psühholoogiline nõustamine.** Tallinna linn nõustab raskes olukorras peresid. Teenus sisaldab psühhoteraapiat kogu perele, perenõustamist lapsevanematele ja lastele ning pereliikmete lepitamist. Psühholoogiline nõustamine toimub Tallinna Lasstehaigla kesklinna lastepolikliiniku noorte nõustamiskeskuses aadressil Ravi tn 27 ja Tallinna perekeskuses aadressil Asula tn 11.

**Kriisiabi raskustesse sattunud inimestele.** Raskustesse sattunud inimeste kriisinõustamise eesmärk on pakkuda Tallinna linna elanikele tasuta lühiajalist psühholoogilist abi vaimse tervise ja töövõime säilitamiseks või taastamiseks. Vastuvõtt toimub aadressil Pärnu mnt 9a. Kriisiabi telefonile 631 4300 vastavad ajavahemikul 20.00–07.00 mittetulundusühingu Eluliin vabatahtlikud telefoninõustajad.

### **Tööõigusnõustamine ja asjakohaste juriidiliste dokumentide koostamine.**

Linnavalitsuse teenindussaadis Vabaduse väljak 7 tasuta tööõigusnõustamisel osalenud inimesel on võimalik linna suunamiselehega saada tasuta õigusabi dokumentide, avalduste ja kohtuhagide koostamisel.

**Kontaktmess „Tallinn töötab”.** Sügiseti toimub traditsiooniline tööhõive ja ettevõtluse kontaktmess, kus koostöös riigiasutuste ja MTÜ-dega jagatakse teavet ning nõustatakse tööõiguse, tööhõive ja ettevõtlusega seotud küsimustes. [www.tallinn.ee/too](http://www.tallinn.ee/too)

### **Eluasemekulude vähendamine**

**Soojusenergia hinnatõusu kompenseerimine vähekindlustatud elanikele.** Eluruumi maksimaalse pinnana arvestatakse sotsiaalselt põhjendatud normi – s.o 18 m<sup>2</sup> üldpinda perekonna (leibkonna) iga liikme ja lisaks 15 m<sup>2</sup> perekonna kohta, üksi elava pensionäri puhul 51 m<sup>2</sup>. Taotleja pereliikme keskmine netosissetulek kuus peab olema alla kuupalga alammäära netopalga (praegu 3909 kr). Keskmise sissetuleku arvestamisel võetakse arvesse kõik isikud, kelle elukoht rahvastikuregistris on antud aadressil hüvitise määramise perioodil ning sissetulek peab olema tõendatav.

Taotlused esitatakse elukohajärgse linnaosa valitsuse sotsiaalhoolekande osakonnale 1. veebruarist 30. aprillini kütteperioodi (oktoober – detsember) kohta ja 1. maist 31. juulini perioodi (jaanuar – aprill) kohta.

**Vee hinnatõusu kompenseerimine vähekindlustatud elanikele.** Vähekindlustatud leibkond tähendab ühes korteris elavaid ja ühisel veetarbimise arvestamisel olevaid inimesi, kelle elukoht rahvastikuregistris on Tallinn ning leibkonna liikme keskmine kuue kuu netosissetulek kuus on alla 4350 krooni.

Taotlus ja töödandja väljastatud tõend kuue kuu keskmise netosissetuleku kohta ning tõendid teiste sissetulekute kohta esitatakse elukohajärgse linnaosa valitsuse sotsiaalhoolekande osakonnale. Taotlusvormi saab sotsiaalhoolekande osakonnast.

Taotlust esitatakse kaks korda aastas 1. veebruarist 30. aprillini eelmise aasta teise poolaasta kohta ja 1. septembrist 30. novembrini jooksva aasta esimese poolaasta kohta.

## **Ettevõtluse toetamine**

**Teabepäevad alustavale ja väikeettevõtjale linna toetusmeetmete tutvustamiseks.** Korraldatakse teabepäevi, seminare ja koolitusprogramme ning mentorklubi alustavatele ja väikeettevõtjatele. Ettevõtja infopunktis toimub igapäevane ettevõtlusnõustamine. Igal aastal korraldatakse juba traditsiooniks saanud Tallinna ettevõtluspäeva. [www.tallinn.ee/est/ettevotjale](http://www.tallinn.ee/est/ettevotjale)

**Ettevõtluse rahalised toetusmeetmed.** Tallinna linnas on ettevõtjatele neli rahalist ettevõtluse toetamise meetet: praktikajuhendaja toetus, uute töökohtade loomise toetus, messitoetus ja ettevõtlusklastrite toetus. Toetusmeetmed on suunatud uute ettevõtete ja töökohtade loomisele ning olemasolevate konkurentsivõime parandamisele. [www.tallinn.ee/ettevotjale](http://www.tallinn.ee/ettevotjale)

**Ettevõtlusinkubaatorid.** Tallinnas on neli ettevõtlusinkubaatorit – Ülemiste, Kopli ja Mustamäe (Tehnopolis) ning loomeinkubaator –, mis on eeskätt disaineritele, tarbe- ja meediakunstnikele ning moeloojatele, sise- ja välisarhitektidele jne. Inkubaatori tegevuse peamiseks eesmärgiks on äritegevuse elavdamine, konkurentsivõime suurendamine ja äritegevuse jätkusuutlikkuse tagamine. [www.esa.ee](http://www.esa.ee)

Osa pakutavaid teenuseid ja aktiivseid meetmeid inimeste toimetuleku parandamiseks on projektipõhised ja neid osutatakse vastavalt tekkinud olukorrale.

**Peale loetletud teenuste on võimalik leida lahendusi iga inimese muredest lähtuvalt.** Selleks pöördu julgelt kohaliku omavalitsuse nõustajate poole. Tähtsaim on olla ise aktiivne tegutseja vastuste leidmisel.

*Kõige imelisem jõuallikas meie jaoks on inimene.*

## **Kasulikud lingid**

### **Tööõigusega seotud küsimused**

[www.ti.ee](http://www.ti.ee)

[www.emta.ee](http://www.emta.ee)

[www.rmp.ee](http://www.rmp.ee)

[www.sm.ee](http://www.sm.ee)

## **Internetileheküljed, mis õpetavad sind oma rahaga heaperemehelikult ümber käima ja annavad nõu**

*www.volanoustaja.ee*

## **Tasuta võlanõustamisele Tallinnas saad ennast registreerida aadressil**

*http://www.swcenter.ee/volanoustajate-vastuvott*

*www.minuraha.ee*

*http://kokkuhoid.energia.ee/?id=1203*

## **Tallinna linna toetustest ja teenustest saad lugeda**

*www.tallinn.ee*

## **Veel mõned kokkuvõtlikud soovitused**

- Pole olemas olukordi, millest ei ole võimalik leida väljapääsu.
- Kui oled süvenenud põhjustesse, miks sa pole tööd leidnud, hakka neid põhjusi kõrvaldama.
- Säilita eneseusk ja positiivne ootus.
- Kogu informatsiooni kõikvõimalikest allikatest. Haara kinni igast võimalusest.
- Kui pakutav töö ei vasta sinu ideaalile, siis mõtle, et sa ei pruugi seda teha igavesti.
- Mõtle hoolikalt läbi oma kohtumine tööandjaga.
- Kui sulle on ära öeldud kahekümnes kohas, siis mine kahekümne esimesse.
- Ehk on väljapääsuks luua oma firma või teha midagi hoopis uut?
- Loe ja õpi pidevalt.

## **Raamatud, mis aitavad sind töö otsimisel ja enese leidmisel**

Jari Sarasvuo. Sisemine sangar. Humare 2001

Helmut Fuchs, Andreas Huber. Tundeterroristid. Varrak 2007

Anatoli Nekrassov. Kriisid. Pegasus 2009

Caterina Rando. Mõtte jõud õnne ja heaolu teenistuses. Huma 2002

Deebar Copra. Edu seitse vaimset seadust. OÜ Nebadon 1994

G. Senger, W.Hoffmann. Avasta oma isikupära. AS Pakett 2002

Alan Lakein. Kuidas võita ega ja saavutada kontroll oma elu üle. Fontes PMP 1993

Dale Carnegie. Ärge muretsega, hakake elama. AS Ilo 1992

Sirje Niitra. Stress. Räägivad juhid ja tohtrid. Äripäeva Kirjastus 2004

Anatoli Nekrassov. Suguvõsa. Perekond. Inimene. Pegasus 2008

# KASUTATUD KIRJANDUS

1. Eesti Töötukassa 2010. <http://www.tootukassa.ee> (03.04.2010)
2. Tööinspeksioon 2010. <http://www.ti.ee> (04.04.2010)
3. Maksu- ja Tolliamet 2010. <http://www.emta.ee> (10.04.2010)
4. RMP Eesti OÜ 2010. <http://www.rmp.ee> (08.04.2010)
5. Sotsiaalministeerium 2010. <http://www.sm.ee> (13.04.2010)
6. BIGBANK AS 2010 <http://www.volanooustaja.ee> (02.04.2010)
7. Finantsinspeksioon 2010. <http://www.minuraha.ee> (10.04.2010)
8. Tallinna Ettevõtlusamet 2010. <http://www.tallinn.ee> (20.04.2010)
9. CV Keskus AS 2010. <http://www.cvkeskus.ee> (21.04.2010)
10. CV Online Estonia OÜ 2010. <http://www.cv.ee> (23.04.2010)
11. Äripäev AS 2009. Töötaja vastutus kahju eest. Äripäev (online) 26. november. <http://www.ap3.ee/?PublicationId=0ed5a83c-de0e-4cff-b594-52b1481c57fb> (13.04.2010)
12. Riigikantselei. Elektrooniline Riigi Teataja 2010. <http://www.riigiteataja.ee> (01.04.2010)
13. Integratsiooni ja Migratsiooni Sihtasutus Meie Inimesed 2010. <http://www.meis.ee> (05.04.2010)
14. EURES Eesti 2010. <http://www.eures.ee> (30.04.2010)
15. Kodakondsus- ja Migratsiooniamet 2010. <http://www.politsei.ee> (29.04.2010)
16. Eesti Haigekassa 2010. <http://www.haigekassa.ee> (28.04.2010)
17. Kotka, M, Naelapea, A. Abimees. Materjale täiskasvanute karjäärinõustajale ja karjääriinfo spetsialistile. Tartu Ülikooli Türi kolledž
18. Orion, K. Abiks valikutel. Eesti Töötukassa
19. Orion, K. Toeks tööotsijale. Eesti Töötukassa
20. Senger, G. Hoffmann, W. Avasta oma isikupära. Hotger
21. Sarasvuo, J. Sisemine sangar. Humare
22. Rando, C. 2002. Mõtte jõud: õnne ja heaolu teenistuses. Huma
23. Chopra, D. 2009. Edu seitse vaimset seadust. OÜ Neadon
24. Jamnes, P., Juske, M., Seliste, T. 2001. Tulevik algab täna. OÜ Paar
25. Luuk, M. 2009. Tööturuolukord Eestis ja Euroopa Liidu liikmesriikides
26. Rannamees, K. 2010. Milline on minu unistuste töökoht? Ettekanne infopäeval - Millest alustad, kui oled töötu?
27. Männiste, J. 2009. EURES võrgustik: praktiline abiline Euroopa tööalases liikumises
28. Tööturuamet 2003. Ristmik: abivahend oma olukorra analüüsimiseks tööturul/ Tööturuamet. Paar
29. Elukestva Õppe Arendamise Sihtasutus Innove: Karjäärinõustamise Teabekeskus. 2004. Karjäärirada (võrguteavik): ülesannete kogumik. Nõustamise abivahend / Tööturuamet
30. Tööturuamet. 2003. Tööotsimistreener: tark mees taskus, kes aitab teid teie tööotsinguil. Paar
31. Vaarmaa, P. 2006. Käsiraamat puudega tööotsijale. Erkotrükk.

# Lisad

## Lisa 1. Kaaskirja näidis

### **KAASKIRI**

Sirje Tammik  
Karu tn 8-7  
Tallinn, 10265  
Tel 55 555 555  
10. jaanuar 2008

### **Lp Mati Maasikas**

Leidsin teie töökuulutuse 25. septembri Postimehest, kus otsite peatselt avatavasse kauplusesse noort ja energilist müüjat.

Olen 19-aastane ja lõpetasin tänavu kevadel gümnaasiumi. Novembris omandasin kolmekuulistel kursustel toidu- ja tööstuskaupade müüja kutseoskused. Praktika sooritasin kaupluses Liivaku. Täitsin seal erinevaid ülesandeid alates kaupade kaalumisest ja riiulitele paigutamisest kuni kassatööni. Suvistel koolivaheaegadel olen rannas müünud erinevaid suupisteid ja karastusjooke. Kõik see on andnud mulle mõningasi müüjakogemusi ning arusaamise, et see töö mulle meeldib ja ma saan hakkama. Olen suhtlemisjulge ja abivalmis ning hindan täpsust, puhtust ja korda, mis on vajalikud eeldused ka müüjale.

Soovin kandideerida teie pakutavale müüja kohale, kuna leian, et vastan kuulutuses esitatud nõuetele. Olen valmis tulema tööintervjuule teile sobival ajal. Tööle olen valmis asuma kohe.

Positiivsele vastusele lootes

/allkiri/  
Sirje Tammik  
Lisatud CV

## Lisa 2. CV näidis

### Curriculum Vitae

**Nimi:** KATRIN KASK  
**Sünniaeg:** 17.02.1978, Tallinn  
**Aadress:** Mesilase tee 52-11, 12345 Tallinn  
**Telefon:** 166 5467 (kodus), 51 15 570 (mobiil)  
**E-post:** katrin.kask@mail.ee  
**Perekonnaseis:** abielus

**Hariduskäik:**  
1994–... Tartu Kutsehariduskeskus, müüja eriala  
1985–1994 Tallinna 32. keskkool (omandatud põhiharidus)

**Täiendkoolitus:**  
sept 2002 raamatupidamise baaskoolitus, SA Bilanss, maht 120 tundi  
apr 2001 tulemuslik müük, OÜ Ettevõtlik Koolitaja, maht 16 tundi  
sept 1999 müügitöö koolitus, OÜ Ettevõtlik Koolitaja, maht 16 tundi  
aprill-juuni 1997 asjaajaja koolitus, AS Koolitused

**Töökogemus:**  
juuli 2002 – ... Rimi Eesti Food AS, müüja  
Peamised tööülesanded: 35 töötajaga müügiosakonnas ostjate teenindamine kassas  
mai 2000 – mai 2002 AS A-Selver, müüja  
Peamised tööülesanded: 26 töötajaga müügiosakonnas ostjate teenindamine kassas ja müügisaalis  
okt 1997 –aprill 2000 Tarbijate Ühistu Nurmenuku, müüja  
Peamised tööülesanded: väikekaupluse töö juhtimine ja müügitöö

**Keeled:**  
Eesti keel – emakeel  
Inglise keel – kõnes hea, kirjas rahuldav  
Vene keel – kõnes hea, kirjas rahuldav

**Arvutioskus:** Windows 97, (MS Word, Excel, PowerPoint, Postipoiss)  
**Autojuhiloa:** B-kategooria alates 1997  
**Huvialad:** aiandus, reisimine  
**Isikuomadused:** optimistlik, hea kohanemisvõimega, sõbralik

**Soovitajad:**  
1. Kalle Kukk, OÜ Sõber direktor, 573 6550, 51 88 289  
2. Piret Sepp, OÜ Kelluke juhatuse liige, 663 6450, 51 23 979

## Lisa 3. Motivatsioonikirja näidis

### MOTIVATSIOONIKIRI

Kaarel Kask  
AS Mööbel  
Paldiski mnt 8  
15155 Tallinn  
Tegevdirektor

05.08.2010  
Taavi Tulp  
Vabaduse pst 6  
15166 Tallinn  
Telefon 5121 2112

Lp Kaarel Kask  
Soovin kandideerida ajalehes Postimees kuulutatud vabale mööblitseri ametikohale ASis Mööbel.

Pean oma tugevuseks sellele ametikohale kandideerimisel viieaastast töökogemust mööblifirmas AS Kodutarvik, kus töötasin erinevate puidutööpinkidega. Tunnen hästi uusimaid puidutööpinke. Mul on puidutseri eriala, mille omandasin (lisada kool või kursus, kus eriala või oskused omandatud). Mulle meeldib tegeleda puidutööga – erinevate mööbliesemete valmistamisega – ka kodus. Olen enda oskusi täiendanud iseisvalt vastavat kirjandust lugedes ja ka nõus kursustel osalema uusimate suundadega tutvumiseks.

Leian, et Teie pakutav töökoht võimaldab kasutada oma kogemusi ja oskusi kvaliteetse mööbli valmistamisel. Usun, et suudaksin oma seniseid teadmisi ja kogemusi rakendada luua Teie ettevõttele olulist lisaväärtust ning seeläbi ka ise õppida ja areneda. Kirjale on lisatud CV. Kui minu kandidatuur Teile huvi pakub, olen meelsasti nõus vastama täpsustavatele küsimustele.

Lugupidamisega  
/allkiri/  
Taavi Tulp





ISBN 978-9949-21-248-4



9 789949 212484

**TASUTA**



TALLINNA LINNAVALITSUS