



Brüssel, 7.6.2023
COM(2023) 298 final

**KOMISJONI TEATIS EUROOPA PARLAMENDILE, NÕUKOGULE, EUROOPA
MAJANDUS- JA SOTSIAALKOMITEELE NING REGIOONIDE KOMITEELE,**

milles käsitletakse kõikehõlmavat lähenemisviisi vaimsele tervisele

Vaimne tervis on üldise tervise lahutamatu osa. See on heaoluseisund, kus inimesed realiseerivad oma võimeid, suudavad toime tulla eluliste pingetega ja panustada ühiskondlikku ellu. Vaimne tervis on tootliku majanduse ja kaasava ühiskonna eeltingimus ning see hõlmab enam kui ainult üksikisiku või perekonnaga seotud küsimusi.

Vaimne tervis või vaimse tervise probleemid ei esine vaakumis, vaid neid mõjutavad isiklikud ja välised tegurid. Inimeste vaimset tervist peegeldavad ja sellele avaldavad mõju ühiskonna, majanduse ja keskkonna olukord ning ka ümbritseva maailma olukord. Euroopa Liit (EL) ja kogu maailm seisavad silmitsi enneolematute kriisidega, nagu COVID-19 pandeemia ja Venemaa agressioonisõda Ukraina vastu, energiakriis ja inflatsioon, mis mõjutavad inimeste igapäevast reaalsust ning õõnestavad ootusi ja usaldust. Kliimamuutuste, elurikkuse ja reostuse kolmikriis meie planeedil süveneb veelgi. Kasvav digiüleminek, demograafilised muutused ja radikaalsed muutused tööturul toovad koos võimalustega kaasa ka probleeme. Lisaks nende kriiside lahendamisele on vaimse tervise probleemidega tegelemine väga oluline selleks, et suurendada üksikisikute ja kogu elanikkonna vastupanuvõimet.

Parem vaimne tervis on hädavajalik nii sotsiaalsest kui ka majanduslikust aspektist. Enne COVID-19 pandeemiat mõjutasid vaimse tervise probleemid ELis ligikaudu 84 miljonit inimest (üht inimest kuuest). Asjaomased kulutused küündisid 600 miljardi euroni, mis on rohkem kui 4 % SKPst,¹ ja nende probleemidega kaasnes märkimisväärne piirkondlik, sotsiaalne, sooline ja vanuseline ebavõrdsus. Mis puudutab töökohti, siis on 27 % töötajatest teatanud, et nad on viimase 12 kuu jooksul kogenud tööstressi, depressiooni või ärevust, mis suurendab töölt puudumise tõenäosust ja millel on tõsine mõju töötajate elule ja ettevõtte toimimisele. Vaimse tervisega seotud **tegevusetuse tagajärjed** on juba märkimisväärsed ja kahjuks suureneb see üleilmseid stressitegureid arvesse võttes prognooside kohaselt veelgi. Juba 2019. aastal kannatas depressiooni all rohkem kui 7 % ELi elanikest² ja 13 % tundis end enamasti üksildasena.

Pandeemia kujutas vaimsele tervisele tõsist ohtu, seda eriti noorte seas ja nende inimeste seas, kellel juba olid vaimse tervise probleemid. Pandeemiaeelsete aastatega võrreldes kahekordistus pandeemia ajal üksildust kogevate inimeste arv ELis, ulatudes mõnes piirkonnas 26 %-ni³. Traumajärgseid stressihäireid põhjustasid nii suurenenud üksildustunne ja vähenenud sotsiaalne suhtlus, mure enda ja lähedaste tervise pärast, ebakindlus tuleviku suhtes kui ka hirmust ja kaotusest tulenev ärevus⁴.

Enesetapud on liiklusõnnetuste järel 15–19-aastaste noorte seas teine peamine surmapõhjus⁵. ELis on vaimse tervise probleemidega seotud kulud laste ja noorte puhul hinnanguliselt 50 miljardit eurot aastas⁶

¹ [Terviseülevaade „Health at a Glance“](#): Euroopa 2018.

² [Eurostati uudised – Eurostat \(europa.eu\)](#).

³ [New report: Loneliness doubles in Europe during the pandemic \(europa.eu\)](#).

⁴ [The consequences of the COVID-19 pandemic on mental health and implications for clinical practice | European Psychiatry | Cambridge Core](#).

⁵ The [State of the World's Children 2021](#): On My Mind – Promoting, protecting and caring for children's mental health, Regional brief, Euroopa, UNICEF, 2021.

Selle statistika taga peituvad miljonite inimeste lood. Lood lastest ja teismelistest, kelle jaoks on tahvelarvutid ja nutitelefonid ning sotsiaalmeedia platvormid ja sõnumirakendused muutunud nende elu lahutamatuks osaks, mõnikord füüsilise ja vaimse tervise hinnaga. Lood sotsiaalselt tõrjutud inimestest, kes seisavad silmitsi diskrimineerimisega. Lood eakatest inimestest, kes tunnevad end üksildasena, ja lood läbipõlemist kogevatest töötajatest; lood lapsevanematest, kes ei suuda enam toime tulla, ja inimestest, kes tunnevad end isoleerituna selle tõttu, kes nad on või kus nad elavad.

Euroopa Liidu põhiõiguste harta kohaselt on igaühel **õigus ennetavale tervishoiule ning ravile** siseriiklike õigusaktide ja tavadega ettenähtud tingimustel. Euroopa sotsiaalõiguste samba kohaselt on igaühel õigus õigeaegsele juurdepääsule kvaliteetsetele, taskukohastele ja ennetavatele raviteenustele.

Et ühiskond oleks terve, peavad inimesed teadma, et on võimalik saada abi, toetust ja taskukohast kvaliteetset ravi. Oluline **avaliku poliitika eesmärk** peaks olema tagada, et kedagi ei jäetaks kõrvale, et inimestel oleks kogu ELis võrdne juurdepääs ennetavatele meetmetele ja vaimse tervise teenustele ning et taasintegreerimine ja sotsiaalne kaasatus oleksid vaimse tervise haigustega seotud kollektiivsete meetmete esirinnas. Selleks et tuua Euroopa kõnealusele eesmärgile lähemale, on vaja tõhusaid suuniseid, koordineerimist, tugevat toetust ja sihipäraseid meetmeid. Demograafiliste muutuste analüüs võib olla aluseks sihipärasele sekkumisele, kuna demograafilised tegurid võivad aidata kindlaks teha haavatavaid elanikkonnarühmi, kes võivad vajada eritoetust või -ressursse, ning kohandada vastavalt poliitilisi strateegiaid.

Vastuseks sellele tegelikkusele ja kodanike üleskutsule võtta Euroopa tuleviku konverentsi raames vaimse tervise alaseid meetmeid, kuulutas president von der Leyen välja uue vaimset tervist käsitleva ELi algatuse. See algatus, mis on osa komisjoni prioriteedist „Euroopaliku eluviisi edendamise“, tähistab pöördepunkti vaimse tervise tegelemisel ELis. Komisjon vastab ka Euroopa Parlamendi üleskutsule võtta meetmeid, mis tuleneb parlamendi 2022. aasta resolutsioonist vaimse tervise kohta digitaalses töömaailmas⁷ ja millega nõutakse, et ELi institutsioonid ja liikmesriigid tunnustaksid tööga seotud vaimse tervise probleemide ulatust ELis ja tegutseksid sellele vastavalt. Käesolev teatis on algus vaimset tervist käsitlevale uuele strateegilisele lähenemisviisile, mis on oma olemuselt valdkondadevaheline ja ulatub tervishoiupoliitikast kaugemale. Selles keskendutakse viisidele, kuidas toetada vaimse tervise probleemide all kannatavaid inimesi, ja ennetuspoliitikale. See tugineb **kolmele juhtpõhimõttele, mis kehtivad iga ELi elaniku puhul**: i) juurdepääs piisavale ja tõhusale ennetusele, ii) juurdepääs kvaliteetsele ja taskukohasele vaimsele tervishoiule ja ravile ning iii) võimalus pärast taastumist ühiskonda taasintegreeruda.

Neid juhtpõhimõtteid kasutatakse käesoleva algatuse kõigis aspektides ja need kajastuvad otseselt selle peatükkides.

⁶ [SOWC-2021-Europe-regional-brief.pdf \(unicef.org\)](https://www.unicef.org/europe-2021-sowc-brief).

⁷ https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/TA-9-2022-0279_ET.html.

Tänane terviklik lähenemisviis vaimsele tervisele kutsub riiklikke ja piirkondlikke osalejaid, tervishoiu- ja muid poliitikavaldkondi ning asjaomaseid sidusrühmi, alates patsientide ja kodanikuühiskonna organisatsioonidest kuni akadeemiliste ringkondade ja tööstuseni, tegema koostööd. Selle eesmärk on luua vahendid ka üleilmsel tasandil muutuste elluviimiseks, olemasolevate struktuuride tugevdamiseks ja meetmete jälgimiseks.

Sellega toetatakse liikmesriike nende jõupingutustes saavutada mittenakkuslikke haigusi käsitlevad Maailma Terviseorganisatsiooni (WHO) eesmärgid 2025. aastaks⁸ ja kestliku arengu eesmärgid⁹ 2030. aastaks, sealhulgas vaimse tervise valdkonnas.

a. Vaimse tervise lõimimine eri poliitikavaldkondadesse

Terviklikus lähenemisviisis tuleb arvesse võtta bioloogiliste ja psühholoogiliste tegurite mõju ning perekonna, kogukonna, majanduse, ühiskonna, keskkonna ja julgeoleku tähtsust. See hõlmab töö ja hoolsuskohustuste, kooli ja töökoha kombineerimise rolli, samuti digimaailma ning sotsiaalseid (nt kogetud vägivald, sugu, käitumine, haridus¹⁰), majanduslikke (nt ebastabiilsus, inflatsioon, vaesus ja töötus) ja kaubanduslikke (nt agressiivsest turundusest tulenev surve) tervist mõjutavaid tegureid.

Sellest tulenevalt on vaimse tervise parandamiseks ja vaimse tervise alase vastupanuvõime toetamiseks vaja poliitilisi otsuseid sellistes valdkondades nagu haridus, noored, kunst ja kultuur, keskkond, tööhõive, ühtekuuluvus, teadusuuringud ja innovatsioon, sotsiaalkaitse, kestlik linnaareng ja digimaailm. Hea vaimse tervise teel olevaid takistusi ei ole võimalik kõrvaldada üksnes tervishoiusüsteemis¹¹.

Vaimset tervist mõjutavad tegurid on seotud ühiskonnas valitseva ebavõrdsusega, mis seab mõned inimesed suuremasse vaimse tervise probleemide ilmnemise ohtu kui teised. Kui sool, rassilisel või etnilisel päritolul, usutunnistusel või veendumustel, puudel, vanusel või seksuaalsel sättumusel põhinev **diskrimineerimine, vägivald ja vihkamine** kahjustavad vaimset tervist, on võrdõiguslikkuse edendamine meie ühiskonnas oluline ennetusvahend. Komisjon võttis 2020. ja 2021. aastal vastu viis võrdõiguslikkuse strateegiat,¹² et liikuda **võrdõiguslikkuse liidu** suunas. Kõigis strateegiates rõhutatakse diskrimineerimisest tulenevat ohtu, mis toob kaasa vaimse tervise halvenemise. **Euroopa Liidu lapse õiguste strateegias**¹³ on rõhutatud, et lapsepõlv on tulevase vaimse tervise seisukohast ülioluline, mistõttu on vaja

⁸ [On the road to 2025 \(who.int\)](https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/mental-health-action-plan).

⁹ Kestliku arengu alaeesmärk 3.4. Mittenakkuslikud haigused ja vaimne tervis: vähendada 2030. aastaks ennetamise ja ravi abil ühe kolmandiku võrra mittenakkuslikest haigustest tingitud enneaegset suremust ning edendada vaimset tervist ja heaolu.

¹⁰ [Education: a neglected social determinant of health - The Lancet Public Health](#) (Haridus: tervist mõjutav kõrvaleheidetud tegur).

¹¹ [Fitter Minds, Fitter Jobs : From Awareness to Change in Integrated Mental Health, Skills and Work Policies | Mental Health and Work | OECD iLibrary \(oecd-ilibrary.org\)](#).

¹² [Soolise võrdõiguslikkuse strateegia](#); [LGBTIQ-inimeste võrdõiguslikkuse strateegia](#); [Romasid käsitlev strateegiline raamistik](#); [Puuetega inimeste õiguste strateegia](#).

¹³ [ELi lapse õiguste strateegia ja Euroopa lastegarantii \(europa.eu\)](#).

terviklikku lähenemisviisi laste kaitsmiseks mis tahes vormis vägivalda eest ja sellise vägivalda ennetamiseks.

Euroopa noorteaasta 2022 keskendus noorte jaoks positiivsete väljavaadete taastamisele ning hõlmas tegevusi, millega toetati noorte vaimset tervist ja heaolu. **Euroopa oskusteaasta** soodustab 2023. aastal investeeringuid koolitusse ja täiendõppesse, et suurendada eluvõimalusi ning parandada inimeste ja töötajate muutustega kohanemise võimet, mis on oluline vaimset tervist käsitleva tervikliku lähenemisviisi edendamiseks.

Vaimse tervise poliitika, mis vastab kõigile vajadustele, peab toimima kõigis asjaomastes poliitikavaldkondades. Üha rohkem on uuringuid, millest nähtub, et vastastikune seotus ja taasühinemine loodusega avaldavad vaimsele tervisele positiivset mõju. Samal ajal tunnistavad paljud saaste mõju vaimsele tervisele, sealhulgas õhusaaste või toksiliste kemikaalidega kokkupuute kaudu. **Euroopa roheline kokkuleppe** eesmärgid ja meetmed puhta keskkonna, taastatud roheline seisundiga alade ning linnaruumi haljastamise edendamiseks mõjutavad positiivselt inimeste füüsilist ja vaimset tervist.

Selleks et vähendada digiteenuste kasutamise seotud riske, sealhulgas vaimse tervisega seotud riske, kehtestatakse **digiteenuste määrusega**¹⁴ suur hulk hoolsuskohustusi, mida kohaldatakse digivahendajate suhtes. Sihipäraste õiguskaitsevahendite võimaldamiseks ja avaliku korraga seotud probleemide tulemuslikuks lahendamiseks tuuakse digiteenuste määruuses välja konkreetsed riskid, mis on seotud tõsise negatiivse mõjuga **isiku füüsilisele ja vaimsele heaolule**, samuti tagajärgedega **laste füüsilisele ja vaimsele arengule**, mida nende platvormide kasutamine võib põhjustada. Suurimad platvormid ja otsingumootorid, st need, millel on liidus rohkem kui 45 miljonit kasutajat, on kohustatud hindama süsteemseid riske, mida nende teenused vaimsele tervisele põhjustavad, ja võtma meetmeid tuvastatud riskide leevendamiseks¹⁵.

Komisjon toetab juba liikmesriikide ja sidusrühmade **asjakohaste parimate tavade edasiandmist**, et edendada vaimse tervise käsitlemist kõigis kogukondade poliitikavaldkondades¹⁶ rahvatervise eksperdirühma kaudu¹⁷.

Selleks et paremini toetada poliitika kujundamist, on käimas uuring, mille eesmärk on analüüsida liikmesriikides koostatud **vaimset tervist ja heaolu käsitlevate poliitiliste strategiate täiustamise tõhusust** liikmesriikides¹⁸.

¹⁴ Euroopa Parlamendi ja nõukogu määrus (EL) 2022/2065, mis käsitleb digiteenuste ühtset turgu ja millega muudetakse direktiivi 2000/31/EÜ (digiteenuste määrus), <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/ET/TXT/?uri=celex%3A32022R2065>

¹⁵ See võib hõlmata näiteks isikupärastatud soovitude negatiivse mõju leevendamist ja soovitudes kasutatud kriteeriumide parandamist, konkreetse teabe reklaamitulude kaotamist või autoriteetsete teabeallikate nähtavuse kohandamist.

¹⁶ Näiteks [EAADi parimate tavade mudel](#) depressiooniravi parandamiseks ja suitsiidse käitumise ennetamiseks Euroopas, mida rahastatakse ELi kolmandast terviseprogrammist: 2 miljonit eurot.

¹⁷ https://health.ec.europa.eu/non-communicable-diseases/expert-group-public-health_et

JUHTALGATUSED

1. VAIMSE TERVISE ALASE SUUTLIKKUSE SUURENDAMISE EUROOPA ALGATUS

- 2023. aastal eraldab komisjon programmi „EL tervise heaks“ raames 11 miljonit eurot, et koostöös WHOga¹⁹ toetada liikmesriike **suutlikkuse suurendamisel seoses lähenemisviisiga, mis edendab vaimset tervist kõigis poliitikavaldkondades.**
- Komisjon eraldab 10 miljonit eurot²⁰, et toetada sidusrühmade rolli **vaimse tervise edendamisel kogukondades**, keskendudes haavatavatele rühmadele, sealhulgas lastele ja noortele ning rändajatele/pagulastele.
- 2024. aastal käivitab komisjon **vaimse tervise alase suutlikkuse suurendamise valdkonnaülese lähenemisviisi kava (töövahend)**²¹.

Liikmesriike kutsutakse üles võtma kasutusele lähenemisviisi, millega edendada **vaimset tervist kõigis poliitikavaldkondades**. Erilist tähelepanu tuleks pöörata **edendamisele, ennetamisele**,²² **varajasele sekkumisele, võtlusele häbimärgistamise vastu** ja vaimse tervise probleemidega inimeste **sotsiaalse kaasatuse** tagamisele. Lisaks peaksid liikmesriigid toetama programme, mille eesmärk on aidata inimestel tööle asuda või osaleda tööle naasmise programmides. Digivaldkond, sealhulgas töökohal, toob kaasa **psühhosotsiaalsed riskid**, mis mõjutavad märkimisväärselt nii inimesi, organisatsioone kui ka majandust²³. Erilist tähelepanu tuleb pöörata töö- ja eraelu tasakaalu edendamisele.

b. Hea vaimse tervise edendamine, vaimse tervise probleemide ennetamine ja varajane sekkumine

Vaimse tervise probleemidega inimesed peavad teadma, kust abi küsida. Praegu on kättesaadavad teenused ja vahendid hajutatud ning ELi eri paigus väga erinevad. Samuti ei ole need inimestele piisavalt nähtavad ja teada. Kõik see peab muutuma.

¹⁸ Rahaline toetus [programmi „EL tervise heaks“ 2021. aasta tööprogrammi](#) raames: DP-g-07.2.1: mittenakkuslikke haigusi käsitlevate uuenduslike parimate tavade ja teadusuuringute tulemuste kogumine ja toetamine: eelarvet täiendatakse vahendite ümberjaotamisega: 1 miljon eurot.

¹⁹ WHOga sõlmitud rahalist toetust käsitleva kokkuleppe kaudu (eelarvet suurendatakse vahendite ümberjaotamisega: 11 miljonit eurot) [programmi „EL tervise heaks“ 2022. aasta tööprogrammi](#) raames: DP-g-22–07.02: vaimse tervise probleemidega tegelemine.

²⁰ Rahaline toetus [programmi „EL tervise heaks“ 2022. aasta tööprogrammi](#) raames: DP-g-22-07.01/03/04: konkursikutse vaimse tervise edendamiseks: 10 miljonit eurot.

²¹ [Suutlikkuse suurendamine vaimse tervise valdkonnas](#): valdkonnaülene koolitusprogramm ja vahetusprogramm tervishoiutöötajatele: 9 miljon eurot

²² [Teadusuuringute Ühiskeskuse terviseedenduse ja haiguste ennetamise teabeportaal \(depressiooni, tööstressi ja dementsuse ennetamine\)](#).

²³ Teatise [„ELi tervishoiu ja tööohutuse strateegiline raamistik aastateks 2021–2027“](#) tunnistatakse, kui oluline on tegeleda psühhosotsiaalsete riskidega töökohal, sealhulgas digiüleminekut silmas pidades.

Hea vaimse tervise edendamine, vaimse tervise probleemide ennetamine ja varajane sekkumine on tõhusam ja kulutasuvam kui ravi. **Majanduslikud tõendid** selle lähenemisviisi raames tehtavate investeeringute tõhususe kohta näitavad suurimat kasu **varajase sekkumise** puhul, kus keskendutakse emade ja imikute tervisele, lastele ja noorukitele, vaimsele tervisele töökohal (vt peatükk e) ning enesetapu ja enesevigastamise ennetamisele²⁴. Selles valdkonnas tuleb teadusuuringuid tõhustada, et paremini ära tunda varajasi ohumärke, ning programmil „Euroopa horisont“ on selleks eraldatud eelarve²⁵.

Inimeste tervist mõjutavad nende elukogemused ja elukeskkond. **Tervist mõjutavad tegurid**, mis tulenevad toitumisest ja kehalisest tegevusest, alkoholi, tubaka ja uimastite kuritarvitamisest, ning **keskkonna-, sotsiaalsed ja kaubanduslikud tegurid**, sealhulgas elamistingimused, parem eluase, puhas õhk, juurdepääs spordile, kultuurile ja rohealadele ning parem töö- ja eraelu tasakaal, samuti vägivaldaohud, mõjutavad vaimset tervist olulisel määral.

Kehalisel aktiivsusel ja spordil on hea vaimse tervise edendamisel tähtis roll. EL jätkab **spordi ja tervist tugevdava kehalise aktiivsuse** toetamist ELi spordialase töökava ja Euroopa spordinädala kaudu.

Varajane sekkumine võib tagada õigeaegse toetuse ning hoida ära heaolu ja vaimse tervise edasise halvenemise, eriti noorte seas²⁶. Näiteks võib varajane sekkumine olla keskele tähtsusega riskitegurite ja eri liiki stressi sümptomite äratundmisel ja käsitlemisel. Vaimse tervise edendamise, ennetamise, varajase avastamise ja sekkumise keskmeks on ka mitmesugused asutused, nagu koolid, töökohad, vanadekodud ja vanglad. Vaimse tervise ja heaolu edendamiseks ette nähtud ning kogukonna eri osalejaid ja teenistusi²⁷ kaasavate **koolipõhiste programmide** abil on võimalik probleemid varakult kindlaks teha ja need lahendada.

Komisjon esitab 2023. aastal liikmesriikidele ja sidusrühmadele üleskutse esitada ELi parima tava portaali²⁸ kaudu vaimse tervise edendamise, ennetamise, varajase avastamise ja varajase sekkumise **parimaid tavasid**. Komisjon töötab koos liikmesriikidega välja algatused, et käsitleda vaimse tervise peamisi käitumuslikke, majanduslikke, sotsiaalseid ja keskkonnavalaseid (sealhulgas saastega seotud) põlvkondadevahelisi ja kaubanduslikke tegureid, tehes selleks koostööd algatuse „Koos oleme tervemad“ raames²⁹. Sellega toetatakse **varajase avastamise ja sekkumise suuniste** väljatöötamist ning haavatavate elanikkonnarühmade seiret võtmeolukordades ning seda katsetatakse liikmesriikides³⁰. Komisjon tõhustab oma tegevust **aju-uuringute** valdkonnas, käivitades uusi projekte,

²⁴ <https://www.annualreviews.org/doi/full/10.1146/annurev-publhealth-040617-013629>.

²⁵ [Programmi „Euroopa horisont“ tervishoiualased projektikonkursid 2023. aastal – nn hõbedane kokkulepe – isikukeskne tervishoid ja hooldus Euroopa piirkondades \(I. sihtkoht\) \(europa.eu\)](#).

²⁶ [Preventive psychiatry: a blueprint for improving the mental health of young people \(nih.gov\)](#) (Ennetav psühhiaatria: tegevuskava noorte vaimse tervise parandamiseks).

²⁷ Kooskõlas nõukogu soovitusel „Õpiedu saavutamise teed“.

²⁸ [Parima tava portaal \(europa.eu\)](#).

²⁹ [Programmi „EL tervise heaks“ \(2021–2027\)](#) raames rahastatavate meetmete kaudu.

³⁰ [Programmi „EL tervise heaks“ 2022. aasta tööprogrammi](#) rahastamise kaudu (tehniline tugi eksperdirühmadele).

sealhulgas digitaalsete terviseandmete,³¹ andmetöötlus- ja simulatsioonitaristute³² kasutamise kaudu.

JUHTALGATUSED

2. DEPRESSIOONI JA ENESETAPPUDE ENNETAMISE EUROOPA ALGATUS

- Komisjon eraldab 6 miljonit eurot vähendamaks ohtu, et inimesed kogevad tõsiseid vaimse tervise probleeme, ning toetab **depressiooni ja enesetappude ennetamise poliitika** väljatöötamist ja rakendamist liikmesriikides, tuginedes parimate tavade vahetamisele (2023).

3. ALGATUS „KOOS OLEME TERVEMAD“ – VAIMNE TERVIS

- Komisjon eraldab 8,3 miljonit eurot **algatuse „Koos oleme tervemad“ vaimse tervise haru tugevdamiseks**, et toetada liikmesriikide tegevust vaimse tervise edendamiseks, toetava keskkonna ja poliitikameetmete loomiseks, sotsiaalse kaasatuse suurendamiseks ning vaimse tervise probleemidega seotud häbimärgistamise ja diskrimineerimise vastu võitlemiseks³³.

4. VAIMSE TERVISE PROBLEEMIDEGA INIMESTE JUURDEPÄÄS

- Komisjon loob ELi parima tava portaali³⁴ raames ELi andmekogu, mis koondab liikmesriikide **parimaid tavasid**, et üksteiselt õppida ja suunata inimesi tõhusa ravi juurde (abitelefoniid, abipunktid jne).
- Selleks et aidata inimestel olemasolevates tugiteenustes orienteeruda, kutsutakse liikmesriike üles³⁵ looma riiklikke veebisaite, kus inimestel oleks üks kontaktpunkt, et **parandada juurdepääsu ravile, toetusele ja hooldusele**.

5. VAIMSE TERVISE EUROOPA KOODEKS

- Komisjon eraldab 2 miljonit eurot,³⁶ et **võimaldada vaimse tervise probleemidega inimestel** enda, oma pere ja hooldajate vaimse tervise eest paremini hoolitseda, ning esitab tõenditel põhinevad soovitused, mida aktiivselt edendatakse ja mis on internetis kättesaadavad.

6. AJU-UURINGUTE JAOKS ÜHISE ÖKOSÜSTEEMI VÄLJATÖÖTAMINE

- Komisjon tõhustab aju-uuringuid, sealhulgas vaimset tervist käsitlevaid teadusuuringuid, tehes ökosüsteemi loomiseks tihedat koostööd liikmesriikidega. See ökosüsteem tooks kokku teadlased ja sidusrühmad, et hõlbustada ja koordineerida tegevust, mille eesmärk on maksimeerida ELi ja liikmesriikide teadusinvesteeringuid.

³¹ [Ühtset Euroopa terviseandmeruumi käsitleva määruse ettepaneku](#) eesmärk on hõlbustada juurdepääsu terviseandmete teadusuuringute ja innovatsiooni tarbeks, sealhulgas aju-uuringute valdkonnas.

³² [Euroopa teadustaristu \(europa.eu\)](#).

³³ [Rahvatervise eksperdirühm](#).

³⁴ ELi parima tava portaal: [Parima tava portaal \(europa.eu\)](#).

³⁵ Rahvatervise eksperdirühma vaimse tervise alarühma raames.

³⁶ [Programmi „EL tervise heaks“ 2023. aasta tööprogramm \(europa.eu\)](#).

Liikmesriike kutsutakse üles kasutama ELi rahastamisvõimalusi ja tegema koostööd, et **rakendada algatusi ja parimaid tavasid** vaimse tervise edendamise ja probleemide ennetamise valdkonnas, tegeleda **ebavõrdsuse ja vaimse tervise** vaheliste seostega, suurendades jõupingutusi häbimärgistamise, diskrimineerimise, vihakõne ja vägivalla vastu võitlemiseks, ning pakkuda tervishoiu- ja sotsiaalhoolekandetöötajatele vaimse tervise ja heaolu edendamiseks piisavat koolitust, täiendus- ja ümberõpet. Riigid peaksid tegelema ka probleemidega, mis on seotud haavatavate kogukondade vaimse tervise probleemide ennetamisega, tõhustama vaimse tervise probleemide varajast äratundmist, pakkuma varajast sekkumist ja tuge ning tegelema **tõrjutuse, ebavõrdsuse ja vaimse tervise** vaheliste seostega, suurendades jõupingutusi diskrimineerimise, vihakõne ja vägivalla vastu võitlemiseks.

c. Laste ja noorte vaimse tervise parandamine

Euroopa seisab silmitsi nooremate põlvkondade vaimse tervise halvenemisega. COVID-19 pandeemia ajal hoiti lapsi klassiruumidest eemal ning jäeti nad ilma sotsiaalsest suhtlusest ja kehalisest tegevusest ning depressioonis noorte hulk enam kui kahekordistus³⁷. Üksildus, mis mõjutab heaolu ja vaimset tervist olulisel määral, on saavutanud murettekitava taseme. 2022. aastal teatas iga viies 16–25aastane inimene, et tunneb suurema osa ajast end üksildasena³⁸.

Laste vaesusel võib olla vaimsele tervisele kahjulik mõju. Nõukogu soovitusel, millega luuakse **Euroopa lastegarantii**,³⁹ käsitletakse mõnda neist probleemidest. Kiusamise ennetamise programmid koolides⁴⁰ on tõhus viis toetada laste ja noorte psühholoogilist heaolu.

Noored seisavad üha enam vastamisi ärevuse, kurbuse või hirmu, enesevigastamise, madala enesehinnangu, kiusamise ja söömishäiretega. Eriti ohustatud on põgenikest ja rändajatest lapsed, sealhulgas need, kes on olnud sunnitud põgenema Venemaa agressioonisõja eest Ukrainas, ning lapsed, kes on seksuaalse ärakasutamise, muu kuritegevuse ja väärkohtlemise ohvrid.

Lastele avaldavad mõju mitmesugused omavahel seotud tervise- ja keskkonnaalased ning sotsiaalsed ja kaubanduslikud tegurid, samuti internetikuritegevuse, näiteks internetis toimuva laste seksuaalse väärkohtlemise tagajärjed. On juhtumeid, kus lapsed ja noored seisavad kõige **haavatavamas ja isiksust kujundavamas eas silmitsi raskustega, mis võivad mõjutada nii nende üldist kui ka vaimset tervist kogu elu jooksul.**

³⁷ Võrdlus pandeemiaeelse aja (2019. või lähim aasta) ja pandeemia kõrgaja (aprill 2020 – august 2021) vahel: [Terviseülevaade „Health at a Glance“: Euroopa aruanne, 2022.](#)

³⁸ [Loneliness publications \(europa.eu\).](#)

³⁹ [Nõukogu soovitus, millega luuakse Euroopa lastegarantii.](#)

⁴⁰ [Heaolu koolis | Euroopa haridusruum \(europa.eu\).](#)

Noored on ühtlasi väga mures kliimamuutuste ja elurikkuse kadumise pärast. Hiljutises uuringus⁴¹ jõuti järeldusele, et 75 % lastest ja noortest vastanutest pidas oma tulevikku hirmutavaks. Samal ajal näitas uuring, et kliimaga seotud ärevus ja stress olid seotud valitsusepoolse tajutava ebapiisava reageerimise ja sellega kaasneva tundeaga, et neid on reedetud. ELi võetud kohustused saavutada 2050. aastaks kliimanetraalsus ja järgida Kunming-Montreali üleilmse elurikkuse raamistikku on seetõttu olulised ka meie laste vaimse tervise seisukohast.

Digivahenditel võib olla vaimsele tervisele positiivne mõju (nt pakkudes juurdepääsu teabele, tugirühmadele ja raviteenustele), kuid need võivad seda ka kahjustada. Vaja on liikuda **laste jaoks turvalisema ja tervislikuma digiruumi**⁴² suunas. See võimaldab: kaitsta neid sobimatu sisu eest, teabe sekkuva kogumise ning ebatervisliku toidu, jookide, ilustandardite ning alkoholi ja tubaka agressiivse internetiturunduse eest, tutvustada neile sotsiaalmeedia mõistlikku kasutamist, võidelda laste seksuaalse kuritarvitamisega internetis ning ebaseaduslikele uimastitele ja uutele psühhoaktiivsetele ainetele juurdepääsuga, luua kaitsemeetmeid küberkiusamise, vihakõne, liigse ekraaniaja ja piltide digitaalse töötlemise vastu; kasutada arvutimänge tasakaalustatult, mis aitab vältida sõltuvust ja negatiivset mõju igapäevaelule.

Seoses laste füüsilise ja vaimse arenguga⁴³ kajastatakse **digiteenuste määruses**⁴⁴ teatavaid süsteemseid riske, mis tulenevad väga suurte digiplatvormide või väga suurte internetipõhiste otsingumootoritena määratletud teenuste ja süsteemide, sealhulgas algoritmiliste süsteemide kavandamisest või toimimisest. Sellised riskid võivad tekkida näiteks seoses selliste internetipõhiste kasutajaliideste disainiga, mis kasutavad tahtlikult või tahtmatult ära alaealiste nõrkusi ja kogenematust või mis võivad põhjustada sõltuvuskäitumist.

Nende platvormide jaoks, mida ei ole määratletud väga suurtena, kehtestatakse digiteenuste õigusaktiga ka sihipärased meetmed **alaealiste paremaks kaitsmiseks internetis**, näiteks kujundades platvormide internetipõhised kasutajaliidesed või nende osad nii, et need tagaksid vaikimisi laste eraelu puutumatus, ohutuse ja turvalisuse kõrgeima taseme, või võttes vastu lastekaitse standardeid või osaledes asjakohastes käitumisjuhendites. Lisaks keelatakse digiteenuste määrusega digiplatvormide pakkujatel esitada veebireklaami oma liideses, kui nad on mõistliku kindlusega teadlikud sellest, et teenusesaaja on alaealine.

Lastele parema interneti loomise strateegia (BIK+),⁴⁵ mis täiendab digiteenuste määrust, toetab laste vaimset tervist **turvalisema interneti keskuste ja BIKi portaali** kaudu, mis pakub lastele, peredele ja õpetajatele hulgaliselt eakohaseid vahendeid. Turvalisema interneti keskuste abitelefoniid pakuvad praktilist tuge ja nõu lastele, kes seisavad silmitsi internetis

⁴¹ <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2542519621002783>.

⁴² [Laste jaoks parema interneti loomine | Euroopa digitureviku kujundamine \(europa.eu\)](#).

⁴³ Artikli 34 lõike 2 punktid b ja d

⁴⁴ [Digiteenuste määrus](#).

⁴⁵ Laste ja noorte digikümnend: uus lastele parema interneti loomise Euroopa strateegia (BIK+) (COM/2022/212 final).

esinevate probleemidega, nagu küberkiusamine, seksuaalsuhte eesmärgil kontakti otsimine ja häiriv sisu, ning samuti nende vanematele või eestkostjatele.

Lapsed on oma mure väljendamisel haavatavamad olukorras kui täiskasvanud. Kooskõlas ELi lapse õiguste strateegiaga esitab komisjon 2024. aastal integreeritud lastekaitse-süsteemide algatuse, millega julgustatakse kõiki asjaomaseid ametiasutusi ja talitusi tegema paremat koostööd süsteemis, mille keskmes on laps. Vastloodud ELi laste osalusplatvormi raames konsulteeritakse lastega algatuse ettevalmistamisel, sealhulgas selle vaimse tervise mõõtme osas. **Laste häält tuleks kuulda võtta** ning selleks on vaja sihipäraseid vahendeid ja algatusi. Komisjon toetab **laste seksuaalse ärakasutamise ja väärkohtlemise vastast tulemuslikumat võitlust käsitleva ELi strateegia**⁴⁶ rakendamist, parandades ennetustegevust, ohvrite abistamist ning uurimist ja süüdistuste esitamist. Selleks et tegeleda selliste maapiirkondades või äärealadel elavate **laste ja noorte konkreetsete probleemidega**, keda vaimse tervise tugiteenuste ebapiisavus eriti mõjutab, lisab komisjon ELi maaelu tegevuskava raames sihtotstarbelised meetmed. Sellega tagatakse, et **Euroopa solidaarsuskorpus** toetab jätkuvalt tervishoiu valdkonna ennetus-, edendus- ja toetustegevust kooskõlas algatuse „HealthyLifeStyle4All“⁴⁷ eesmärkidega; seejuures keskendutakse eelkõige haavatavatele või ebasoodsas olukorras olevatele elanikkonnarühmadele pakutavale toetusele.

Kui lastega kokkupuutuvad spetsialistid, näiteks õpetajad tegelevad vaimse tervise probleemide **ennetamise ja varajase sekkumisega**, võib see suurendada laste ja noorte vaimse tervise vastupanuvõimet ning leevendada võimalikke kahjusid, eelkõige tänu sellele, et neile antakse sõna. Lasteaiad ja koolid on ideaalne keskkond selleks, et anda väikelastele oskused oma emotsioonide reguleerimiseks ja kujundada nende arusaam vaimsest tervisest, arendada selliseid oskusi nagu empaatia ning suurendada eneseteadlikkust ja enesekindlust. Selleks on vaja piisavalt koolitatud töötajaid, asjakohast investeringut, mis võib aidata vähendada vaimse tervise probleemidega seotud häbimärgistamist ning luua vastupidavama ja sidusama ühiskonna. On tõendatud, et koolipõhised algatused, sealhulgas terviklikud lähenemisviisid vaimsele tervisele aitavad parandada õpilaste vaimset tervist, kognitiivseid oskusi, tähelepanuvõimet, õpitulemusi ja vastupidavust stressitekitajate suhtes⁴⁸. Abiliin **Child Helpline International**⁴⁹ pakub vaimse tervise alast tuge, mis võib hõlmata emotsionaalset, psühholoogilist ja mõnikord ka õiguslast abi lastele, kes abiliiniga ühendust võtavad.

Komisjon toetab liikmesriike **Euroopa lastegarantii** rakendamisel kooskõlas nende riiklike tegevuskavadega ja ELi fondide, eelkõige Euroopa Sotsiaalfond+ kaudu ning hõlbustab heade tavade vahetamist lastegarantii koordinaatorite vahel. Riike toetatakse ka nende jõupingutustes tõhustada tervishoiu- ja muude spetsialistide riikliku suutlikkuse suurendamist ning neid kutsutakse üles kasutama ELi eelarve rahalisi võimalusi, et laiendada

⁴⁶ [ELi strateegia, mis käsitleb tulemuslikumat võitlust laste seksuaalse väärkohtlemise vastu \(europa.eu\).](https://european-council.europa.eu/media/en/press-operations/infographic-122024-01.pdf)

⁴⁷ [Algatus „HealthyLifestyle4All“ | Sport \(europa.eu\).](https://european-council.europa.eu/media/en/press-operations/infographic-122024-01.pdf)

⁴⁸ [Kuidas saavad koolisüsteemid tervist ja heaolu parandada: teema lühikokkuvõte: vaimne tervis \(who.int\).](https://www.who.int/news/2024/01/24/mental-health-children)

⁴⁹ [Avaleht – Child Helpline International: mida rahastatakse kodanike, võrdõiguslikkuse, õiguste ja väärtuste programmist.](https://www.childhelplineinternational.org/)

ennetustegevust ja varajast sekkumist väljaspool tervishoiusektorit, eelkõige hariduskeskkonnas. Komisjon **jälgib edusamme** ka Euroopa poolaasta kaudu.

Komisjon jätkab ELi **noortestrategie (2019–2027)**⁵⁰ rakendamist, et noorte vaimne tervis ja heaolu paraneksid ja lõppeks häbimärgistamine.

Komisjon parandab vaimse tervise edendamist hariduskeskkonnas, toetades selleks algatuse „**Õpiedu saavutamise teed**“⁵¹ rakendamist. Komisjoni eksperdirühm, mis tegeleb selliste rühmade toetava õpikeskkonnaga, kelle õpitulemused on kehvad, ja heaolu toetamisega koolis, töötab 2024. aastal kohaliku, piirkondliku ja riikliku tasandi poliitikakujundajatele ja koolidele välja suunised, mis hõlmavad **heaolu käsitlevat lähenemisviisi, mis on süsteemne ja hõlmab kogu kooli**⁵². Komisjon teeb ettepaneku enesehindamis- ja enesearenguvahendite **komplekti kohta, mis käsitleb heaolu koolides**, ning esitab soovitusel teadlikkuse suurendamiseks riiklikul ja ELi tasandil. Programmi „Erasmus+“ ja Euroopa solidaarsuskorpuse vahendusel on kättesaadavad projektide rahastamisvõimalused, et edendada noorte vaimset tervist ja heaolu, ning programmi „Erasmus+“ pikaajalise tegevuse „**Vaimne tervis noorsootöös**“ raames jätkatakse üldise ja vaimse tervise alase teadlikkuse suurendamist.

JUHTALGATUSED

7. LASTE JA NOORTE VAIMSE TERVISE VÕRGUSTIK

- 2024. aastal toetab komisjon laste ja noorte vaimse tervise võrgustiku loomist, et vahetada noortesaadikute kaudu teavet, anda vastastikust toetust ja tegeleda teavitamisega⁵³.

8. LASTE TERVIS 360

- 2023. aastal töötab komisjon välja **ennetusvahendite komplekti**, milles keskendutakse ennetamisele, ohustatud laste puhul varajasele sekkumisele ning vaimse ja füüsilise tervise ning peamiste tervist mõjutavate tegurite vahelistele seostele⁵⁴. Erilist tähelepanu pööratakse kiusamise ohule haridusasutustes.

9. JUHTALGATUS „NOORED KÕIGEPEALT“ (TEHNILISE TOE INSTRUMENTI 2023. AASTA JUHTALGATUS⁵⁵)

- 2023. aastal töötab komisjon tihedas koostöös laste ja noortega välja **nende jaoks ettenähtud vahendid**, et tegeleda aktiivselt näiteks tervislike eluviisidega ja vaimse

⁵⁰ [EUR-Lex – 42018Y1218\(01\) – ET – EUR-Lex \(europa.eu\)](#).

⁵¹ [EUR-Lex – 32022H1209\(01\) – ET – EUR-Lex \(europa.eu\)](#).

⁵² Need suunised peaksid sisaldama vaimse heaolu ja kiusamise ennetamise teemat ning käsitlema ka õpetajate tööstressi ja vägivalda, samuti õpetajate kiusamist osana kogu kooli hõlmavast lähenemisviisist. Link: <https://osha.europa.eu/en/publications/occupational-safety-and-health-and-education-whole-school-approach#:~:text=A%20Whole%20School%20Approach%20to,pupils%20in%20school%20safety%20management>

⁵³ Algatuse „Koo oleme tervemad“ raames ja rahastatud [programmi „EL tervise heaks“](#) raames.

⁵⁴ Algatuse „Koo oleme tervemad“ raames ja rahastatud [programmi „EL tervise heaks“](#) raames.

⁵⁵ 2 miljonit eurot [tehnilise toe instrumendi 2023. aasta tööprogrammi](#) raames: projekt käivitatakse 2023. aasta sügisel.

tervise probleemide ennetamisega⁵⁶ (2 miljonit eurot).

10. TURVALINE VEEBIKESKKOND, TERVED NOORED

Komisjon toetab järgmist tegevust:

- lastele parema interneti loomise strateegia (BIK+)⁵⁷ rakendamise jätkamine;
- praktilised suunised ametiasutustele **alaealiste kaitse parandamiseks digimaailmas**, millele lisaks jälgitakse digiülemineku mõju laste heaolule portaali „Lastele parem internet“ kaudu;
- **internetiteenuste eakohase kujunduse tegevusjuhend**,⁵⁸ mille rakendamist toetab komisjon ja mis põhineb digiteenuste määruses sisalduvatel uutel eeskirjadel;
- digiteenuste määruse kohase **internetis leviva vihakõne vastase võitluse tegevusjuhendi** raames tehtava töö jätkamine ja tõhustamine⁵⁹.

Komisjon julgustab liikmesriike tegema koostööd selliste poliitiliste strateegiate ja algatuste koostamisel, mis on suunatud **laste ja noorte vaimse tervisega** seotud konkreetsetele probleemidele, ning uurima vaimse tervise probleemide, tervist mõjutavate tegurite ning digivahendite kasutamise vahelisi seoseid. Komisjon kutsub liikmesriike üles määrama oma riiklikes vaimse tervise strateegiates lapsed üheks prioriteetseks sihtrühmaks ning looma võrgustikke perekondade, koolide, noorte ning muude laste vaimse tervisega seotud sidusrühmade ja institutsioonidega. Liikmesriike õhutatatakse tagama, et **lastel** oleks parem juurdepääs vaimse tervise teenustele ning võrdne ja lihtne juurdepääs tervislikule toidule ja korrapärasele kehalisele tegevusele, samuti tagama, et nad elaksid turvalises ja toetavas keskkonnas ning oleksid kaitstud alkoholi-, tubaka- ja uimastiprobleemide ning digitaalse kasutamise negatiivsete mõjude eest. Ühtlasi kutsutakse liikmesriike üles **rakendama uuenduslikke lähenemisviise ja parimaid tavasid**, mis on kindlaks määratud laste ja noorte vaimset tervist käsitlevas algatuses „Koos oleme tervemad“, ning osalema algatuse raames tehtavas koostöös, et **tegeleda tervist mõjutavate tegurite**, sealhulgas majanduslike, kaubanduslike, sotsiaalsete ja keskkonnaalaste tegurite mõju ning digiülemineku mõjuga laste ja noorte vaimsele tervisele ja heaolule.

d. Abi osutamine neile, kes seda kõige enam vajavad

Psüühikahäired on seotud paljude ebavõrdsuse vormidega, mistõttu **haavatavas olukorras** olevatele inimestele tuleb pöörata erilist tähelepanu. Inimesed võivad kuuluda mitmesse haavatavasse rühma samaaegselt – sellised inimesed on näiteks vaesuses elav üksikema või puudega isik, kes paraneb raskest haigusest.

⁵⁶ Koos UNICEFiga annab komisjon [tehnilist abi](#) Küprosele, Itaaliale, Sloveeniale ja Andaluusia piirkonnale, et tõhustada koostööd eri sektorite – tervishoiu, hariduse, sotsiaalteenuste ja lastekaitse süsteemide – vahel. .

⁵⁷ [Lastele parema interneti loomise strateegia](#).

⁵⁸ Internetiteenuste eakohase kujunduse tegevusjuhend toetab digiteenuste määruse artikli 28 rakendamist ja seda tunnustatakse digiteenuste määruse artikli 45 kohase tegevusjuhendina.

⁵⁹ Iga digiteenuste määruse kohase tegevusjuhendi puhul on ette nähtud Euroopa digiteenuste nõukoja osalemine.

Keerukate demograafiliste muutuste ajal peavad **vaimse tervise teenused ning sotsiaal- ja pikaajalise hoolduse teenused** olema kättesaadavad, taskukohased, integreeritud,⁶⁰ kogukonnapõhised ja kasutajasõbralikud. **Eakatel**⁶¹ peaks olema võimalus harrastada tervislikku ja aktiivset eluviisi, tegeleda oma vaimse tervisega ning suurendada sotsiaalset suhtlust⁶² ja vähendada üksildust. Soodustada tuleb loovaid lahendusi, nagu eri põlvkondade koos elamine.

Komisjon suurendab teadlikkust sellest, et vaimse tervise edendamiseks on vaja tegeleda **üksilduse ja sotsiaalse eraldatuse probleemiga**,⁶³ ning toetab liikmesriike parimate tavade koondamisel ja jagamisel ELi parima tava portaalis.

Naised kogevad depressiooni peaaegu kaks korda suurema tõenäosusega kui mehed. See tuleneb paljudest teguritest, nagu bioloogia, eluline olukord ja kultuuriline surve⁶⁴.

Soolise vägivalla ohvrid on eriti haavatavad. Komisjon tõhustab **soolise vägivalla, sealhulgas kübervägivalla ohvrite** kaitset ja toetamist, rakendades ELi eesseisvaid kohustusi, mis tulenevad **Istanbuli konventsioonist**⁶⁵ ning ELi ettevalmistatavast direktiivist, mis käsitleb **naistevastast vägivalda ja perevägivalda**⁶⁶. Komisjon tegeleb **naisi ja tütarlapsi kahjustavate tavade**⁶⁷ ennetamise ja nende vastu võitlemisega ning loob **soolise vägivalla** ja perevägivalla ennetamise ELi võrgustiku. Nii laste kui ka naiste vaimse tervise kaitsmiseks tuleb tegeleda **sünnitusjärgse depressiooni** ja muude vaimse tervise probleemidega, mis võivad tekkida raseduse ajal ja pärast seda⁶⁸. ELi rahastatud projekti „HappyMums“⁶⁹ raames uuritakse füsioloogilisi mehhanisme, mis võimaldaksid tõhusat teaduspõhist kliinilist sekkumist. Tuleb tegeleda ka naiste ees seisvate väljakutsetega, nagu ebavõrdne juurdepääs tööhõivele, sealhulgas ajutistele lepingutele ja/või võrdsele töötasule, majapidamis- ja perekohustuste ebavõrdne jaotumine ning majanduslik surve ja sõltuvus. Komisjon aitab olukorda parandada, tagades, et liikmesriigid võtavad täielikult ja nõuetekohaselt üle ja kohaldavad ELi õigusakte, mis käsitlevad naiste ja meeste tööhõive- ja elukutsealaseid võrdseid võimalusi ja võrdset kohtlemist, lapsevanemate ja hooldajate töö- ja eraelu tasakaalu ning tasustamise läbipaistvust.

Diskrimineerimine seksuaalse sättumuse, sooidentiteedi, sooväljenduse või sootunnuste alusel võib samuti mõjutada vaimset tervist, seda eriti noorte puhul. Marginaliseerumisest, diskrimineerimisest ja häbimärgistamisest põhjustatud psühholoogiline stress (stressirohke

⁶⁰ Eakate integreeritud hooldussüsteem tähendab, et vanemaealised täiskasvanud saavad vajalikku tervishoiuteenust, kus ja millal nad seda vajavad. Vt: [Ageing and Health unit \(who.int\)](https://www.who.int/ageing).

⁶¹ 2021. aastal olid rohkem kui 20,8 % ELi elanikkonnast üle 65 aasta vanused, ning see määr tõuseb 2058. aastaks prognooside kohaselt 30,3 %ni: [Nõukogu järeldused, mis käsitlevad vananemise süvalaiendamist avalikus poliitikas](#).

⁶² [Nõukogu järeldused „Eakate inimõigused, osalus ja heaolu digiajastul“](#).

⁶³ [Loneliness \(europa.eu\)](https://ec.europa.eu/eu-justice/justice-panels/loneliness).

⁶⁴ [WMH REVIEW FINAL \(who.int\)](https://www.who.int/publications/m/item/wmh-review-final).

⁶⁵ Istanbuli konventsioon: [Naistevastase vägivallaga ja perevägivallaga võitlemine](#).

⁶⁶ [EUR-Lex - 52022PC0105 - ET - EUR-Lex \(europa.eu\)](#)

⁶⁷ [Komisjoni 2023. aasta tööprogramm](#).

⁶⁸ <https://cordis.europa.eu/project/id/101057390>

⁶⁹ [Projekt „HappyMums“](#).

vähemusse kuulumine) suurendab enesetapukäitumise, enesekahjustamise või depressiooni ohtu ning sellega tegeletakse vastavalt LGBTIQ-inimeste võrdõiguslikkuse strateegiale 2020–2025⁷⁰.

Inimkaubanduse ohvrite kogetud füüsiline ja seksuaalne vägivald ning ohud toovad kaasa pikaajalised vaimset tervist mõjutavad tagajärjed⁷¹. Direktiivis, milles käsitletakse inimkaubanduse tõkestamist ja sellevastast võitlust, tunnistatakse vaimse tervise probleemidega ohvrite erivajadusi ning kirjeldatakse spetsiaalseid tervishoiuteenuseid ning pikaajalist taastumis- ja rehabilitatsioonitoetust. Komisjon tõhustab ja edendab ohvrite taastumist ja taasintegreerumist toetavaid programme,⁷² näiteks selliseid, mis pakuvad tervishoiu- ja psühholoogilisi teenuseid, tehes seda Varjupaiga-, Rände- ja Integratsioonifondi kaudu⁷³.

Paljud terviseprobleemid võivad põhjustada või süvendada vaimse tervise probleeme, näiteks **vähipatsientide** puhul, võttes arvesse, et vähktõbi on teine peamine surma põhjus. Vähktõbi ei mõjuta mitte ainult inimese keha, vaid ka tema mõtteid ja tundeid ning põhjustab sageli depressiooni, ärevust ja hirmu.

Puuded võivad sageli põhjustada üksikisikutele suuremat vaimse tervise probleemide tekkimise riski ning seetõttu tuleb kohandada vastavat lähenemisviisi kooskõlas **puuetega inimeste** õiguste strateegiaga⁷⁴, milles käsitletakse vaimse puude ja intellektipuudega inimeste jaoks eriti olulisi meetmeid, näiteks kutsutakse liikmesriike üles rakendama vaimse tervise valdkonnas deinstitutionaliseerimist kui head tava.

Vaimse tervisega on seotud ka iseseisvus, sõltumatus ja osalemine ühiskonnas, mis on eriti asjakohane eakate ja puuetega inimeste puhul. Seepärast on äärmiselt oluline tagada füüsiline, sotsiaalne ja rahaline juurdepääs, parandades sealhulgas juurdepääsu tööturule ja hõlbustades inimeste tööle naasmist. Kaks puuetega inimeste tööhõive paketi suunist tööandjatele käsitlevad töötamist krooniliste haigustega ja tööle naasmist⁷⁵. Samuti annab komisjon enne 2023. aasta lõppu liikmesriikidele iseseisvat elu ja kogukonda kaasamist käsitlevad suunised ning 2024. aastal esitab ta raamistikku, milles käsitletakse puuetega inimestele, sealhulgas vaimse tervise probleemidega inimestele pakutavaid kõrgetasemelisi sotsiaalteenuseid.

On teada, et **COVID-19-järgse seisundi** (tuntud kui pikaajaline COVID) sümptomid avaldavad negatiivset mõju vaimsele tervisele⁷⁶ ning vaimse tervise probleemid võivad suurendada pikaajalise COVIDi tekke riski. Komisjon loob 2023. aastal **pikaajalist COVIDit käsitleva liikmesriikide ekspertide võrgustiku**.

⁷⁰ [„Võrdõiguslikkuse liit: LGBTIQ-inimeste võrdõiguslikkuse strateegia 2020–2025](#)

⁷¹ [Uuring inimkaubanduse majanduslike, sotsiaalsete ja inimkulude kohta ELis – Euroopa Liidu Väljaanne Talitus \(europa.eu\).](#)

⁷² [Vastavalt Inimkaubanduse vastu võitlemise ELi strateegiale 2021–2025.](#)

⁷³ [Varjupaiga-, Rände- ja Integratsioonifond \(2021–2027\) \(europa.eu\)](#)

⁷⁴ 2021. aastal võttis Euroopa Komisjon vastu „[Puuetega inimeste õiguste strateegia aastateks 2021–2030](#)“, tehes seda kooskõlas ÜRO puuetega inimeste õiguste konventsiooniga, millega EL ja liikmesriigid on ühinenud.

⁷⁵ [Puuetega inimeste tööhõive pakett](#)

⁷⁶ [Long COVID and mental health correlates: a new chronic condition fits existing patterns - PubMed \(nih.gov\).](#)

Pagulased ja põgenikud ning just sõja, tagakiusamise või konflikti eest põgenevad inimesed (nt Ukraina põgenikud) on vaimse tervise probleemide suhtes vastuvõtlikumad⁷⁷ ning kannatuste vähendamiseks on vaja varakult tegutseda. Sellega seoses aitab komisjon jätkuvalt tugevdada põgenike psühhosotsiaalset toetamist, eelkõige andes psühholoogilist esmaabi neile inimestele, keda mõjutab Venemaa agressioonisõda Ukraina vastu⁷⁸.

Komisjon kuulutab Varjupaiga-, Rände- ja Integratsioonifondi⁷⁹ raames välja projektikonkursi, mille eesmärk on vähendada takistusi rändajate juurdepääsuks tervishoiuteenustele, sealhulgas vaimse tervise teenustele ja psühholoogilisele toele.

Vaimse tervise häired on levinud **kodutute** seas⁸⁰ ning pikaajaline ja korduv kodutus süvendab vaimse tervise häireid ja asjaomast puuet. **Kodutuse vastu võitlemise Euroopa platvormi** raames tegeletakse vaimse tervise probleemidega.

Romade puhul võib vaimse tervise probleemide risk olla suurem, arvestades, et nad on sageli raskes olukorras, mis tuleneb kehvast sotsiaal-majanduslikust sissetulekust, ümbritsevatest asjaoludest ja tõrjutusest, juurdepääsu puudumisest haridusele ja tööhõivele, ebapiisavast eluasemest, segregatsioonist, tõrjutusest ja diskrimineerimisest, mida esineb ka tervise valdkonnas. Romade võrdõiguslikkust, kaasamist ja osalemist käsitlev ELi strateegiline raamistik sisaldab valdkondlikku eesmärki parandada romade tervist ning tõhusat võrdset juurdepääsu kvaliteetsetele tervishoiu- ja sotsiaalteenustele⁸¹.

Kuriteohvritel nagu terrorismiohvid, inimkaubanduse ohvid, vihakuritegude ohvid, lapsohvid või mis tahes muud ohvid (eelkõige need, kes on kannatanud märkimisväärset kahju kuriteo raskuse või oma isiku tõttu ning kes vajavad psühholoogilist abi), peaks olema tasuta juurdepääs sellisele abile nii kaua, kui see on vajalik. **Ohvrite õiguste direktiivi**⁸² eelseisva läbivaatamise käigus teeb komisjon tööd selle nimel, et parandada ohvrite juurdepääsu psühholoogilisele abile, eelkõige muutes psühholoogilise abi tasuta kättesaadavaks nii kauaks, kui see on vajalik kõigile sellist abi vajavatele ohvritele.

Maapiirkondades või äärealadel elavatele inimestel, näiteks põllumajandusettevõtjatel on konkreetsed vaimse tervise probleemid, mis on seotud ohuga jääda eraldatuks ja juurdepääsu puudumisega vaimse tervise teenustele. Põllumajandusettevõtjate hulgas on enesetappude määr osades liikmesriikides⁸³ 20 % kõrgem kui riigi keskmine, mistõttu pakutakse toetust nende inimeste vastupanuvõime tugevdamiseks. ÜPP vahenditest saab toetada teadlikkuse

⁷⁷ Maailma Terviseorganisatsiooni andmetel esineb järgmise kümne aasta jooksul hinnanguliselt igal viiendal sõjakoleduki kogenud inimesel vaimse tervise probleeme ning iga kümnenda inimese seisund on raske posttraumaatilise stressi või psühhooosi tõttu.

⁷⁸ Vaata juhtalgatust Ukraina põgenike ja sõjast mõjutatud inimeste vaimse tervise toetamiseks.

⁷⁹ [Varjupaiga-, Rände- ja Integratsioonifond \(2021–2027\) \(europa.eu\)](https://commission.europa.eu/system/files/2021-01/eu_roma_strategic_framework_for_equality_inclusion_and_participation_for_2020_-_2030_0.pdf)

⁸⁰ Nicholas Pleace (2023) Social and healthcare services for homeless people: a discussion paper forthcoming in European Platform on Combating Homelessness.

⁸¹ https://commission.europa.eu/system/files/2021-01/eu_roma_strategic_framework_for_equality_inclusion_and_participation_for_2020_-_2030_0.pdf.

⁸² Euroopa Parlamendi ja nõukogu 25. oktoobri 2012. aasta direktiiv 2012/29/EL, millega kehtestatakse kuriteohvrite õiguste ning neile pakutava toe ja kaitse miinimumnõuded ning asendatakse nõukogu raamotsus 2001/220/JSK (ELT L 315, 14.11.2012, lk 57–73).

⁸³ Prantsusmaa rahvatervise 2018. aasta aruanne

suurendamise meetmeid, sealhulgas vaimse tervise valdkonnas, näiteks põllumajandusettevõtete nõustamisteenuste kaudu. Lisaks võiks kasutusele võtta ka muid vahendeid, mida pakuvad Euroopa Sotsiaalfond+ või Euroopa Regionaalarengu Fond, et suurendada investeeringuid sotsiaalteenustesse maapiirkondades ja äärealadel ning seega tagada, et need teenused on kättesaadavad abivajavatele põllumajandustootjatele ja põllumajandustöötajatele, olenemata nende elukohast.

JUHTALGATUSED

11. KURITEOOHVRITE KAITSE

- 2023. aasta teiseks kvartaliks püüab komisjon parandada kuriteoohvrite juurdepääsu psühholoogilisele ja vaimse tervise alasele toetusele, vaadates läbi direktiivi, millega kehtestatakse **kuriteoohvrite õiguste ning neile pakutava toe ja kaitse** miinimumnõuded.

12. VÄHIUURINGUTE MISSIOON: PLATVORM VÄHKTÕVE ÜLEELANUD ISIKUTELE

- Komisjon teeb programmi „Euroopa horisont“ vähiuuringute missiooni⁸⁴ vahendusel **noortele vähktõve üleelanud isikutele** kättesaadavaks platvormi, mis on toeks nende vaimsele tervisele.
- Komisjon toetab liikmesriikidevahelist koostööd, et pakkuda vähipatsientidele, nende hooldajatele ja perekondadele psühholoogilist tuge (8 miljonit eurot)⁸⁵.

Komisjon julgustab liikmesriike parandama juurdepääsu digivahenditele, mille kasulikkus eakamate inimeste jaoks on tõestatud, et parandada nende vaimset tervist ja aidata neil osaleda ühiskondlikus elus. Liikmesriike julgustatakse koguma andmeid haavatavas olukorras olevate inimeste, sealhulgas kodutute vaimse tervise seisundi kohta ning teenuste kättesaadavuse kohta marginaliseerunud, äärepoolsetes ja ebasoodsas olukorras olevates piirkondades. Komisjon kutsub liikmesriike üles tagama takistusteta võrdne juurdepääs kvaliteetsetele ja taskukohastele tervishoiu- ja sotsiaalteenustele, eelkõige kõige suuremas ohus olevatele rühmade või marginaliseerunud või kõrvalistes paikkondades elavatele inimeste jaoks,⁸⁶ ning tegelema romade konkreetse olukorraga, parandades juurdepääsu vaimse tervise teenustele ja esmastele ennetusmeetmetele, näiteks teadlikkuse suurendamise kampaaniate kaudu. Lisaks kutsub komisjon liikmesriike tungivalt üles rakendama deinstitutionaliseerimise häid tavasid, sealhulgas laste puhul, ning tugevdama üleminekut kogukonnapõhistele teenustele.

⁸⁴ [EU Mission: Cancer \(europa.eu\)](https://europa.eu/eu-portal/).

⁸⁵ Rahaline toetus programmi „EL tervise heaks“ 2023. aasta tööprogrammi raames: CR-g-23-19.01 meetmega toetakse vähipatsientide ja vähktõve üleelanud isikute vaimse tervise probleemide lahendamist.

⁸⁶ Nagu see on sätestatud näiteks [nõukogu soovitusel romade võrdõiguslikkuse, kaasamise ja osalemise kohta](#).

e. Tähelepanu pööramine töökohal esinevatele psühhosotsiaalsetele riskidele

Inimesed veedavad märkimisväärse osa oma ajast tööl ja hea töökeskkond on tervise jaoks äärmiselt oluline. Stress ja psühhosotsiaalsed riskid töökohal võivad mõjutada vaimset tervist ja põhjustada rahulolematust tööga, konflikte, väiksemat tootlikkust, läbipõlemist, töölt puudumist ning mõjutada käivet. Vaimne tervis on töövõime, pädevuse ja tootlikkuse eeltingimus. Umbes pooled Euroopa töötajatest peavad oma töökohal stressi levinuks ja selle tõttu läheb umbes pool kõigist tööpäevadest kaduma. Samas on psühhosotsiaalsed riskid ja tööstress ka tööohutuse ja töötervishoiu valdkonna kõige suuremad väljakutsed.

Digiüleminekuga kaasnevad ja **COVID-19 pandeemia** tõttu esile kerkinud uued töövormid (nt platvormi- ja kaugtöö) on mõjutanud töötajate vaimset tervist, isegi kui selliste töövormide paindlikkus võib osutada ka kasulikuks. Elutähtsate kutsealade töötajad, eelkõige tervishoiu- ja sotsiaalhoolekandetöötajad, sattusid neile tööga seotud psühhosotsiaalsete riskide tõttu pandeemiajärgses olukorras kõige suuremasse ohu⁸⁷.

Tööandjatel on oluline roll töötajate ohutuse ja tervise tagamisel, nagu on määratletud **tööohutust ja töötervishoidu** käsitlevates ELi õigusaktides⁸⁸. Aastate jooksul on komisjon töötervishoiu ja tööohutuse strateegilistes raamistikutes käsitlenud psühhosotsiaalseid riske ja vaimset tervist töökohal⁸⁹. Teatistes „ELi töötervishoiu ja tööohutuse strateegiline raamistik aastateks 2021–2027“ pööratakse erilist tähelepanu vaimsele tervisele ja psühhosotsiaalsetele riskidele⁹⁰.

Vaimse tervise edendamiseks ja kaasavama ühiskonna loomiseks on vaja kaaluda edasisi samme seoses **õigusega tööst välja lülituda**, mis on tööga seotud stressi vähendamise ning töö- ja eraelu parema tasakaalu edendamise lahutamatu osa, seoses **õigusega naasta tööle** pärast psüühikahäiret ning seoses psühholoogiliselt ohutu töökeskkonnaga.

Komisjon väljendab heameelt seoses Euroopa sektoriüleste sotsiaalpartnerite 2022.–2024. aasta tööprogrammiga ning käimasolevate läbirääkimistega, mida peetakse uue kaugtööd ja tööst väljalülitumise õigust käsitleva lepingu üle, mis on kavas esitada vastuvõtmiseks õiguslikult siduva kokkuleppena, mida rakendatakse direktiiviga. Komisjon jätkab **sotsiaalpartnerite toetamist** läbirääkimistel kaugtööd ja tööst väljalülitumise õigust käsitleva lepingu üle, hõlbustades arutelusid ja parimate tavade kindlakstegemist ning hinnates olemasolevaid tavasid ja eeskirju, mis on seotud õigusega tööst välja lülituda. Käimasolevad läbirääkimised sotsiaalpartneritega on seotud Euroopa Parlamendi 2021. aasta jaanuari

⁸⁷ vt <https://osha.europa.eu/en/publications/osh-pulse-occupational-safety-and-health-post-pandemic-workplaces>.

⁸⁸ [Tööohutust ja töötervishoidu käsitlevad õigusaktid | Safety and health at work EU-OSHA \(europa.eu\)](#). Töötervishoiu ja tööohutuse raamdirektiivis (89/391/EMÜ) on sätestatud tööandja kohustus hinnata töötajate ohutuse ja tervisega seotud riske, sealhulgas psühhosotsiaalseid riske, ning kehtestada kaitsemeetmed. Kuvariga töötamise nõuete direktiivis (90/270/EMÜ), töökohale esitatavate nõuete direktiivis (89/654/EMÜ) ning direktiivis teravate instrumentide põhjustatud vigastuste ärahoidmise kohta haigla- ja tervishoiusektoris (2010/32/EL) käsitletakse ka psühhosotsiaalsete riskidega seotud tööalaseid aspekte.

⁸⁹ Näiteks COM(2002) 118; COM(2007) 62; COM(2014) 0332.

⁹⁰ COM(2021) 323 final.

resolutsiooniga õiguse kohta tööst välja lülitada, mille puhul komisjonil on kohustus võtta järelmeetmeid.

Komisjon tagab, et Euroopa Tööohutuse ja Töötervishoiu Amet (EU-OSHA)⁹¹ viib lõpule töötervishoiu ja tööohutuse ning digiülemineku ülevaate koostamise, mis hõlmab vaimset tervist töökohal, ning rakendab seda tööohutuse ja töötervishoiu ülevaadet psühhosotsiaalse ja vaimse tervise kontekstis töökohtadel, hõlmates ka teavet tööle naasmise ja psüühikahäirega töötamise heade tavade kohta ning ülevaadet töötervishoiu ja tööohutuse kohta tervishoiu- ja hooldussektoris. Komisjon tagab, et EU-OSHA esitab 2018. aasta väljaande „Terved töötajad, edukad ettevõtted – töökoha heaolu praktiline juhend“⁹² alusel ajakohastatud suunised ning viib ellu projekti, mis käsitleb häid tavasid, et toetada tööga seotud või mitteseotud vaimse tervise probleemidega töötajaid töökoha säilitamisel või pärast haiguspuhkust edukalt tööle naasmisel, ning esitab 2024. aastaks ka asjaomase aruande.

Eesistujariigi Rootsi ja Euroopa Komisjoni poolt korraldatud tööohutuse ja töötervishoiu teemalisel tippkohtumisel, mis toimus 15–16. mail 2023, määratleti töökohal esinevad psühhosotsiaalsed riskid ja vaimse tervise probleemid kui tööohutuse ja töötervishoiu teemad, mis muutuvad järjest olulisemaks ning vajavad täiendavat tähelepanu⁹³. Komisjon võtab vastavalt tippkohtumise järeldustele järelmeetmeid, et parandada töökohtadel vaimse tervisega seotud olukorda kooskõlas kolmepoolsuse põhimõttega. Samuti jätkab komisjon tööd töökohale esitatavate nõuete direktiivi (89/654/EMÜ)⁹⁴ ja kuvariga töötamise nõuete direktiivi (90/270/EMÜ)⁹⁵ läbivaatamisega. Lisaks toetab komisjon Euroopa hooldusstrateegia⁹⁶ rakendamist meetmetega, mis aitavad kaasa hooldajate ja hooldatavate vaimsele heaolule.

JUHTALGATUSED⁹⁷

13. PSÜHHOSOTSIAALSEID RISKE KÄSITLEV ELI TASANDI ALGATUS

- Komisjon viib läbi vastastikuse eksperdihinnangu õiguslike ja jõustamisalaste lähenemisviiside kohta, et tegeleda **töökohal esinevate psühhosotsiaalsete riskidega** liikmesriikides, ning võttes arvesse selle tulemusi ja sotsiaalpartnerite panust, esitada keskpikas perspektiivis psühhosotsiaalseid riske käsitlev ELi tasandi algatus.

14. TÖÖKOHTADEL KORRALDATAVAD ELI KAMPAANIAD

- **Kogu ELi hõlmav EU-OSHA tervislike töökohtade kampaania – ohutu ja tervislik töö digiajastul**, sealhulgas keskendumine vaimsele tervisele töökohal (2023–2025);
- **kogu ELi hõlmav EU-OSHA tervislike töökohtade kampaania psühhosotsiaalsete riskide ja vaimse tervise kohta töökohal**, milles keskendutakse uutele ja

⁹¹ Euroopa Tööohutuse ja Töötervishoiu Amet (europa.eu).

⁹² „Terved töötajad, edukad ettevõtted – töökoha heaolu praktiline juhend“.

⁹³ <https://ec.europa.eu/social/main.jsp?langId=en&catId=89&furtherNews=yes&newsId=10582#navItem-1>

⁹⁴ Nõukogu direktiiv töökohale esitatavate ohutuse ja tervishoiu miinimumnõuete kohta.

⁹⁵ Nõukogu direktiiv kuvariga töötamise kohta.

⁹⁶ Euroopa hooldusstrateegia.

⁹⁷ EU-OSHA eelarvest antav rahaline toetus.

tähelepanuta jäetud kutsealadele ja sektoritele, sealhulgas põllumajandusele ja ehitusele, ning rühmadele, kuhu kuuluvad madala kvalifikatsiooniga töötajad, võõrtöölised ja noored töötajad (2026–2027/28).

Liikmesriike julgustatakse ühise põllumajanduspoliitika toel suurendama teadlikkust **põllumajandustootjate ja maapiirkondade elanike** vaimse tervise probleemidest ning töötama välja ja rakendama poliitikat ja parimaid tavasid, et aidata keskenduda ennetusele ja **tugevdada** elutähtsate valdkondade töötajate, sealhulgas tervishoiutöötajate, õpetajate ja põllumajandustootjate vastupanuvõimet. Liikmesriikide abistamiseks tagab komisjon, et EU OSHA koostab aruande, **milles käsitletakse psühhosotsiaalseid riske põllumajandussektoris.**

Samuti julgustatakse liikmesriike veelgi edendama kõrgemate tööinspektorite komitee juhendi⁹⁸ kasutamist psühhosotsiaalsete riskide ennetamisel, et suurendada töötervishoiu ja tööohutusega seotud kohustuste tõhusat järelevalvet ja kontrolli, ning osalema tööinspektoritele mõeldud juhendit käsitlevatel koolitustel.

f. Vaimse tervise süsteemide reformimine ning ravile ja hooldusele juurdepääsu parandamine

Tervishoiusüsteemid peavad tugevdama oma suutlikkust juhtida vaimse tervise alast tegevust alates ennetamisest kuni varajase sekkumise, diagnoosimise, ravi ja hoolduse juhtimise ning patsientide taasintegreerumise toetamiseni. Vaimse tervise süsteemide reformimine ning ravile ja hooldusele juurdepääsu parandamine on seega peamine eesmärk.

Kõigi õigus saada õigeaegne juurdepääs taskukohasele, ennetavale ja kvaliteetsele ravile on üks Euroopa sotsiaalõiguste samba peamisi põhimõtteid. Vaimse tervise probleemidega inimestel puudub ELis sageli lihtne ja ühetaoline juurdepääs toetusele ning juurdepääsuga kaasnevad tihtipeale sellised kulud, mida paljud ei suuda kanda. Liikmesriikide vahel ja liikmesriikides on erinev tervishoiusüsteemide suutlikkus rahuldada vaimse tervise probleemidega inimeste vajadusi⁹⁹. Sooga, etnilise päritoluga, geograafilise asukohaga (sealhulgas linna ja maapiirkondade vaheline lõhe), haridusega, vanusega, seksuaalse sättumusega, soolise identiteediga ning sootunnustega seotud ebavõrdsus mõjutab olulisel määral elanikkonna vaimset tervist ja juurdepääsu vajalikule ravile.

Oluline on **teha kindlaks parimad tavad ja uuenduslikud lahendused**, et parandada vaimse tervise alaste teenuste kättesaadavust, kvaliteeti, juurdepääsetavust ja taskukohasust. **Ebavõrdsuse** vähendamiseks tuleks haavatavas olukorras olevatele inimestele, sealhulgas põgenikele, pagulastele, rändajatele, puuetega inimestele ja LGBTIQ-inimestele, pakkuda kohandatud hoolekannet. Kooskõlas ELi narkostrategiega (2021–2025) ja sellega seotud

⁹⁸ <https://osha.europa.eu/en/legislation/guidelines/labour-inspectors-guide-assessing-quality-risk-assessments-and-risk-management-measures-regard-prevention-msds>

⁹⁹ Terviseülevaade „Health at a Glance“: Euroopa 2022. aasta aruanne (vt joonealune märkus 37 leheküljel 8).

tegevuskavaga tuleks tegeleda ka kaasnevate haigustega inimeste erihooldusvajadustega, et hõlbustada tõhusa ravi kättesaadavust, eelkõige uimastitarbimise häiretega inimeste jaoks.

Tervishoiutöötajate koolituse tõhustamine on oluline, et jätkata oskuste ja ravi kvaliteedi parandamist, aga ka vähendada häbimärgistamist ja diskrimineerimist ning suurendada töötava elanikkonna ühe kõige enam surve all oleva sektori vastupanuvõimet. Euroopa oskusteaasta pakub sidusrühmadele ainulaadset võimalust edendada vaimse tervise valdkonna spetsialistide koolitamist.

Tuleks uurida **digivahendite** (nt telemeditsiin, nõuandetelefonid) kasutamist nende inimeste jaoks, kes vajavad paremat teavitamist ja ravi, sealhulgas maapiirkondades.

Sotsiaalne suhtlus kui ravim on uuenduslik lähenemisviis heaolu ja tervise, sealhulgas vaimse tervise parandamiseks. Üksikisiku tasandil pakub selline sotsiaalne suhtlus inimesele teadmisi, motivatsiooni ja enesekindlust, et oma tervist ja heaolu paremini juhtida ja paremaks muuta¹⁰⁰. Seda lähenemisviisi saab kohaldada esmatasandi tervishoius, kus arstid või muud tervishoiutöötajad võivad näha ette tegevusi, mis vastavad isiku vajadustele ja huvidele, näiteks aja veetmine looduses, sport, jooga või ühiskondlik ja kultuuriline tegevus¹⁰¹.

Komisjon jätkab meetmete väljatöötamist, et toetada liikmesriike **rahuldamata ravimivajaduste** osas, ning vaatab läbi **telemeditsiini võimalused** vaimse tervise teenuste kättesaadavuse parandamisel¹⁰². Projekti „State of Health in the EU“ raames lisatakse **2023. aasta riikide terviseprofiilidesse vaimset tervist käsitlev osa**. Lisaks käivitab komisjon vabatahtliku koostöö liikmesriikidega **avatud koordineerimise meetodi** vahendusel, et tugevdada seoseid kultuuri ja vaimse tervise vahel. **Tervishoiusüsteemide tulemuslikkuse hindamise eksperdirühm**¹⁰³ uurib ka **uute tehnoloogiate potentsiaali** vaimse tervise häirete ennetamiseks ja raviks.

Andmete kogumist ja seiret tuleb tõhustada, et hõlbustada teadlike otsuste tegemist. Tuleks välja töötada uus statistika ja näitajad ning integreerida need järk-järgult poliitika kujundamisse, et kajastada selliseid küsimusi nagu ebavõrdsus, füüsiline ja vaimne tervis ning looduse väärtus inimeste jaoks, ning hinnata meetmete ja rahastamise mõju. See aitab jälgida edusamme heaolu saavutamisel, hõlbustada poliitilistest probleemidest ja nende lahendamise võimalustest teavitamist inimkesksel ja planeeti arvestaval viisil¹⁰⁴.

¹⁰⁰ [Global developments in social prescribing - PubMed \(nih.gov\)](#).

¹⁰¹ [Systematic review of social prescribing and older adults: where to from here? - PubMed \(nih.gov\)](#).

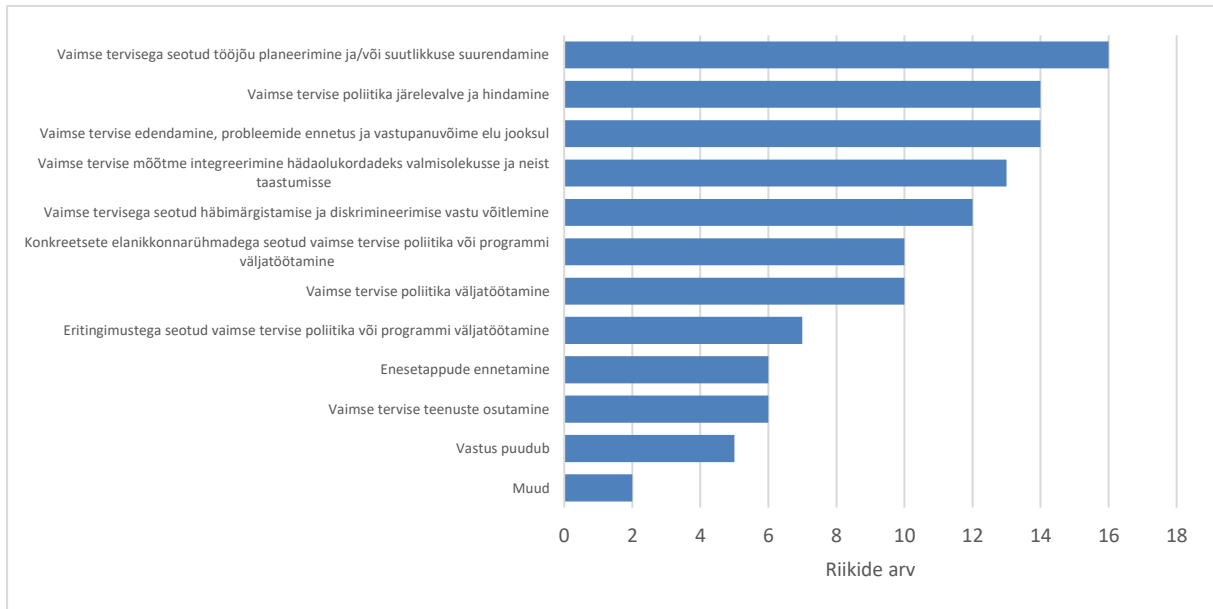
¹⁰² [EUR-Lex - 52012SC0414 - ET - EUR-Lex \(europa.eu\)](#)

¹⁰³ Ekspertühma aruanne „Mapping metrics of health promotion and disease prevention for health system performance assessment“ (Tervise edendamise ja haiguste ennetamise parameetrite kaardistamine tervishoiusüsteemi tulemuslikkuse hindamiseks) sisaldab juhtumiuuringut vaimse tervise ja sotsiaalsete ravimite väljakirjutamise parimate tavade kohta.

¹⁰⁴ [Tulevikusuundade strateegiline analüüs \(europa.eu\)](#).

Liikmesriigid on juba andnud märku suurest vajadusest toetada vaimse tervise valdkonnas tööjõu planeerimist ja/või suutlikkuse suurendamist, vaimse tervise poliitika seiret ja hindamist ning vaimse tervise edendamist ja probleemide ennetamist (joonis 1)¹⁰⁵.

Joonis 1. Liikmesriikide esmatähtsad vajadused suutlikkuse suurendamiseks (27 ELi liikmesriiki, Norra ja Island)



Nende vajaduste rahuldamiseks antakse ELi tasandil rahalist toetust, et liikmesriigid saaksid tugevdada oma tegutsemissuutlikkust. See tähendab rohkem vaimse tervise probleemidega tegelevaid spetsialiste, kes on paremini koolitatud. See tähendab ka üleminekut institutsionaliseeritud hoolduselt kogukonnapõhisele hooldusele.

Mitu liikmesriiki on lisanud oma **taaste- ja vastupidavuskavadesse** meetmed elanikkonna vaimse tervise tugevdamiseks. See on kooskõlas 2020. aasta **Euroopa poolaasta** raames vastu võetud **riigipõhiste soovitustega**, milles kutsutakse kõiki liikmesriike üles suurendama oma tervishoiusüsteemide vastupanuvõimet. 2023. aasta kevadel esitas komisjon riigipõhised soovitused, millega toetatakse tervishoiureformi kuues liikmesriigis. Veel kuue liikmesriigi aruannetes tunnistati vajadust tõhustada tervishoiusüsteemi, et täiendada taaste- ja vastupidavuskavasid. Lisaks sisaldavad kõik Euroopa poolaasta raames vastu võetud riigiaruanded valdkonda käsitlevat osa, mis hõlmab liikmesriikide elanikkonna tervist ja tervishoiusüsteeme, tuues konkreetsetel juhtudel välja vaimse tervise valdkonna probleemid ja kavandatud reformid. Euroopa poolaasta raames jätkatakse tervishoiuvaldkonna arengute jälgimist riiklikul tasandil.

¹⁰⁵ Selleks et toetada investeringuid ja reforme liikmesriikides sihipärase suutlikkuse suurendamise kaudu, korraldati 2023. aasta aprillis Euroopa Komisjoni, WHO ning Majanduskoostöö ja Arengu Organisatsiooni (OECD) koostöös uuring, et anda ülevaade vaimse tervise poliitikast liikmesriikides.

JUHTALGATUSED

15. ELIS ROHKEM JA PAREMINI KOOLITATUD SPETSIALISTE KÄSITLEV ALGATUS

- Alates 2023. aastast tugevdab komisjon tervishoiu- ja muude spetsialistide, näiteks õpetajate ja sotsiaaltöötajate **koolitamist**. Programmi „EL tervise heaks“ sihtotstarbelise rahastamistoetuse kaudu käivitatakse ka uus piiriülene vahetusprogramm vaimse tervise spetsialistidele (9 miljonit eurot). See peaks võimaldama 2026. aastaks koolitada kogu ELis ligikaudu 2 000 spetsialisti ja teha keskmiselt 100 vahetust aastas.

16. MITME SEKTORI ÜLENE TEHNILINE TOETUS VAIMSE TERVISE REFORMIDELE

Komisjon

- suurendab 2024. aastal vaimse tervise teenuste kättesaadavust ja taskukohasust inimestele, pakkudes nõudmise korral **tehnilist tuge** liikmesriikidele reformide kavandamiseks ja rakendamiseks, et parandada integreeritud sektoriüleste vaimse tervise teenuste kättesaadavust tehnilise toe vahendi kaudu¹⁰⁶.

17. ANDMETE KOGUMINE VAIMSE TERVISE KOHTA

- Alates 2025. aastast tagab komisjon, et Euroopa terviseuuring sisaldaks täiendavaid andmeid vaimse tervise kohta, et tagada ELis vaimse tervise valdkonnas tehtud edusammude tõhus seire ja hindamine.

Komisjon julgustab liikmesriike tagama juurdepääsu taskukohasele vaimsele tervishoiule, sealhulgas telemeditsiini kaudu ja piiriüleselt. Riikide ametiasutused peaksid tegema koostööd vaimse tervise teenuste ning **kogukonnapõhise hoolduse** ja **deinstitutionaliseerimise**¹⁰⁷ parandamiseks mõeldud projektide väljatöötamisel ja rakendamisel ning neid asutusi kutsutakse üles töötama vaimse tervise spetsialistidele välja suunamisvõimalusi, võttes arvesse ka muude teenuseosutajate tööd.

g. Häbimärgistamise lõpetamine

Häbimärgistamine ja diskrimineerimine süvendavad isiklike vaimse tervise probleeme ja nende majanduslikku mõju. Vaimse tervise probleemidega inimeste diskrimineerimine on levinud, eriti sotsiaalmeedias, kuid ka töökohtadel, kus 50 % töötajatest on seisukohal, et vaimse tervise seisundi avalikustamine avaldaks nende karjäärile negatiivset mõju¹⁰⁸.

Tegevuses tuleb juhendada vaimse tervise probleemidega inimeste taasintegreerimise ja sotsiaalse kaasamise põhimõtetest. Selleks, et olukorda paremaks muuta, on oluline

¹⁰⁶ [TSI 2024 Flagship - Mental health: Fostering well-being and mental health \(europa.eu\)](https://ec.europa.eu/health/tsi2024-flagship-mental-health/)

¹⁰⁷ Vastavalt [ÜRO puuetega inimeste õiguste konventsioonile](#) (UNCRPD).

¹⁰⁸ OSH Pulse (Eurobaromeetri kiiruuring, 2022): '[Occupational safety and health in post-pandemic workplaces](#)'. Aruanne sisaldab psühhosotsiaalseid riske käsitlevate küsimuste tulemusi ja riikide teabelehti ning jätkuekspertiisi hõlmavat artiklit vaimse tervise ja COVID-19 pandeemia mõju kohta.

investeerida vaimse tervise alase teadlikkuse ja arusaamise parandamisse, sealhulgas vaimse tervise ja empaatiaalasesse koolitusesse koolide õppekavades, kaasates sellesse kõik sidusrühmad.

Iga-aastane Euroopa vaimse tervise nädal (toimub mais) ja ülemaailmne vaimse tervise päev¹⁰⁹ (10. oktoobril) on üritused, kus käsitletakse konkreetselt häbimärgistamist ELi tasandil.

Kunst ja kultuur on inimeste ja kogu ühiskonna positiivse vaimse tervise ja üldise heaolu edendamisel olulised, toetades sotsiaalset kaasatust ja vähendades vaimse tervise probleemide häbimärgistamist¹¹⁰. Kunst ja kultuur võivad olla täienduseks traditsioonilisemale lähenemisele vaimse tervise probleemide lahendamiseks ning aidata kaasa vaimse tervise probleemide ennetamisele ja vaimse tervise häbimärgistamise probleemi lahendamisele. Komisjon toetab liikmesriike teadlikkuse suurendamisel kultuuri ja kunsti positiivsest rollist vaimse tervise ja üldise heaolu parandamisel, näiteks spetsiaalse ürituse kaudu, kus tutvustatakse **kunsti ja kultuuri** kui uusi heaolu ja vaimse tervise tagamise vahendeid.

JUHTALGATUSED

18. HÄBIMÄRGISTAMISE JA DISKRIMINEERIMISE VASTU VÕITLEMINE

Komisjon eraldab selleks 18 miljonit eurot¹¹¹.

- Parandatakse patsientide, nende perekondade ja (mitte)ametlike hooldajate elukvaliteeti (sealhulgas vähipatsientide elukvaliteeti), pöörates erilist **tähelepanu häbimärgistamise ja diskrimineerimise käsitlemisele**, toetades liikmesriike **parimate tavade kindlakstegemisel ja rakendamisel**.
- Samal eesmärgil toetatakse sidusrühmi selliste projektide rakendamisel nagu **teadlikkuse suurendamise meetmed**, et teha lõpp häbimärgistamisele ja võidelda diskrimineerimise vastu, tagada **sotsiaalne kaasatus, kaitsta patsientide õigusi**, keskendudes seejuures haavatavatele rühmadele.
- Töötatakse koos liikmesriikidega rahvatervise eksperdirühma ja sidusrühmade raames välja **ELi suunised häbimärgistamise ja diskrimineerimise vastu võitlemiseks**.
- Viiakse läbi teavituseüritusi, et **edendada teadlikkust** seoses häbimärgistamise vastase võitlusega.

Komisjon julgustab liikmesriike töötama välja **teavituskampaniaid** häbimärgistamise demüstifitseerimiseks ja lõpetamiseks ning **töötama välja meetmeid häbimärgistamise ja diskrimineerimise vastu võitlemiseks**, aidates inimestel tööturule naasta, andes patsientidele

¹⁰⁹ [World Mental Health Day \(who.int\)](http://www.who.int).

¹¹⁰ [C4H_SummaryReport_V11LP_shortsmall.pdf \(cultureforhealth.eu\)](#).

¹¹¹ Rahastatakse programmi „**EL tervise heaks**“ (18,36 miljonit eurot: eelarve, mis on suunatud vaimse tervise seotud tegevustele 2023. aasta tööprogrammis).

juurdepääsu teenustele, mis vastavad kõige paremini nende vajadustele, ning levitades teavet diskrimineerimise vastu võitlemise õiguslike vahendite kasutamise kohta. **Tuleks suurendada teadlikkust** (hõlmates otsustajaid, tööandjaid, tervishoiutöötajaid, muid spetsialiste ja üldsust ning tervishoiutöötajaid vaimse tervise ja häbimärgistamise valdkonnas, eriti haavatavas olukorras olevate inimeste puhul) ning toetada **kogukonna tegevusi** (sport, kunst, loodusega seotud tegevused), mis aitavad häbimärgistamist lõpetada ning toetavad vaimse tervise taastamist. Liikmesriigid peaksid toetama poliitikat, mis soodustab vaimse tervise probleemidega inimeste integreerimist kogukonda ja tööturule, sealhulgas sotsiaalmajanduse tegevuste kaudu.

h. Vaimse tervise edendamine kogu maailmas

Vaimse tervise kaitsmine ja edendamine ei ole ainult ELi prioriteet, vaid see on ka **ülemaailmne teema**, milles EL saab olla eeskujuks, andes sihipärase panuse rahvusvahelisel tasandil ja edendades vajaduse korral lähenemist.

30.–31. mail 2023. aastal toimunud **ELi-USA kaubandus- ja tehnoloogianõukogu** istungil väljendasid EL ja Ameerika Ühendriigid ühist seisukohta, et veebiplatvormid peaksid võtma suurema vastutuse tagamaks, et nende teenused pakuvad sellist veebikeskkonda, mis kaitseb, võimestab ja austab lapsi ja noori, ning et nad võtaksid vastutustundlikke meetmeid, et arvestada oma teenuste mõjuga laste ja noorte vaimsele tervisele ja arengule¹¹².

ELi üleilmses tervishoiustrateegias¹¹³ on esitatud üleilmsed, riiklikud ja piirkondlikud meetmed, mille eesmärk on hõlbustada terviseiga seotud ÜRO kestliku arengu eesmärkide saavutamist, keskendudes kolmele omavahel seotud prioriteedile: 1) tagada inimeste parem tervis ja heaolu kogu elukaare kestel; 2) tugevdada tervishoiusüsteeme ja edendada üldist tervisekindlustust; 3) tagada rahva tervise turve, sealhulgas seoses vaimse tervise ja psühhosotsiaalse toega. Keskenduda tuleks esmatasandi tervishoiu tugevdamisele seal, kus vaimse tervise teenuste kättesaadavus on hädavajalik.

Noorte tegevuskavaga ELi välistegevuses (2022–2027)¹¹⁴ tunnistatakse, et tervis ja heaolu on eeltingimus sellele, et noored saaksid oma potentsiaali täielikult ära kasutada ja ühiskonnas osaleda. Tegevuskavas seatakse keskele kohale tervis ning vaimne ja füüsiline heaolu. Samal ajal peaks **vaimse tervise teenused ja psühhosotsiaalne toetus** olema partnerriikide tervishoiusüsteemide tugevdamise meetmete lahutamatu osa, toetades vajaduse korral ülemaailmseid rahvatervise alaseid sekkumisi, nagu ülemaailmne AIDSi, tuberkuloosi ja malaaria vastu võitlemise fond,¹¹⁵ soolise vägivalla algatus „Spotlight“¹¹⁶ või ELi humanitaarabi. WHO andmetel kannatab konfliktijärgses olukorras rohkem kui iga viies

¹¹² ELi-USA kaubandus- ja tehnoloogianõukogu (30.–31. mai 2023) ühisavaldus.

¹¹³ [ELi üleilmne tervishoiustrateegia, millega parandada üleilmselt terviseturvet, et tagada inimeste parem tervis \(europa.eu\)](https://europa.eu).

¹¹⁴ [Noorte tegevuskava \(europa.eu\)](https://europa.eu).

¹¹⁵ [Ülemaailmne AIDSi, tuberkuloosi ja malaaria vastu võitlemise fond](https://europa.eu).

¹¹⁶ [The Spotlight Initiative | What we do: Ending violence against women and girls | UN Women – Headquarters](https://www.unwomen.org/en/what-we-do/ending-violence-against-women-and-girls).

inimene depressiooni, ärevuse või traumajärgse stressihäire all¹¹⁷. Vaimse tervise probleemidest tulenevad vajadused tekivad ka pealesunnitud rände ja loodusõnnetuste korral. Seetõttu on vaimse tervise teenused ja psühhosotsiaalne tugi oluline osa terviklikust kriisidele reageerimisest, mis on integreeritud ELi rahastatavatesse humanitaarabioperatsioonidesse, mille raames on sellele prioriteedile alates 2019. aastast eraldatud **111 miljonit eurot**.

EL innustab ka teisi meetmeid võtma, mobiliseerides ja **suurendades rahastajate ja partnerite teadlikkust** sellest, kui oluline on humanitaarhädaolukordades tagada kvaliteetsed vaimse tervise teenused ja psühhosotsiaalne tugi. Pärast edukat toimimist Lähis-Idas ja Põhja-Aafrikas viiakse enne 2023. aasta lõppu läbi **teavituskampaniid ja suutlikkuse suurendamise** tegevusi ka muudes piirkondades, alustades Ladina-Ameerikast ja Kariibi mere piirkonnast.

Lisaks suurendab komisjon sidusrühmade suutlikkust, koolitades ning levitades agentuuridevahelise alalise komitee (IASC) vaimse tervise ja psühhosotsiaalse toe teenuste miinimumpaketti¹¹⁸. Selle olulise vahendi töötas välja humanitaarkogukond, et määrata kindlaks miinimumkvaliteet ning hõlbustada mõjusate ja õigeaegsete vaimse tervise meetmete kasutuselevõttu kriisiolukordades.

Komisjon juba toetab **Ukrainas**¹¹⁹ ümberasustatud laste ja nende hooldajate ning hoolekandetasutustes viibivate laste kogukondlikke keskusi, et aidata neil taastada teatav normaalne igapäevase rutiini tase. Kuid agressiooni pikaajaline kestus ja selle laastav mõju süvendavad vaimse tervise probleemide teket ELis sõja eest põgenenud inimeste ja Ukrainas ümberasustatud isikute hulgas, mis nõuab otsustavat ja ambitsioonikat toetust.

Ukraina lapsed kannatavad praegu sõjatrauma all, mis sageli jätab neile sügavad psühholoogilised jäljed. Komisjon loob koos Ukrainaga spetsiaalse e-õppe programmi lastearstidele ja esmatasandi meditsiinitöötajatele. Selle algatuse raames saavad tervishoiutöötajad vajalikud oskused traumade leevendamiseks ja laste vaimse tervise seisundi parandamiseks. Nii Ukrainas kui ka ELis pakutakse hädas olevatele lastele spetsiaalseid rehabilitatsiooniteenuseid.

Komisjon toetab ka humanitaarpartnereid, et suurendada nende **suutlikkust tegeleda konfliktidest mõjutatud elanikkonna vaimse tervise alaste vajadustega**, sealhulgas Zaporizžja, Harkivi, Dnipro ja Mõkolajivi oblastites. Programmi „EL tervise heaks“ raames eraldati 2022. aastal Rahvusvahelise Punase Risti Ühinguga sõlmitud toetuslepingu raames 28,4 miljonit eurot, et anda psühholoogilist esmaabi, ning nelja projekti¹²⁰ (kokku 3 miljoni euro väärtuses) viivad ellu sidusrühmad, kes rakendavad parimaid tavasid vaimse tervise ja psühhosotsiaalse heaolu parandamiseks rändajate ja pagulaste hulgas. 2023. aastaks on programmi „EL tervise heaks“ raames tervishoiuteenuste kättesaadavuse parandamiseks ja mittenakkuslike haiguste, eelkõige vaimse tervise probleemide ennetamiseks kavandatud üle

¹¹⁷ [New WHO prevalence estimates of mental disorders in conflict settings: a systematic review and meta-analysis - The Lancet.](#)

¹¹⁸ [IASC Minimum Service Package: Mental Health and Psychosocial Support.](#)

¹¹⁹ [Naabruspoliitika, arengu- ja rahvusvahelise koostöö rahastamisvahendi idapartnerluse piirkondliku programmi](#) raames antav rahaline toetus psühholoogilise toe pakkumiseks Ukrainas.

¹²⁰ Programmi „EL tervise heaks“ projektid Ukraina pagulaste vaimse tervise toetamiseks.

10,6 miljoni euro. Samuti toetab komisjon liikmesriike ja sidusrühmi vahendi **iFightDepression**¹²¹ parimate tavade rakendamisel. Vahend hõlmab veebipõhist eneseabiprogrammi, mis võib aidata põgenikel, sealhulgas Ukraina põgenikel, oma sümptomitega ise toime tulla.

Kuna ainult humanitaarabiga ei ole võimalik rahuldada sunniviisiliselt ümberasustatud isikute võimalikke pikaajalisi vajadusi, sealhulgas tervishoiualaseid vajadusi, toetab komisjon oma partnerriike **sunniviisiliselt ümberasustatud kogukondade** integreerimisel olemasolevate riiklike teenuste osutamise struktuuridega. Integratsioon toimub viisil, mis tagab pagulastele võrdse ja õiglase juurdepääsu teenustele, mis vastavad nende vajadustele, sealhulgas vaimse tervise, traumajärgse stressi ja soolise vägivalla valdkonnas. ELi oluline abi rändajate vajaduste rahuldamiseks hõlmab ka psühhosotsiaalset toetust, eelkõige kõige haavatavamatele isikutele, sealhulgas lastele, inimkaubanduse ohvritele, lõksu jäänud rändajatele ja tagasipöördujatele.

Komisjon toetab terviklikku lähenemisviisi õppijate ning nende õpetajate ja hooldajate vaimse tervise ja psühhosotsiaalse heaolu edendamisele ja kaitsmisele haridusmeetmete kaudu. Komisjon on algatuse **Education Cannot Wait** peamine rahastaja; algatus käsitleb vaimse tervise ja psühhosotsiaalse toe teenuseid oma töö peamise prioriteedina. Samuti on komisjon peamine rahastaja **ülemaailmses hariduspartnerluses**, mille raames investeeritakse tervishoiu- ja haridussektori vaheliste sidemete tugevdamisse.

Komisjon jätkab **vaimse tervise süvalaiendamist** meetmete raames, mille eesmärk on tugevdada tervishoiusüsteeme piirkondlikul, riiklikul ja ülemaailmsel tasandil kooskõlas jõupingutustega, mida tehakse lokaliseerimiseks ning humanitaar-, arengu- ja rahualase kolmekordse seose saavutamiseks, ning tagada, et pagulastel, liikuvatel inimestel ja põgenikel, kes asuvad hädaolukorra järgselt partnerriikides, oleks samasugune juurdepääs vaimse tervise ja psühhosotsiaalse toe teenustele nagu vastuvõtvatel kogukondadel.

JUHTALGATUSED

19. VAIMSE TERVISE ALANE TOETUS UKRAINA PÕGENIKELE JA SÕJAST MÕJUTATUD INIMESTELE

- Komisjon panustab **psühholoogilise esmaabi** andmisse inimestele, keda mõjutab Venemaa agressioonisõda **Ukraina** vastu, süvendades koostööd Rahvusvahelise Punase Risti ja Punase Poolkuu Seltside Föderatsiooniga¹²² (28 miljonit eurot). Komisjon püüab suurendada oma rahalist abi, et tugevdada sõjapõgenike psühhosotsiaalset toetust. Uuritakse ka esmareageerijate, õpetajate ja sotsiaaltöötajate veebipõhise koolituse võimalusi psühholoogilise esmaabi ja psühhosotsiaalse toe valdkonnas, et abivajajaid paremini aidata. Täiendavad 0,5 miljonit eurot eraldatakse selleks, et tugevdada psühhosotsiaalset toetust hädaolukorras olevatele inimestele.
- Komisjon loob koos Ukrainaga spetsiaalse e-õppe programmi laste ja esmatasandi

¹²¹ <https://ifightdepression.com/en/>: Vahend on kättesaadav ukraina keeles ja see on kultuuriliselt kohandatud.

¹²² Eelarve: Programmi „EL tervise heaks“ 2022. aasta tööprogrammi raames on kasutusele võetud 28,4 miljonit eurot.

meditsiinitöötajate jaoks, et toetada **Ukraina lapsi**, kes kannatavad sõja tõttu stressi ja ärevuse all. Selle algatuse raames saavad tervishoiutöötajad vajalikud oskused traumade leevendamiseks ja laste vaimse tervise seisundi parandamiseks.

- Komisjon teeb koostööd liikmesriikidega, et pakkuda sõja eest põgenenud inimestele kättesaadavat taskukohast psühhosotsiaalset tuge, eesmärgiga täiendada ajutise kaitse direktiivi alusel juba pakutavaid tervishoiuteenuseid.

20. AGENTUURIDEVAHELISE ALALISE KOMITEE¹²³¹²⁴ VAIMSE TERVISE JA PSÜHHOSOTSIAALSE TOE TEENUSTE MIINIMUMPAKETI LEVITAMISE TOETAMINE:

- Komisjon toetab jätkuvalt sellise **teenuste miinimumpaketi** levitamist, mille eesmärk on toetada humanitaarabi andjaid kvaliteetse arstiabi osutamisel humanitaarhädalukordades. Selles esitatakse suunised, kuidas liita õigeaegsed, koordineeritud ja tõenduspõhised vaimse tervise teenused üldise humanitaarabi andmisega.

Vaimse tervise rahastamine ELi vahenditest

Vaimse tervise toetamise eelarve peaks vastama probleemi ulatusele. EL ja liikmesriigid peavad eraldama piisavalt vahendeid, et tagada hädasolijate abistamine, täites niimoodi sotsiaalset ja majanduslikku kohustust.

Komisjon võtab mitmeaastase finantsraamistiku 2021–2027 raames kasutusele ELi eelarve rahastamisvahendid, et tegeleda peamiste vaimse tervise probleemidega ning toetada käesolevas teatises nimetatud juhtalgatusi ja meetmeid. Lisaks võivad liikmesriigid kasutada taaste- ja vastupidavusraha¹²⁵ kaudu kättesaadavaid vahendeid, et rahastada reforme ja investeeringuid tervise, sealhulgas vaimse tervise valdkonnas.

ELi toetusena on vaimse tervisega seotud tegevustele eraldatud kokku **1,23 miljardit eurot**, millega rahastatakse **otseselt või kaudselt** vaimset tervist edendavaid tegevusi alates teadusuuringutest kuni teadlikkuse suurendamise kampaaniateni, suutlikkuse suurendamisest ja parimate tervisetavade edasiandmisest vähipatsientide ja Ukraina pagulaste psühholoogilise toetamiseni. Nende projektide ja programmide mõju jälgitakse korrapäraselt. See ei nõua mitte ainult usaldusväärseid, võrreldavaid ja värskeid andmeid, vaid ka näitajaid ning järelevalve- ja hindamissüsteeme järelmeetmete ja vastutuse tagamiseks.

2022. ja 2023. aastaks on programmi „EL tervise heaks“¹²⁶ kaudu vaimset tervist edendavatele meetmetele eraldatud 69,7 miljonit eurot. See hõlmab 51,4 miljonit eurot 2022. aasta tööprogrammi¹²⁷ raames, et toetada suutlikkuse suurendamise algatusi liikmesriikides ja tegeleda haavatavate rühmade vaimse tervisega, ning 18,3 miljonit eurot programmi „EL

¹²³ Eelarve: 750 000 eurot rahastatakse [suurema reageerimissuutlikkuse programmi](#) raames.

¹²⁴ WHO, UNICEF, UNHCR ja UNFPA <https://mhpssmsp.org/en>.

¹²⁵ [Taaste- ja vastupidavusraha \(europa.eu\)](#).

¹²⁶ [Programmi „EL tervise heaks“ käsitlev määrus \(EL\) 2021/522](#).

¹²⁷ [com_2022-5436_annex2_en.pdf \(europa.eu\)](#)

tervise heaks“ 2023. aasta tööprogrammi raames, et toetada liikmesriikidevahelist koostööd ja pakkuda psühholoogilist tuge vähipatsientidele ning nende hooldajatele ja perekondadele¹²⁸.

Programmi „Horisont 2020“ ja programmi „Euroopa horisont“¹²⁹ raames võetakse kasutusele 765 miljonit eurot, et toetada vaimse tervise alaseid teadus- ja innovatsiooniprojekte.

Riiklikud, piirkondlikud ja kohalikud ametiasutused saavad kasutada ka ühtekuuluvuspoliitika vahendeid (eelkõige Euroopa Sotsiaalfond+ (ESF+) ja Euroopa Regionaalarengu Fond (ERF)), et parandada võrdset juurdepääsu tervishoiule, investeerides näiteks asjakohasesse taristusse ja seadmetesse, eraabilistesse, liikuvatesse meeskondadesse, abiliinidesse, sotsiaaltöötajatesse¹³⁰. Tehnilise toe instrument on kättesaadav, et pakkuda liikmesriikidele tehnilist tuge vaimse tervise projektide osas (2 miljonit eurot 2023. aastal). 2024. aastal kavatakse komisjon võtta tehnilise toe instrumendi raames kasutusele täiendavaid vahendeid, et toetada vaimse tervise alase suutlikkuse suurendamist liikmesriikides lähtuvalt vajadustest.

ELi programmi „Loov Euroopa“ raames on tehtud kättesaadavaks rahalised vahendid (3,3 miljonit eurot) kultuuri, heaolu ja vaimse tervise projektide jaoks ning 28 miljonit eurot on võetud kasutusele vaimse tervise ja psühhosotsiaalsete tugimeetmete toetamiseks hädaolukordades ja humanitaarolukordades (Euroopa kodanikukaitse ja humanitaarabioperatsioonid). Kodanike, võrdõiguslikkuse, õiguste ja väärtuste programm (2023–2024)¹³¹ pakub ka rahastamisvõimalusi¹³² laste ja soolise vägivalla ohvrite vaimse tervisega seotud meetmetele¹³³. EU-OSHA kaudu tehakse rahalised vahendid kättesaadavaks, et lahendada töökohtadel tekkivaid vaimse tervise probleeme.

Järeldused ja järgmised sammud

Vaimse tervisega seotud praegused väljakutsed võivad mõjutada igapäevast ning need nõuavad kooskõlastatud tegevust ja kõigi asjaosaliste täielikku pühendumist. Vaimne tervis on **inimese tervise lahutamatu osa**. See võimaldab inimesel realiseerida oma võimeid, tulla toime eluliste pingetega, sotsialiseeruda ja töötada ning anda panuse ühiskondlikus elus.

Kõik institutsioonid ja valitsustasandid saavad osaleda ja peaksid täitma oma osa takistuste ületamiseks, et tagada hea vaimne tervis. Vaja on teha kooskõlastatud jõupingutusi nii tervishoiusüsteemis kui ka väljaspool seda, et mobiliseerida ühiskonda tervikuna ja järgida kõiki vanuserühmi hõlmavat lähenemisviisi, pannes rõhku võrdsusele ja mittediskrimineerimisele.

¹²⁸ [wp2023_annex_en.pdf \(europa.eu\)](#).

¹²⁹ [Programm „Euroopa horisont“ \(europa.eu\)](#).

¹³⁰ ERFi raames on tervishoiu infrastruktuuri ja seadmete jaoks ette nähtud 7,2 miljardi euro suurune kogueelarve, millega on võimalik hõlmata vaimse tervise ja sotsiaalse kaasatuse alaseid meetmeid.

¹³¹ [Kodanike, võrdõiguslikkuse, õiguste ja väärtuste programm](#).

¹³² Daphne and rights of the child: [c_2022_8588_1_en_annexe_acte_autonome_cp_part1_v2.pdf \(europa.eu\)](#).

¹³³ 2024. aasta Daphne programmi raames eraldatakse 22,9 miljonit eurot, et tegeleda soolise vägivalla ja lastevastase vägivalla ennetamise ja sellevastase võitlusega ning rahastada meetmeid, millega toetatakse konkreetselt ohvreid ja ellujäänuid ning arendatakse integreeritud lastekaitse süsteeme.

Komisjon kutsub Euroopa Parlamenti ja liikmesriike üles tegema koostööd, et edendada käesolevas strateegilises teatises esitatud algatusi, mis panevad aluse pidevale tegevusele riiklikul ja ELi tasandil, et töötada välja terviklik, ennetusele suunatud ja paljusid sidusrühmi hõlmav lähenemisviis vaimsele tervisele. Need algatused edendavad vaimse tervise probleemide all kannatavate inimeste universaalset tervishoidu ELis ja mujal.

Vaimse tervise probleemide ennetamine, abi kättesaadavus ja ühiskonda taasintegreerumine on lahutamatud osad õigusest tervishoiule ning käesoleva algatusega seab EL ambitsioonika eesmärgi aidata meie ühiskonna kõige haavatavamaid inimesi kooskõlas euroopaliku eluviisiga, mille puhul iga inimene on oluline ja kõigil peaks olema elus head väljavaated.

Käesolev teatis on uue strateegilise lähenemisviisi algus, et võrdsustada vaimne tervis füüsilise tervisega. Sellega lisatakse Euroopa terviseleiidule veel üks samm, tugevdades nii käimasolevat tööd kui ka avades uusi suundi, mis on välja töötatud koos kõigi partneritega ja hõlmavad meetmete rakendamist. Olukorda jälgitakse tähelepanelikult koos liikmesriikidega rahvatervise eksperdirühma ja eelkõige selle vaimse tervise allrühma raames. Sidusrühmadel on võimalus teha koostööd ja koordineerida oma ühist panust ELi tervishoiupoliitika platvormi kaudu esitatud meetmete väljatöötamisse ja rakendamisse. Sellised kooskõlastatud jõupingutused aitavad välja töötada ja rakendada uut ambitsioonikat vaimset tervist käsitlevat lähenemisviisi vastupanuvõimelisema ühiskonna jaoks, kus inimesed on kõige olulisemad.