



This project was funded by
the European Union's Rights,
Equality and Citizenship Programme
(2014-2020)



SOOLISE VÕRDÕIGUSLIKKUSE
JA VÕRDSE KOHTLEMISE VOLINIK



Heidelberg



MIS ASI ON TÖÖ- JA PEREELU ÜHITAMINE?

Towards Gender Equality Through Increased Capabilities for Work-Life Balance

881752 — WOBACA — REC-AG-2019 / REC-RGEN-WWLB-AG-2019

1. Kõik me hoolime oma perest.
Samal ajal tahame tööl tublid olla.

2. Meil on kindlad kohustused nii tööl kui ka kodus.

3. Vahel aga läheb meid vaja samal ajal nii tööl kui ka kodus!

4. Tööl käies on keerulisem hoolitseda oma väikeste laste või eakate pereliikmete eest.

5. Lähedast hooldaval inimesel on kergem kui töökoht arvestab tema vajadustega.

6. Vahel ei jää töö ja pere kõrvalt puhkamiseks enam üldse aega.

7. Raskes olukorras on sul õigus abi saada!

8. Sind peavad aitama tööandjad, kohalik omavalitsus ja riik.
Vajadusel aitavad sind ka töökaaslased.

9. Kuidas töö- ja pereelu ühitamiseks abi otsida?



1



4



9

10. **Räägi julgesti oma muredest!**

11. Mõtle, mis sulle tööl ja kodus kõige rohkem muret teeb.

12. Räägi oma murest pere ja sõpradega.

13. Räägi oma murest töökaaslaste ja tööandjaga.

14. Tööandja peab pakkuma sulle sobivamaid töötingimusi.

15. Räägi oma murest kohaliku omavalitsuse töötajatega.

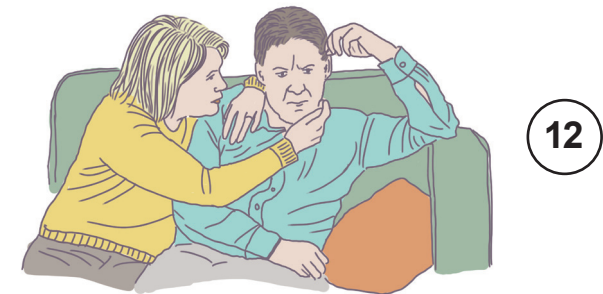
16. Kohalik omavalitsus peab andma sulle vajalikku nõu ja abi.

17. **Tunne oma õigusi!**

18. Sa ei pruugi veel kõiki oma õigusi ise teada.

Sul võib olla õigus näiteks täiendavale puhkusele või paindlikule tööajale.

Paindlik tööaeg tähendab seda, et sa saad tööpäeva algust või lõppu rohkem ise otsustada.



19. Küsi oma õiguste kohta nõu asjatundjatelt.
Näiteks saad nõu küsida võrdsete võimaluste volinikult, omavalitsusest, töökohas personalitöötajalt või ülemuselt.

20. Sinu ülemus tööl peab sulle vastama ja sinuga koos arutama seda, kuidas tööd ja pereelu ühitada.

21. Uuri välja, millist abi võid just sina oma töö- ja pereelu ühitamisel saada.

22. **Mõtle ise kaasa!**

23. Tihti pakutakse mure lahendamiseks erinevaid võimalusi.

24. Mõtle, milline lahendus just sulle kõige paremini sobib.

25. Mõtle, kuidas saadud abi oma elus kõige paremini kasutada.

26. **Kõigis Euroopa Liidu maades kehtib töö- ja pereelu ühitamise seadus.**

27. Töötajatele antakse laste ja eakate eest hoolitsemise ja töö ühitamisel mitmesugust abi.



20



23



26

28. Naistel ja meestel on võrdsed õigused ja võrdsed kohustused. Meestele pakutakse samuti võimalusi töö kõrvalt rohkem perega tegeleda.
29. Omaste hooldajatele on ette nähtud mitmesugused toetused.
30. Sa ei ole oma murega üksi! Töötamist ja oma pere aitamist saab omavahel kokku sobitada. Sul on töö- ja pereelu ühitamiseks mitmeid õigusi. Kasuta neid õigusi! Räägi tööandjaga läbi, kuidas kõige paremini tööd korraldada.



28