



Meie külaline:
Mairold Millert
Lk 15

Meie sõbrad:
Marika Ein
Lk 4

Kaastöö
Lk 6

Sündmused
Lk 7-17

Tarkuseterad
Lk 18

Kööginurk
Lk 20

Kaanelugu Lk 2:

**JÜRI
LEPP**



SISUKORD

1



JUHTKIRI:

Janek Muru

2-3



MEIE INIMESED:

Jüri Lepa elu keset lilli

4-5



MEIE SÕBRAD:

Marika Ein võitleb puuetega inimestele pakutava teenuse vajalikkuse eest

6



KAASTÖÖ:

Mirje Mägi: Lugu kolimisest
Näituse kodusse

7



SÜNDMUSED:

Viljandi Näituse Kodu – peremajad
erivajadustega inimestele

8-9



SÜNDMUSED:

Piknik Eesti Vabaõhumuuseumis

10-11



SÜNDMUSED:

Kakskümmend aastat siirast rõõmu
Tuksi laagrites

12-13



SÜNDMUSED:

Kaasava elukeskkonna disain

14



SÜNDMUSED:

Käsmu suvepäevad 2012

15



MEIE SÕBRAD:

Mairold Millert

16



SÜNDMUSED:

Inna Tamm: Olen „Vahtra“ tantsud
tähtedega“ juures olnud algusest peale.

17



SÜNDMUSED:

Riho Pohla: Võistlusest osavõtjad
tunnevad rõõmu tantsimisest.

18-19



TARKUSETERAD:

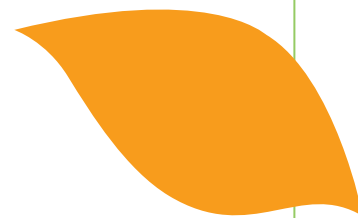
Värvid sinu kodus

20



KÖÖGINURK:

Küpsisetort



TOIMETUS

JANEK MURU

peatoimetaja
janek@vaimupuu.ee

KERTTU RAKKE

keeletoimetaja

MARGUS ENNO

tegevtoimetaja

MERIKE TALIARU

Haldus/arendus

TAIRE EHAVER

Kööginurga toimetaja
taire@vaimupuu.ee

Toimetuse üldinfo:

Tel: +372 688 2660

Gsm: +372 5563 4449

toimetus@vaimupuu.ee

www.vaimupuu.ee

MTÜ Vaimupuu

Pihlaka 12-32,

11211 Tallinn

Makett ja kujundus:

Ragne Rikonen-Tähnas

Trükk: AS Ferdida

Paber: G-Print (kaaned: G-Print
250g/m² ja sisu G-Print 150g/m²)

KAASTÖÖD:

Mirje Mägi, Sirve Ränni,
Kalev Lilleirg, Madis Eenlo,
Heli Harak, Mairold Millert,
Toivo Niiberg, Kristel Kriis

AS Ferdida

PAPYRUS



Viimaste aastate jahedaim suvi on möödas. Sagedased vihmad ja külmemad ööd kuuluvad sügise saabumist.

24.–26. augustini toimus Noarootsi vallas Tuksis taas iga-aastane Eesti Vaimupuudega Inimeste Tugiliidu suvelaager. Pikisilmi oodatud laager pakkus osalejatele jällegi palju huvitavat. Toimus ka rahvusvaheline seminar, kust sai palju kasulikku infot erivajadustega inimeste eluolu ja seaduste kohta. Eriline tänu kuulub meie sõpradele Tallinna Balti Filmi ja Meedia koolist, kes andsid tasuta meie käsutusse kaamera ja varustuse. Lähiajal riputame Vaimupuu kodulehele üles ka laagris tehtud fotod ja videomaterjali.

Viljandis toimus kahe peremaja soolaleivapidu, mille AS Hoolekandeteenused rajas koduks kahekümnele vaimse erivajadusega inimesele. Peremajade avamisele oli kutsutud ka Vaimupuu toimetuse. Nii peremajad kui majade ümbrus olid väga ilusad. Avamisperioodil oli kohal sotsiaalminister Hanno Pevkur, kes rõhutas oma sõnavõtu: „Riik soovib sellel ja järgmisel aastal reorganiseerida veel mitmeid erihooldekodusid, et pakkuda erivajadusega inimestele võimalikult häid elamistingimusi. Peremajadest saab erivajadusega inimeste elukoht, kus vajalik toetus, juhendamine ja ka meditsiiniline abi on tagatud ööpäevaringselt.“ Kokkuvõttes oli väga tore soolaleivapidu, kus kasvandikud valmistasid tänuks kõigile abilistele maitsva tordi.

“”Vahtra” tantsud tähtedega” korraldab 26.oktoobril Rapla Kultuurikeskuses juba viiendat korda oma kauniks traditsiooniks saanud tantsuüritust. See sai alguse sellest, et sooviti õppida tantsimist, aga kuna õpetajaid oli vähe, otsustati kaasata kohalikud prominendid. Koos tugikeskuse klientidega on nüüdseks selgeks õpitud rumba, aeglane valss, fokstrott, viini valss, tšatša ja samba. See üritus on meeldiv ja kasulik ajaviide tugikeskuse inimestele, ent aitab kaasa haarata ka tavainimesi, kes keskuses tantsuproovidel käivad. Teisalt annab see klientidele võimaluse



peatoimetaja Janek Muru

ennast proovile panna ja näidata, milleks ollakse võimelised. See annab julgust ja enesekindlust ning pakub osalejatele tantsurõõmu. Sel aastal osaleb esimest korda ka EIT Tugiliisu tegevusjuhendaja ja teenuste koordinaator Margarita Razorjonova ning Tugiliisu klient Aivar Kaasik, tantsuõpetaja Kaarel Väli. Soovime neile edu ja jääme põnevusega tulemust ootama.

Ja veel, kallid lugejad – ärge unustage, et meie fotokonkurss kestab veel viimast kuud. Võtke sellest julgelt osa. 20. novembril on plaanis näituse avamine.

Meeldivat sügist!

KALLIS LUGEJA!

Kui Sul on ettepanekuid, millest või kellest meie ajakirjas edaspidi juttu peaks olema, anna meile teada! Väga oodatud on nii ajakirjanduslikud kui kunstilised kaastööd.

Kui soovid meie ajakirja tellida (tasuta) või väljaandmist toetada, võta meiega ühendust!

Toimetuse telefon: **55634449** e-posti aadress: **toimetus@vaimupuu.ee**

www.vaimupuu.ee.

a/a: 221053671605 Swedbank,
MTÜ Vaimupuu



Jüri Lepp ja Taire Ehaver, meie
Kööginurga toimetaja ning
iga-aastase pikniku hea haldjas.

JÜRI LEPP – ELU KESET LILLI

Jüri Lepp on rõõmsameelne ja südamluk 26aastane noormees, kes elab Kohila vallas Vilivere külas kauni looduse keskel asuvas Katikodus. Tema tuba on täis lilli ja erinevaid taimi, millega tegelemine on Jürile suur hobi. Oma elava ja sõbraliku loomuga on Jürist saanud Katikodu vaieldamatu lemmik. Kuna noormees on kõnevõimetu, siis aitasid selle artikli sündimisele kaasa Jüri endised ja praegused kasvatajad.

TEKST: Janek Muru, peatoimetaja
FOTOD: Kalev Lilleorg / Naisteleht

JÜRI TULI KATIKODUSSE TALLINNA LASTEKODUST.

Jüri vanemate ja päritolu kohta täpsed andmed puuduvad. Teada on, et ta on sündinud Rakveres, kuid vanemad loobusid temast kohe pärast sündi ja nii sattus poiss Tallinna väikelastekodusse.

Jüri endine kasvataja **Reet Kala** meenutab: „Kui Jüri 1991. aastal Mustamäe Lastekodust meie juurde Tallinna Kristlikusse Koolkodusse tuli, siis oli ta viieaastane ega olnud võimeline kõndima. Jüri roomas, seisis seina najal ning alles meil hakkas ta arenema. Ametlikult oli tal diagnoositud raske füüsiline ja liitpuue. Kasvatajate abiga õppis poiss tasapisi kõndima. See tuli Jürile väga raskelt kätte, kuid ta sai sellega hakkama. Tal oli selleks väga suur tahtejõud! Kui hakati tooma abisaadetisi välismaalt, siis sai Jüri endale rootslaste abiga suurte ratastega kolmerrattalise jalgratta. Sellest oli tema arengus palju abi.“

SUHTLEMINE TOIMUB VIIBETE JA ŽESTIDE ABIL.

„Poiss ei rääkinud, kuid ta sai aru meie kõnест. Žestide, miimika, kehakeele ja hääletooni abil tegi ta meile selgeks, mida ta soovib. See tuli nagu iseenesest ja nii saadi üksteisest aru. Jüri oli alati rõõmsameelne ja naeratav ning heatahtliku iseloomuga,“ rääkis Reet Kala.

Jüriga tegeles ka logopeed **Linnu Mae**, kes õpetas poisile viipekeelt. Kuna Jüri mootorika oli halb, tuli viipeid lihtsustada. Hiljem täiendasid Linnu Mae ja Tallinna Kristliku Koolkodu kasvataja **Maimu Korjus** „Jüri



Jüri kinkis Tairele omakasvatatud lille.



viipeid“ ja nüüd on need kõigile tutvumiseks ja kasutamiseks arvutiprogrammina internetiaadressil <http://lihtsustatudviiped.edu.ee/>. Linnu Mae esines koos Jüriga ka televisioonis, et näidata laiemale vaatajaskonnale puuetega laste õpetamist.

KOOLITEE

Kooliõpet alustas Jüri Tallinna Kristlikus Koolkodus, kus olid õppeklassid. Hiljem jätkas Jüri õppimist Tallinna 1. Internaatkoolis, mille ta lõpetas põhikooli toimetulekuprogrammiga. Jüri arenes edasi nii vaimselt kui ka füüsiliselt. Koolis sai ta hästi hakkama, kuna ka õpetajad kasutasid temaga suhtlemisel viipekeelt. Füüsilisele arengule aitasid kaasa ujumine, massaaž, jalutuskäigud ja kasvatajate poolne igapäevane töö. Peagi õppis Jüri kooli ja lastekodu toel iseseisvalt toime tulema.

Jürist rääkides on kasvatajad Reet Kala ja **Monika Keskküla** ühel meelel: teist nii vahvat, särasilmset ja rõõmsameelset last annab meenutada. Lastekodus tal oli sõpru nii laste kui ka täiskasvanute hulgas. Jüri lemmik-kasvataja oli **Ülle Tolmoff**, kes andis joonistamise ja käsitöö tunde. Tihti viis kasvataja Ülle ka Jürit oma koju, kus Jürile väga meeldis. Hiljem läks Ülle Soome tööle ja kahjuks on sidemed temaga katkenud.

RISTIVANEMAD

Kristlikus Koolkodus said kõik kasvandikud endale ristivanemad Soomest. Seda organiseeris Soome pastor **Kirsti-Maija Paananen**. Koolkodule sai sponsoriks Pieksamäe kiriku kogudus, mille liikmed valisid endale koolkodust ristilapsed. 1991. a. toimus Kaarli kirikus jumalateenistus ja ristimine, kus olid kohal Soome pastor ja soomlastest ristivanemad. Peaaegu kõik lapsed

said ristud ja leidsid endale ristivanemad. Jüri ristiema on Kirsti-Maija kasutütar. Hiljem korraldas Kirsti-Maija Tallinnas ristilastele leerikooli, millest võttis osa ka Jüri. Kontaktid oma ristivanematega on Jüril tänu Kirsti-Maijale jätkunud tänaseni.

JÜRI KAUNIS HOBI

Jüri suurimaks kireks on lilled ja aiandus. Reet Kala meenutab, et juba kümneaastasena hakkas Jüri Kristlikus Koolkodus lillede ja taimede vastu huvi tundma. Monika Keskküla ütles, et Jüri on „rohenäpp“ – kõik taimed, mida ta istutab, lähevad väga hästi kasvama. „Kord ta kinkis mulle draakonipuu, mis oli ilma potita, paljaste juurtega. Ma viisin selle puu endale koju ja siia maani kasvab,“ meenutab kasvataja Reet Kala.

Jüri alustas oma aednikutööga juba lastekodus ja nüüd Katikodus on tal tuba lilli täis. Jüri armastab igaühele lilli kinkida.

Kristlikus Koolkodus korraldati vahvaid suvelaagreid Kloogal, Treppojal ja Jägalas. Seal oli võimalus vabalt looduses olla, meres käia ning kindlasti on Jüril sellest väga toredad mälestused.

Kui Jüri sai 18aastaseks, läks ta elama Katikodusse. Üksi elades oleks Jüril raske hakkama saada, kuid Katikodus tegevusjuhendaja abiga tuleb ta toime. Ainus mure on, et Katikodusse minnes jäid sõbrad Tallinna maha. Katikodu rahvas võtab võimaluse korral alati Jüri Tallinnas toimuvatele üritustele kaasa. Nii on Jüri saanud osaleda iga-aastastel piknikutel, jõulupidudel ja laagrites. Selle üle on Jüri väga õnnelik.

JÜRI SUUR UNISTUS

Jüri on väga heatahtlik ja sõbralik ning saab kõigiga hästi läbi. Praegu tunneb Jüri siiski puudust oma endistest kasvatajatest ja Kristliku Koolkodu aegsetest sõpradest. Jüri suurim soov on kohtuda oma kunagise lemmik-kasvataja Ülle Tolmoffiga. Loodame, et see soov ka kunagi täitub! ■

KOKKUVÕTE



Jüri Lepp elab Katikodus. Jüri ei räägi, aga suhtleb inimestega ikka. Ta on rõõmsameelne ja tubli. Jüri armastab väga aiandust. Tema lemmikuteks on lilled. Jüri kingib tihti sõpradele omakasvatatud lilli.



Marika Ein

MARIKA EIN

võitleb puuetega inimestele pakutava teenuse vajalikkuse eest

Marika Ein on tegevusjuhendaja, kelle eestvedamisel on korraldatud erivajadustega inimeste suvepäevi juba kaheksa aastat.

TEKST: Janek Muru, peatoimetaja
FOTOD: erakogu

KUIDAS MÖÖDUS SINU LAPSEPÕLV?

Minu lapsepõlv möödus Võrumaal, olin linnatüdruk, kes kõik oma koolivaheajad veetis maal vanaema ja vanaisa juures. Olin peres ainuke laps, aga mind ümbritses

alati palju sõpru. Juba kooliajal oli mul palju hobisid, käisin kergejõustiku- ja võrkpallitreennis, osalesin loodusringis. Talvel meeldis mulle suusatada ja suvel ujuda. Minu unistus oli saada võrkpallitreeneriks, kuid elul olid minuga teised plaanid ja esialgu omandasin ma hoopis raamatupidaja eriala.

MIKS HAKKASID TÖÖTAMA ERIVAJADUSTEGA INIMESTEGA?

Töö erivajadustega inimestega sai alguse 1. septembril 2003.a, kui asusin tööle Otepää Hooldekodusse igapäevaelu toetamise teenuse tegevusspetsialistina. Seda töösattusin tegema tänu juhusele, varem puudus mul sotsiaaltööst igasugune ettekujutus. Kõik oli minu jaoks uus ja põnev ning juba esimese töönädala möödudes teadsin, et olin teinud õige valiku. Otsisin koheselt võimalusi erialaseks väljaõppeks, läbisin TAI koolituse tegevusjuhendajatele ja seejärel juhtumikorralduse koolituse. Otsustasin astuda ka ülikooli, et saada rohkem teadmisi ja seeläbi pakkuda klientidele mitmekesisemaid võimalusi.

Otepää Hooldekodus töötasin 9 aastat, käesoleva aasta 1. septembrist alustas minu senisel töökohal uus inimene. Hetkel olen MTÜ Päikeseringi Selts juhatusel liige.

MIDA SEE TÖÖ ENDAST KUJUTAB?

Tegevusjuhendaja ülesanded ulatuvad nii-öelda seinast seinale. Väga oluline osa on sotsiaalne suhtlemine, sotsiaalvõrgustiku töö, olemasolevate igapäevaeluks vajalike oskuste säilitamine ja võimalusel uute oskuste omandamisele kaasamine. Tähtis on meeldiva õhkkonna loomine päevakeskuses, et kõik kliendid tunneksid ennast turvaliselt ja hästi. Meie töö aluseks on usaldussuhe, selleks on vaja palju personaalset lähenemist. Väikses rühmas peab tegevusjuhendaja suutma läbi viia erinevaid käelisi ja loovtegevusi, mõttemaailma arendavaid ja töösarnaseid tegevusi, pakkuma klientidele mõõdukat füüsilist aktiivset tegevust, motiveerima ja nõustama, kaasama ja muidugi tuleb laulda ning tantsida ka. Samuti tuleb lahendada probleeme erinevate ametiasutustega (pensioniameti, telefonifirmade, pankade, politsei, psühhiaatriakliiniku, notariga jne). Palju tuleb tegeleda sotsiaalses suhetes tekkinud probleemidele lahenduste leidmisega.

MIDA SEE TÖÖ SULLE ANNAB?

Ma ütlen päris siiralt: mulle meeldib see töö! Olen kokku puutunud paljude inimestega, aga sellist vahetut, ausat ja siirast suhtlust pole ma mujal kohanud. Erivajadustega inimesed on mulle palju andnud hingesoojust ja hoolivust.

Mul on vaimupuudega inimeste seas väga palju sõpru. Mõnega kohtume vaid kord aastas, aga kohtudes on alati emotsioonid laes – hõiskame ja kallistame. Ma ootan

alati meie suuremaid kokkusaamisi ja näen ka, kuidas kliendid neid ärevalt ootavad ning kohtumisteks valmistuvad. Ühised ettevõtmised on meile kõigile väga olulised ja vajalikud.

MILLIST EESMÄRKI TÄIDAVAD SINU ALGATATUD SUVEPÄEVAD JA KUST ON SEE TRADITSIOON TULNUD?

Alguse sai suvepäevade idee ühel koolitusel, kus said kokku aktiivsed tegevusjuhendajad. Mõtlesime, et väga tore oleks omavahel veel kohtuda – ise mõtteid vahetada ning kliendid endale uusi sõpru leida. Suvepäevad said alguse 2005.a, kui kohtusid Viljandi, Rapla ja Otepää erivajadustega inimesed ja nende juhendajad. Pärast esimest üritust oli kindel plaan seda korrata, sest tagasiside osalejatelt oli väga positiivne. Järgmisel aastal toimusid suvepäevad Otepääl ja osalejaid oli juba 8 maakonnast. Suvepäevade eesmärk on olnud positiivsete elamuste pakkumine, motiveerimine ja sotsialiseerimine. Suvepäevade raames õpitakse tundma kohalikku keskkonda ja külastatakse vaatamisväärsusi, omandatakse uusi oskusi, veedetakse lõbusalt aega, esinetakse õpitud etteastetega, võetakse mõõtu lustlikes spordimängudes, tantsitakse ning lauldakse karaoket.

2013.a toimuvad suvepäevad Otepää lähedal ja mul on suur au ja vastutus teha seda kolmandat korda. Õigem on vist öelda, et minul on juhtveduri roll, sest tegelikult aitavad suvepäevade korraldamisel kaasa kõik tegevusjuhendajad.

Tänu suvepäevadele on süvenenud eri organisatsioonide vahel tihe koostöö, see on olnud minule suureks toeks nii mõnigi kord, kui on olnud keerulised olukorrad ja lahendusi pole leidnud. Üksteist toetav meeskond on oluline. Muidugi oleks huvitav teha koostööd ka teiste organisatsioonidega.

MILLINE ON SINU VIIMASE AJA OLULISIM ETTEVÕTMINE?

Ilmselt kõige olulisem sündmus on hetkel töösuhte lõppemine, aga sellega ei lõppe minu tegemised puuetega inimestega. Suvepäevad on vaja korraldada ja ka mõned koostööprojektid on kavas, mis kaasavad erinevaid asutusi Eesti erinevaist paigust – looduslaagrid, teatripäevad, sõpruskohtumised, kevadprintsessi ja -printsessi valimised, suvelõpudiskod, asutuste sünnipäevapeod... Tegemist jätkub!

MILLISEID TAKISTUSI (LISAKS ÜHISKONDLIKULE SUHTUMISELE) OLED OMA TÖÖS KOHANUD?

Minu jaoks on kõige raskem olnud võitlus puuetega inimestele pakutava teenuse vajalikkuse eest. Väga keeruline on selgitada, kui mõista ei taheta, et miks on vaja

üldse teenuseid puuetega inimestele. 9 aasta jooksul olen pidanud asju pakkima ja uut teenusepakkumise kohta otsima vähemalt kuuel korral. Kuidas sellistes tingimustes on võimalik areneda? Iga omavalitsus peab leidma võimaluse puuetega inimeste teenuste arendamiseks, sest abi küsida on väga raske, aga abi pakkuda imelihtne.

MIDA SOOVITAKSITE AJAKIRJA "VAIMUPUU" LUGEJATELE?

Ma soovin Teile kõigile palju sõpru, mõistmist, hinge-soojust ja armastust südamesse! ■



Otepää Päikeseringi Seltsi etteaste Olümpia vigurelementide sooritajad Heleen, Raiu, Geiro ja Marika

KOKKUVÕTE



Marika Ein soovib, et kõik omavalitsused saaksid aru, et teenused puuetega inimestele on väga vajalikud.



Mirje Mägi

LUGU MINU KOLIMISEST NÄITUSE KODUSSE

TEKST: Mirje Mägi
FOTOD: Vaimupuu

Ma kolisin Karulast Näituse kodusse juuni lõpus. Pakkisin enamjaolt oma asjad ise, kuid abistasid ka tädid Karulast. Tädide all pean silmas tegevusjuhendajaid.

Linna sõitsin bussiga. Alguses oli raske, sest kõik oli alles uus ja võõras. Harjumine võttis aega mitte rohkem kui nädal. Mulle meeldis Näituse kodus väga, sest see asub linnas. Kõik toredad kohad on ju siin, näiteks Viljandi linnaraamatukogu, mille kasutajaks soovin ma saada. Kasutajana saan raamatuid laenutada ja arvutis kirju saata. Lähedal on ka teater, kuhu tahaks kindlasti mõnda head etendust vaatama minna. Muidugi toimuvad Viljandi linnas erinevad üritused, näiteks Pärismusmuusika festival. Ka sinna sooviks tulevikus minna. Tahaks ka kontsertidele minna, aga ei oska öelda, kas selleks võimalus avaneb, kuid loodan parimat, sest olen suur kultuurihuviline.

Ka Karulat ei unusta ma kunagi, sest see oli ju minu lapsepõlve kodu ja elasin seal palju aastaid. Muidugi jäid ka sinna maha minu paljud head sõbrad, keda külastan ma nii tihti kui võimalik. Vähemalt püüan nende sünnipäevadelegi jõuda.

Karula on koht, mis jääb alati minna südamesse. See oli kaunis koht oma looduse ja rahu poolest, aga linnas meeldib mulle sellegipoolest rohkem.

Vaimupuu, ma tänan teid, et andsite võimaluse kirjutada oma lugu teie ajakirjale. Olete väga tore ajakiri ja on huvitav lugeda teie tegemistest ja toimetamistest. ■

KODU VILJANDILE

Mirje Mägi

IGA PÄEV ON ÜKS TORE KINGITUS.
AVA UKS LAHTI, MINE SINNA SISSE,
RÕÕMUSTA UUE KODU ÜLE.

IGALÜHEL MEIST ON OMA KODU,
AKNALAUA PEAL KASVAV LILL,
SA VÕID LEIDA VAIKUSE OMA TOAS.

SA KÜSID, MIKS MA RAJAN OMA KODU LINNA.
MA OLEN LEIDNUD KOHA,
KUS MU SÜDAMES ON RAHU JA RÕÕM.

17. juuli 2012

VILJANDI NÄITUSE KODU – KAASAEGSED PERE- MAJAD ERIVAJADUSTEGA INIMESTELE

20. juulil oli Viljandis Näituse tänaval palju rahvast – peeti kahe peremaja soolaleivapidu. Peremajad rajas AS Hoolekandeteenused koduks kahekümnele psüühilise ja vaimse erivajadusega inimesele.

TEKST: Vaimupuu
FOTO: Vaimupuu

Viljandi Näituse Kodusse kolisid 20 eri vanuses, peamiselt Viljandimaalt pärit täiskasvanud vaimupuudega inimest juba juulikuul algul. Toredad naturaalsed materjalidest ning euronormide järgi ehitatud hooned on avarad ning valgusküllased, samas väga hubased. Erivajadustega inimeste peremajades on elanikele ööpäevaringselt tagatud vajalik toetus, juhendamine ja ka meditsiiniline abi.

Soolaleivapeol tutvustasid Näituse Kodu elanikud küllalistele oma elupaika ning kostitasid neid omavalmistatud tortidega. Kohal oli sotsiaalminister Hanno Pevkur, kes nimetas Viljandi Näituse Kodu väga heaks suunanäitajaks, kuhu ja kuidas Eesti erihoolekandesüsteem tulevikus tervikuna välja peab jõudma. Lisaks tervitussõnadele lõi Hanno Pevkur kaasa elupuu istutamisel. Häid soove ja kingitusi jagasid uutele elanikele Viljandi maa-valitsuse, ASi Hoolekandeteenused, ehitajate, projekterijate, teiste peremajade ning veel paljude asutuste ja organisatsioonide esindajad.

Viljandi Näituse Kodu peremajade ehitamine on osa psüühilise erivajadusega inimestele mõeldud erihooldekodude reorganiseerimisprojektist. Projekti rahastab 85% ulatuses Euroopa Regionaalarengu Fond ja ülejäänud osas Eesti riik.



Kasvandikud tegid ise oma kätega torti.



Traditsiooniliselt istutatakse alati mõni puu



Tahaks sõita, kuid miski võimaluse leiab alati, kas või vähendatud kujul



Taire Ehaver ja Vjatšeslav Zagorski seavad taldrikuile Tere maitsvaid kohukesi.

SUVEPIKNIK VABAÕHUMUUSEUMIS

TEKST: Sirve Ränni, endine Kristliku Koolkodu kasvataja
FOTOD: Kalev Lilleorg / Naisteleht

11. augustil toimus taas Rocca al Mare Vabaõhumuuseumis meie lastekodu endiste kasvandike suvine piknik, mida igal aastal korraldab Taire Ehaver. Väga tore oli jälle üle pika aja kohtuda, näha, et kõik on vahepeal suureks saanud ja oma elu peale läinud.

Mõned meie endised kasvandikud elavad Tallinnast kaugel ning seepärast pole neil alati võimalik iga-aastasele piknikule tulla, ent õnneks suhtlevad noored omavahel ning kohtutuli teadsid ka teiste elust-olust rääkida.

Kõige toredam oli üle hulga aja näha Jüri Leppa, keda ma ei olnud näinud sellest ajast saadik, kui ta lastekodust lahkus. Pihlaka tänava lapsed on kogu aeg väga tublid olnud ja on seda kindlasti ka edaspidi – näiteks Vjatšeslav Zagorski lõi sel aastal kaasa ka pikniku organiseerimisel. Ka mõned Eerika tänava lapsed olid kohal. Polnud neid ka kaua näinud ja oli hea neist ka midagi kuulda. Kahju ainult, et neil ei ole tööga kõigil kõige paremad lood, aga parata pole midagi. Sellest hoolimata oli kohtuda tore ja näha, et nad on oma eluga rahul.

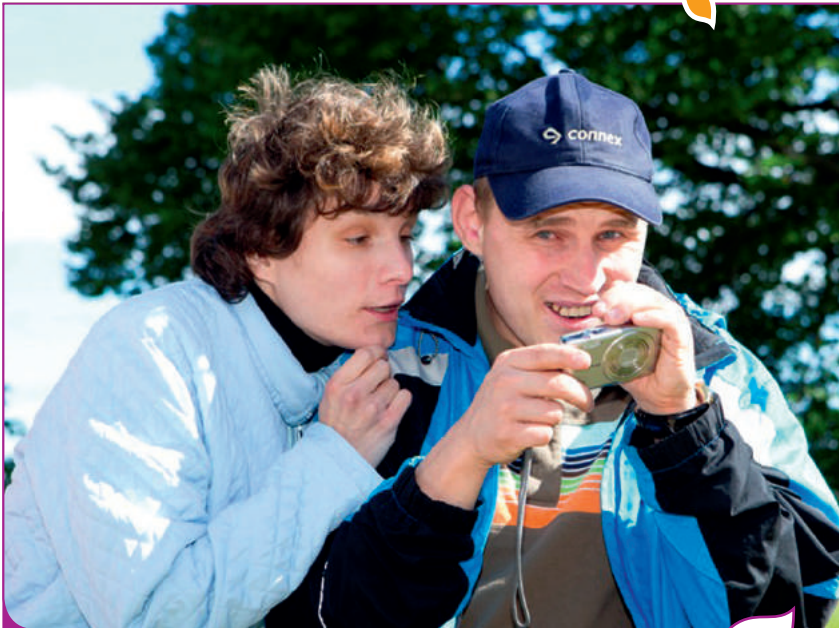
Seekordne piknik oli rahulik – sportlikke mängu ei mängitud, aega kasutati koos grillimiseks, omavahel suhtlemiseks ja muljete vahetamiseks. Pandi paika plaanid, millal taas kohtuda.

Täname väga oma sponsoreid, kelle abiga saime sellest päevast rõõmu tunda. Juba mitu aastat oleme me käinud Vabaõhumuuseumis, kuid nüüd juba teist aastat on seda võimaldatud muuseumi poolt tasuta.

Sveiger AS toetas meid ühekordsete nõudega. ASA le Coq kinkis meile mitut sorti mahla. Tere Piim andis väikeseid kohukesi ja Laima küpsiseid. Taas oli kohal fotograaf Naistelehes Kalev Lilleorg, kes on varemgi tasuta meie noori pildistanud, andnud neile võimaluse poseerida ja ilusaid pilte saada.



Taire Ehaver



Janek Smonini fotoaparaat on jäädvustanud Jelena Zahharkina arvates midagi põnevat.



Aivar Kaasik on saia lennuvõimest ehmunud.



Veronika Saluste saabub potitäie hõrgutistega.



Janek Smonin on kohukeste ja vorstikeste rohkusest hämmeldunud. Teda rahustab Maimu Korjus. Janek Muru aga ei lase end millestki heidutada, vaid asub kohe vorsti kallale.



Ülo Leius, Jüri Lepp ja Taire Ehaver.



Töötoa käigus valmis nii suur juubelitort, et selle kandmiseks oli vaja nelja inimest!

KAKSKÜMMEND AASTAT SIIRAST RÕÕMU TUKSI LAAGRITES

24.-26. augustil toimus Noarootsi vallas Tuksis, Läänemaa Spordi- ja Tervisekeskuses, järjekordne Eesti Vaimupuudega Inimeste Tugiliidu korraldatud suvelaager. Selle suve laager oli arvult juba kahekümnes ja laagri teemaks oli meri ja merega seonduv.

TEKST: Madis Eenlo, vabatahtlik
FOTOD: Vaimupuu

Ehkki tänavune suvi on olnud vihmane ja teel Tallinnast Läänemaale sadas kohati väga tugevalt, oli ilmataat laagriliste suhtes helde ning pakkus kolm päeva kuiva ja päikselist ilma.

Tuksi suvelaagri kavasse mahtus nii töist tegevust kui ka meelelahutust, kohale tulijaid oli üle Eesti ja kaugemalt tuldi kohale Saaremaalt. Kui reede õhtul kohale jõuti, oli elevust palju, rõõmu tegi taaskohtumine kaugematest maakondadest pärit sõprade-tuttavatega.

Suvelaagri raames toimus **Eesti Vaimupuudega Inimeste Tugiliidu üldkogu**, mis võttis kokku senise tegevuse, arutleti aasta jooksul tehtu üle ja muuhulgas võeti MTÜ Vaimupuu EVPITi liikmeks.

Laupäeval toimus **rahvusvaheline seminar „Kliendi kaasamine sotsiaalhoolekande teenuse kujundamisel“**. Seminaril osalesid Eesti Vaimupuudega Inimeste Tugiliidu, Tallinna Sotsiaal- ja Tervishoiuameti ja ka Rahvusvahelise Teenuseosutajate Ühingu (EASPD) esindajad.

Seminari avasõnade järel tutvustasid EASPD esindajad Irene Bertana ja Francesca Bertana kliendi kaasamist ja teenuste osutamise süsteemi Euroopa tasandil, kus oluline roll on kliendipõhistel teenustel ning nende arendamisel. Francesca Bertana tutvustas ÜRO Puuetega Inimeste Õiguste Konventsiooni ja seletas seda lahti lihtsustatud keeles. Pikemalt oli juttu EASPD kliendi kaasamise kogemustest. Inglisekeelne jutt tõlgiti sünkroontõlkes eesti keelde.

Seejärel moodustati kaks töörühma arutlemaks kliendi kaasamise kogemusi, võimalusi ja nägemusi. Esimese töörühma moodustasid teenuse osutajad (juhendaja Helle Känd) ja teise töörühma teenuse kasutajad (juhendaja Agne Raudmees). Töötubades selgus, et väga paljud kohalviibijatest polnud teadlikudki saadaolevatest teenustest ning nendega kaasnevatest võimalustest. Seega andis seminar palju kasulikku infot.

Pärast kohvipausi tutvustas EQUASS Eesti juhataja Keiu Talve sotsiaalteenuste kvaliteedijuhtimise süsteemi EQUASS ning selles osalemise põhimõtteid. Sotsiaalteenused peavad olema üheselt mõistetavad nii kliendile kui teenuse osutajatele ning teenuste kvaliteet peab olema võrreldav olenemata asukohast.

Pihlaka sotsiaalmaja poisid Aivar Kaasik, Kristo Sooper ja Vjatšeslav Zagorski esitasid lõbusa lühinäidendi sellest, kuidas klient hoopis tegevusjuhendajat kaasab. See meeleolukas vahepala juhatas sisse ajakirja Vaimupuu peatoimetaja Janek Muru jutu eneseesindamisest ja eneseületamisest. Lisana näidati dokumentaalfilmi lõiku Janeki lapsepõlvest puuetega laste kodus. Seda kommenteerisid

nii Janek Muru ise kui ka ajakirja Vaimupuu keeleteimetaja Kerttu Rakke. Janek Muru sõnul on eneseesindamisel tähtis roll erivajadustega inimese elus, sest see annab enesekindlust ja võimaldab seeläbi oma eluga paremini hakkama saada. Samuti rääkisid Janek ja Kerttu lühidalt oma muljetest eneseesindajate konverentsil Brüsselis.

Seminari teises pooles tutvustas Tallinna Sotsiaal- ja Tervishoiuameti peaspetsialist Malle Ojamaa Tallinna sotsiaalteenuseid, mis on hetkel saadaval ja mis plaanis. Samuti oli ülevaade Tallinna sotsiaaleluruumide arendamise kavast. Eraldi rääkis Malle Ojamaa põhjalikumalt teenuste planeerimisest ja kliendi kaasamisest teenuste planeerimise juures – näiteks avalik-õiguslike ja ühiskondlike hoonete liikumispuuetega inimestele kättesaadavamaks muutmisel kuulatakse ära ka puuetega inimeste seisukohad.

Seminari lõpetas teenuseosutaja Helle Känd, rääkides oma kogemustest kliendi kaasamisel.

Suvelaagri lahutamatuks osaks on sport, meelelahutus ja rõõm koos tegutsemisest. Samal ajal seminariga toimusid erinevad töötod. Juhendajate pilgu all maalisisid lapsed mereteemalisi pilte, mis hiljem lavaterrassile näituseks seati. Koos valmistati hiiglaslik juubelitort, mille kandmiseks oli vaja nelja inimest. Spordiplatsil püüdsid korvile pihta saada nii suured kui väikesed. Kes ühistegevusest ei hoolinud, korjas metsa all mustikaid, pohli ja seeni. Mõlemal õhtul oli köetud saun, mida kasutati väga usinalt.

Suure huviga ootasid laagrilised ekskursiooni Dirhami sadamasse, kus sai tutvuda Puulaevaseltsi Vikani suurima laevaga, kaljasega Hoppet. Kahemastiline Hoppet on ehitatud Haapsalu kandis 1926. a ja saabus tagasi kodumaile mõned aastad tagasi, kus ta täielikult restaureeriti. Kaljas Hoppeti meeskond oli väga vastutulelik ja hoolitses selle eest, et kõik puudega inimesed saaksid pardal käia ja laevaga tutvuda. Ekskursiooni lõppedes tänas Agne Raudmees Hoppeti meeskonda ja andis üle tänukirja. Kaljase taustal tegime ka ühispidi.

Õhtusteks meelelahutusteks olid reede õhtul disko ja laupäeva õhtul tants ansambli „Vanad sõbrad“ saatel. Kuna seekordse laagri teema oli meri, siis paljud inimesed olid tõsiselt vaeva näinud mereteemaliste kostüümide muretsemisel ja valmistamisel. Kohal oli nii näki- neide, kalu, meremehi kui piraate, admiralist rääkimata. Tantsuõhtu lõppedes toodi lavale hiiglaslik juubelitort, millest jagus kõigile ja nii sai Tuksi laagrite 20. juubel väärilt tähistatud.

Pühapäeval pidas Toivo Niiberg loengu veest ja selle tähtsusest meie elus. Loengule järgnes kahekümnenda Tuksi laagri pidulik lõpetamine.

Järgmisel aastal kohtume jälle!



Ekskursioon kaljas Hoppetile oli laupäeva üks meeleolukamaid sündmusi.



EIT Tugiliisu noormeeste lõbus lühinäidend tegevusjuhendaja kaasamisest meeldis kõigile.

KOKKUVÕTE



Tuksi laager on üle-Eestiline vaimupuudega inimeste kokkutulek. Tuksi laagris saad sa tegeleda väga erinevate tegevustega: käia marjul, teha kunsti ja tegeleda spordiga. Õhtuti on lõbusad tantsupeod.



Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskuse direktor Mari Rull kinkis osalejatele õpilaste tehtud käsitööd.

KÕIKI KAASAVAT ELUKESKKONDA saab luua vaid üheskoos

TEKST: Janek Muru, peatoimetaja
FOTO: Janek Muru

19 juunil toimus KUMUs „Kõiki kaasava elukeskkonna loomise ja kavandamise“ juhendmaterjalide esitus. Astangu Kutserehabilitatsioonikeskus tellis juhendmaterjalid, mille eesmärgiks on tekitada diskussioon, kuidas luua hästitoimiv elukeskkond, mis ei lähtu ainult erivajadustega inimestest, vaid mille kasutamisest tunneks rõõmu kogu Eesti elanikkond. Oleme olukorras, kus esiteks sarnaselt kogu ülejäänud arenenud maailmale vananeb Eesti rahvastik erakordse kiirusega ning teiseks on seni meie ühiskonnas erivajadustega inimeste probleemidele äärmiselt vähe tähelepanu pööratud. Eelkõige keskkonnast tulenevad suured takistused puudega inimeste iseseisvaks toime-

tulekuks. Nimetatud probleemid nõuavad kasutatavalt keskkonnalt, tootelt kui ka teenuselt kõigile sobivat madalamat lävendit, mis sobiks kõigile inimestele. Juhendmaterjali koostamine ja väljatöötamine oli pikaajaline ja põhjalik protsess, milles osales kolm asutust, kes vastutavad Eestis elukeskkonna kujundamise ja selle valdkonna arengu eest. Nendeks asutusteks on Eesti Arhitektide Liit, Eesti Disaini Keskus ja Eesti Kunstiakadeemia. Juhendmaterjal on koostatud programmi „Töölesaamist toetavad hoolekande meetmed 2010–2013“ raames ja seda rahastas Euroopa Sotsiaalfond. Materjal on mahu- kas, peaaegu 350 lk tihedat teksti ja ilusaid pilte.

Juhendmaterjali esitlusel võttis sõna Eesti Vabariigi sotsiaalminister Hanno Pevkur, kes mainis, et juhendmaterjal peaks lisaks igapäevasele praktilisele kasule tõstma teadlikkust Eesti ühiskonnas, et leida vigu ja lahendada probleeme. Näiteks Tartus oli üks invaparkla talvel kasutusel lihtsalt lume ladustamise kohana, mis polnud just kõige eesmärgipõhisem kasutus ühele sihtotstarbelinele rajatisele. Selleks, et selliseid vigu ei peaks enam leidma avalike kohtade juures või et midagi on projekteeritud valesti (näiteks ühiskondliku hoone trepi juures olev kaldtee on liiga järsk või polegi juurdepääsu sellele), on juhendist palju abi. Sotsiaalminister Hanno Pevkur lausus tänusõnad kõigile inimestele, kes selle

suure töö ära tegid ja vaeva nägid: kunstnikud, disainerid, arhitektid, sihtrühmade liikmed, inimesed, kes tegid pilte, et juhendmaterjal oleks näidetega reaalsest elust. „Tehtud töö on väga suure töö algus. Eks meie sotsiaalministeeriumis ja teised riigiasutused peavad andma oma panuse, et käesolev abimaterjal ka tegelikku ellu jõuaks, olles hea tellija, näpuga näitaja ja järelevalvaja ja järelevalvaja.“

Kõiki kaasava elukeskkonna loomisel peab tekkima koostöö kõigi osapoolte vahel. Loodetavasti maastikuarhitektid, sisearhitektid, projekteerijad ja teised inimesed, kes tegelevad meie elukeskkonna kujundamisega, hakkavad uut juhendmaterjali hoogsalt kasutama ja võtavad arvesse ka sihtrühmade soovitusi ning kogemusi, sõnas sotsiaalminister. „Kui vaadata sotsiaalministeeriumi viimase aja tegemisi, siis puuetega inimeste konventsiooni ratifitseerimine ja selle tagajärjel koostöömemorandumi allkirjastamine Puuetega Inimeste Kojaga ja koostöökogu moodustamine on märk sellest, et selle materjali ja paljude teiste tegemistega oleme tihedalt seotud. Just kõiki erinevaid sihtrühmi ja kogukondi kaasates saame luua kõiki kaasava elukeskkonna ja tagada seda, et kõikidel ühiskonnaliikmetel on võimalik osa saada erinevatest võimalustest, mida Eesti suurepärase maastik, loodus, ühiskondlikud hooned ja teenused pakuvad.“

AS Hoolekandeteenused juhatuse esimees Mario Mändmaa tutvustas ettevõtte kogemusi keskkonna ja teenuste arendamisel. 2009. aastal sai selgeks, et ettevõtte on võimalik vaimse erivajadustega inimeste jaoks sobiliku keskkonna loomiseks taotleda Euroopa struktuurifondidest ligi 25 miljonit eurot. Meil on vaja disainida keskkond, mille eeskujud saame võtta ka Põhjamaadest, kus on elukeskkonda palju arendatud. Kui arvestada, et erivajadustega inimese elu ei sõltu ainult hoonest, kus ta elab, õpib või saab vajalikke teenuseid, vaid ka talle vajalikest teenustest, toodetest, siis tegelikult on ka see tänases Eestis vaeslapse osas. Ilmselt jääb see nii veel mõneks ajaks, sest ära tuleb teha väga suur töö ja alustada baasvajadustest, milleta ei saa ja edasi liigutakse juba teenuste või toodeteni, mis loovad mugavusi ja lisaväärtusi. Suur tähtsus on teenuste ja keskkonna kvaliteedil.

Juhendmaterjal toob ka näiteid Põhjamaadest ja Kesk-Euroopast, kuidas seal on need teenused ja keskkond loodud. Kvaliteetne teenus on teenindaja ja kliendi üks-ühele suhe, mis on väga ressursimahukas, kuid sinna suunas tuleb paratamatult liikuda. Teine ressursimahukas valdkond on sobiva keskkonna loomine. Kui vaadata meie elamuid, siis kvaliteetset elamufondi, mis sobib füüsiliste ja vaimsete erivajadustega inimeste jaoks, on väga vähe. Väljakutse on kasutada Euroopa rahasid hästi

otstarbekalt, parandada teenuseid sisuliselt ja arendada elukeskkonda. Loomulikult kasutatakse teenuse disainimisel oma eriala spetsialiste, kelle töö on küll kulukas, kuid kui me lugesime kokku, kui palju teenuse disainimine maksma läks, siis summa oli 89 000 eurot, mis on võrreldes kogu 25 miljonilise projekti maksumusega väike protsent. Arvestades tulemust ja kogemust oli see investering seda raha väärt.

Mario Mändmaa sõnul ei piisa teenuse idee andmisest disainerile, et siis tulemust ootama jääda, vaid tuleb aktiivselt koos kõigi osapooltega osaleda teenuse, toote või keskkonna loomise protsessis, mis tagab parima tulemuse. Oluline on ka see, et disainer tutvuks kohapealsete oludega ja suhtleb ka ise sihtrühma kuuluvate inimestega ja näeb, kuidas nad elavad. Pikkemalt saab „Kõiki kaasava elukeskkonna loomise ja kavandamise“ juhendmaterjalidega tutvuda aadressil: www.astangu.ee/kohandamine.html. ■



Sotsiaalminister Hanno Pevkur.

KOKKUVÕTE



Linnaruum peab sobima elamiseks kõigile, nii tervetele kui ka puudega inimestele. Selleks tuleb meie linnaruum ümber kujundada. Nüüd on valmis juhendid, kuidas seda teha. Eestil on võimalik Euroopa fondidest selleks raha saada.



Etteasteks valmis Katikodu

KÄSMU SUEPÄEVAD 2012

MTÜ Kõrgessaare puuetega noorte klubi Vikerkaar Hiiumaalt, kelle koosseisu kuulusid ka 4 Kärkla Tegevustoa erivajadustega noort, osalesid 4.-5. juulil VIII üle-Eestilistel erivajadustega inimeste suvepäevadel Käsmus.

TEKST: Heli Harak, Noorte Klubi Vikerkaar MTÜ
FOTOD: Vaimupuu

Suvepäevad innustavad meid uutele tegemistele ning mõtetele, väga tähtis on kohtuda vanade tuttavatega ja saada juurde uusi sõpru.

Tänavused suvepäevad teemal „Olümpiamängud tsirkuse elementidega“ oli plaanitud kahepäevase üritusena. Koos Otepää noorte ja nende juhendajaga otsustasime veeta koos kolm päeva, nagu eelnevatel aastatel kombeks on olnud, sest kui juba kodust välja tulla, tuleks reisist võtta maksimum.

Meie suvepäevad algasid seega juba 3. juulil. Üheskoos tutvusime Käsmu ja selle lähikümbruse vaatamisväärsustega. Öhtu sisustasime huvitavate mängudega ning Vikerkaare liikmed esinesid kodusõpitud „ergutusrühma tantsuga“ oma Otepää sõpradele.

Järgmisel päeval oli rõõm taaskohtuda ülejäänud suvepäevadel osalejatega Käsmu Lainela Puhkekülas. Nende päevade jooksul valmistasid osalejad ette olümpiateemalise eeskava. Meie valisime oma eeskava teemaks „Sport ja puhkus käsi-käes“, osalesime meenete tegemise töötoas, nautisime kaunist loodust, sisustasime aktiivselt oma vaba aega sportmängudega, tundsim rõõmu sõpradega veedetud ühisest ajast.

Kuigi aeg kulus kiiresti käest, püüdsime nautida kõike, sest alati tuleb olla ise aktiivne ja püüda oma elu huvitavaks teha!

2013. aastal toimuvad suvepäevad Otepääl. Kohtumiseni!!



Hiiumaa Vikerkaare esindus.
Vasakult: Liisi Ülemaantee,
Urve Nõmmerga, Anneli Laur, Heli Harak



Kodijärve esindus.



Mairold Millert

MAIROLD MILLERT: kõike tuleb teha hea meelega.

Mairold Millert on ilmselt tuttav igale televaatajale, sest juba aastaid on ta kaasa löönud menukas tele-saates Tantsud tähtedega. Sel hooajal on Kanal2 eetris uus saade „Tähed jääl”, mis saadab kohalikud kuulsused hoopis jääle jalga keerutama. Soovime Mairoldile edu ja oleme rõõmsad, et ta oli nõus meile oma tegemistest rääkima.

TEKST: Mairold Millert
FOTOD: Kalev Lilleorg/Naisteleht

Viimasel ajal on mu elu jälle väga tempokaks kujunenud. Loomulikult tiirleb kogu mu päev uisusaate ümber ja kõik teised plaanid saavadki trennide järgi seatud. Lisaks oma tantsutreeneri tööle

töötan ka baarmanina, olen tootekoolitaja Prikes ja lisaks lükkame sõpradega käima oma Bar Cateringi firmat. Tegemist on küllaga, aga õnneks mahub see kuidagi kõik 24 tunni sisse ikka ilusti ära.

Tantsusaates olen osalenud kolm korda. Kõik kolm aastat olid omamoodi meeldejäädavad, mulle sattusid tore-dad partnerid, kellega oli huvitav trenni teha. Partneriga peab olema ühiseid huvisid, millest rääkida, et trennid lõbusamad oleksid. Vaikida on igav!

Emotsioonid selles saates on olnud kui Ameerika mäed – pidevalt üles–alla! Kui ikka midagi tundus hea, oli see super hea, kui halb, siis halvim maailmas. Saates osaledes lähed nii sügavale saate sisse, et kogu reaalne elu tundub teisejärguline. Õnneks kestis see mõned kuud ja siis sain jälle maa peale tagasi.

Vaimupuudega inimestega polegi ma otseselt kokku puutunud. Kohtunud olen küll, aga pikemaajalist kokkupuudet pole olnud. Loomulikult ei tohiks vaimupuue olla takistuseks, et oma andeid arendada. Anne on kaasasündinud, mõni leiab oma ande, mõni inimene aga ei saa elu lõpuni teada, milles ta oleks võinud väga hea olla, sest ei sattunud seda kunagi proovima. Vaimupuudega inimesed võivad teistega võrdselt hästi laulda, joonistada, näidelda või sporti teha. Peab olema vaid tahe ja julge pealehakkamine.

Toreda ürituse „Vahtra“ tantsud tähtedega“ osalejatele soovitan: minge julgelt ja tehke oma tants ära nii, nagu te seda olete harjutanud. Proovige nautida seda lühikest aega, mis te tantsupõrandal olete. Naeratage ja laske ka teistel näha, kui väga teile meeldib tantsida.

Kõigile teistele Vaimupuu lugejatele soovin sallivust ja kannatlikkust kõikides tegemistes. Kõike, mida ette võtate, tehke hea meelega – nii tuleb see alati paremini välja. ■





Inna Tamm ja Jüri Kimmel

INNA TAMM: „Vahtra tantsud tähtedega“ juures algusest peale

Inna Tamm on „Vahtra tantsud tähtedega“ tantsuüritusel osalenud kõigil aastatel. Selle aja jooksul on tal olnud kolm tantsupartnerit. Inna töötab Rapla valla sotsiaalnõunikuna. Tema tööks on hoolitseda selle eest, et Rapla valla kõigil elanikel oleks oma koduvallas hea ja turvaline elada. Et seda ülesannet täita, on vaja koostööd teha paljudega. Tema esmaseks koostööpartneriks on Rapla Hooldekeskus. Selle üks osa on erivajadustega inimestele rehabilitatsiooniteenuseid osutav Vahtra tugikeskus.

TEKST: Janek Muru, peatoimetaja
FOTOD: erakogu

KUIDAS TE SATTUSITE ÜRITUSELE „VAHTRA TANTSUD TÄHTEDEGA“ JA KES ON OLNUD TEIE TANTSUPARTNERID?

„Vahtra tantsud tähtedega“ juures olen olnud algusest peale. Kui tegevusjuhendajad Hely Kuus ja Age Ilu-

maa ürituse korraldamise ideed tutvustasid, tundus see põnev ja sisukas. On ju tantsimine puhas rõõm, liikumine ja tunnete väljendamine ilusa muusika saatel. Tantsimine õpetab paremini suhtlema ja aitab sõpru leida. Kõik see kulub ka Vahtra rahva jaoks marjaks ära.

Olen võistlustantsu väga palju kõrvalt näinud ja ka paaril seltskonnatantsukursusel ka käinud, see andis julguse anda lubadus ka vajadusel ühe tantsupartnerina kaasa lüüa.

Esimesel korral vajas idee rohkem tutvustamist, sest see ei olnud ainult Tantsud Tähtedega Rapla variant vaid „Vahtra Tantsud Tähtedega“. Harjutamise kõige tähtsam eesmärk oli iga Vahtralase individuaalne areng, mitte omavaheline võistlemine. Trennides tuli rohkem arvestada tervises seisundit. Aga juba esimesel aastal õnnestus kõik toredasti, osa võtta soovijad leidsid partneri ja harjutamine lõppes uhke avaliku üritusega Rapla Kultuurikeskuses.

Esimeseks partneriks oli Renee Kuum, teisel aastal Madis Ojavee ja kolmandal Jüri Kimmel. Eelmisel aastal olin žürii liige. Olen ka selle aasta ettevalmistuste juures ja taas žüriis.

MILLINE ON VAHTRA ÜRITUSE ROLL PUUETEGA INIMESTE ELUS JA ÜHISKONNAS?

Keegi ei osanud arvata, et tegevusjuhendaja Hely ja Age viie aasta tagune idee osutub nii fenomenaalseks, et Rapla vald saab uue traditsioonilise ürituse. Täna on selles kaasa löönud nii maavanemad, vallavanemad ja teised ametnikud, maailmas võistlevad võistlustantsijad ja vabariigi rahvatantsuvedajad, Rapla Hooldekeskuse töötajad. Uusi sõpru on tulnud osalema ja vaatama kogu maakonnast. Vahtra keskuse tegemisi on käidud tutvustamas ka Lätis.

Läbi tantsu ja ühise harjutamise on inimestele selgemaks saanud, et psüühikahäire ja vaimupuue võib olla üks osa inimese eripärast, millega tuleb arvestada ja osata koos elada, mitte karta. Ühine koos tegutsemine on väga lihtsalt laiendanud kõikide osavõtjate ja ka kogukonna maailma.

Nii siirast rõõmu kui Vahtra rahvaga suheldes ei leia igalt poolt. Samuti olen näinud, et ka kõige kartlikum ja ebakindlam alustaja võib järjekindla harjutamisega üllatada nii teisi kui iseend.

Soovin, et kõigile jätkuks sõpru ja tervist. Praktilise töö poole pealt, et Rapla vald saaks uue sotsiaalteenuseid pakkuva päevakeskuse, kus kaasaegsed ruumid leiaks ka Vahtra tugikeskus. ■



Vahtra Tantsudel, partneriks Ele Janno, on kutsutud tantsupõrandale

VÕISTLUSEST OSAVÕTJAD tunnevad rõõmu tantsimisest.

Tantsuõpetaja Riho Pohla hobideks on tants ja sport. Tantsuga on ta kokku puutunud enamiku oma elust – praegu juhendab ta Laukna segarühma „Kaareke“ ning koos Ilona Noorega Märjamaa segarühma „Hopsani“. Riho Pohla on üks „Märjamaa Folgi“ ja teiste kultuuriürituste korraldajatest (8. märtsi naistepäevakontserdid „Laval ainult mehed“, maakondlikud tantsupeod, koolitused). Ta on abielus ja kahe poja isa.

TEKST: Janek Muru, peatoimetaja
FOTOD: erakogu

KUIDAS TE SATTUSITE ÜRITUSELE „VAHTRA“ TANTSUD TÄHTEDEGA“?

Rapla Maavanem Tõnis Blank, kes ise ei saanud osaleda, kutsus viis aastat tagasi mind ja Andrus Ründalit sellest üritusest osa võtma. Esimese aasta kogemus oli nii

tore, et olen ka kõikidel järgmistel aastatel kaasa löönud. Esimesel kolmel aastal oli mu partneriks Maiu Nukkis, kellega saavutasime ühel korral koguni esikoha. Eelmisel aastal oli mu partneriks Ele Janno, kellega võitsime rumba tantsu.

MILLINE ON „VAHTRA“ TANTSUDE“ ROLL PUUETEGA INIMESTE ELUS?

Kuna üritust on kajastatud kohalikus meedias ja mõningal määral ka üleriigilises meedias („Terevisioon“), siis see on aidanud teadvustada puuetega inimeste tegemisi. Üritus on olnud väga hästi korraldatud ning seda on toetanud paljud inimesed. Ka puuetega inimeste tantsupartnerid on saanud kogemuse võrra rikkamaks ning mõistavad nüüd paremini puuetega inimesi. Kahtlemata on Rapla puuetega inimestele see väga tähtis üritus. Lisaks „Vahtra“ keskuse klientidele on veel tantsijad Pahkla Camphilli külast, Katikodust ja Vana-Vigala TTKst. Osalejad on iga kord olnud väga evelil, ootusärevad ja valmis publikule andma hea etenduse.

MIDA SEE ÜRITUS TEILE ANNAB?

Võistlusest osavõtjad tunnevad rõõmu tantsimisest. Nad tajuvad rütmi ja liiguvad hästi, kui neid juhendada. Kui partneri silmad säravad ja ta tahab õppida, siis annab see ka õpetajale hea emotsiooni. Kui tants juba selgeks saab ja see ka võistlustel hästi välja tuleb, siis on rõõm juba mõlemapoolne! Ka mina tunnen rõõmu, kui olen suutnud neile midagi anda, elu huvitavamaks teha. ■



Riho Pohla ja Marju Nukis 2010.a.kuulamas Žürii hinnangut äsja tantsitud foxtroti kohta.



Toivo Niiberg

VÄRVID SINU KODUS

TEKST: Toivo Niiberg, psühholoog
FOTO: Vaimupuu

Värvidel on oma suhtluskeel ja see, milliste värvidega sa ennast oma kodus ümbritsed, räägib palju ka sinu iseloomust.

Teisalt võib vale värvivalik avaldada sulle pikapeale halba mõju, liigselt ärritada ja väsitada.

Värvid jagunevad soojadeks ja külmadeks. Soojadeks toonideks peetakse punast, oranži, kollast ja

roosat ning külmadeks musta, sinist, lillat ja valget. Külmade toonidega ruumis võib sama temperatuuri tunded 3–4 kraadi võrra madalamana kui soojade toonidega ruumis. Ühes katses jahutati oranžikaspunaseks värvitud ruumi lausa 11 kraadini, enne kui keegi tundis end külmetavat.

Värve on juba ammu kasutatud inimese psüühika mõjutamiseks ja mitmesuguste haiguste ravimiseks.

Värvitoone valides tuleks arvestada, et väikesel ribal nähtav värv mõjub suurel pinnal hoopis teisiti. Iga kahtluse korral võiks teha ühel ruutmeetril värviproovi.

MÕNED SOOVITUSED:

-  pimedamates põhjapoolsetes tubades kasutada heledaid, sooje toone – see teeb toa suuremaks ja helgemaks;
-  heledad külmemad toonid teevad väikese toa suuremaks;
-  päikesepoolsemates tubades võiks kasutada tumedamaid toone;
-  kui värvida valges toas üks sein näiteks roheliseks või kollaseks, siis peaks sama värv korduma ka mujal, näiteks tekstiilide, maalide või iluasjade juures.

Valge värv ruumis on kõige valgusküllasem. Valgel taustal hakkavad kõik teised värvid särama. Valget peetakse absoluutse puhtuse värviks ning visuaalselt tähendab see tühjust. Valges ruumis tulevad hästi esile kõik esemed, valguse ja varju muutused. Säravalt heledate seintega ruumis märkame looduse värvi-mängu hommikust õhtuni kõigil aastaegadel. Täiesti puhas valge mõjub veidi külma ja kõledana, tavaliselt kasutatakse koduseintel kergelt toonitud valget, teiste värvide elustamiseks sobib ka hallikas toon.

Punane on ruumis soe ja tuline, pidulik värv, mis tõmbab tähelepanu. Punane mõjub erutavalt, väsimuse korral annab energiat ning suurendab enesekindlust. Kaua aega täiesti punases ruumis viibimine võrdub hiina piinadega ja võib lõppeda nõrgemanärvilise inimese hullumisega. Seepärast kasutatakse punast interjööris pigem mõjusate efektide loomiseks. Punane elustab ümbrust, tekitab soojustunde ning mõjub elegantsena. Väikesed punased esemed tunduvad eriti kompaktsed ja atraktiivsed.

Roheline. Ruumis mõjuvad heledad rohelised toonid värskendavalt ja tekitavad avarustunnet. Inimsilma ei häiri isegi väga erinevad rohelised kõrvuti, sest looduseski on kõik rohelise varjundid omavahel sega-



tud. Päevalguses on silma eristusvõime kõige suurem just rohelist toonide piirkonnas. Kollakasrohelist toone tunnetatakse soojemana, sinakasrohelist külmana. Keskmine roheline mõjub rahulikult ja neutraalselt, ta rahustab, kuid mitte nii tugevalt kui sinine. Laes mõjub roheline kaitsvalt ja katvalt, võib aga põhjustada näole ebameeldivaid reflekse. Seintel tunnetatakse seda värvi piiritlevana, kindlust andva ja rahustavana. Põrandal on roheline teatud küllastusastmeni loomulik, pehme, astumiseks sõbralik, vaibana vetruvalt kandev. Roheline värskendab mis tahes värvikooslusega interjööri – toataimede ja lillede vajadust märkame ju kõik. Interjööris on roheline küllalt aktsepteeritud värv nii tekstiilidel kui ka seinapindadel. Alati on seda võimalik lisada toalillede näol. Ruumiline roheline (toataimed, kunstlilled) vähendavad silmade väsimust ning on eriti vajalikud klassiruumis, töös arvutiga, raamatukogus ning kontoris.

Sinine on ruumikunstis küllaltki armastatud värvitoon. Interjööri valitakse meelsasti sinisetonilised mööblid ja tekstiilid, aga seinavärvina tundub see paljudele võõrastav ning seostub võõra kultuuriga. Helesinine interjäär mõjub rahustavalt. Meditiiniasutustes kergendab see palavikuhaiguste kulgu, soodustab kudede kasvu ja haavade paranemist ning leevendab surmahaigete seisundit. Selget ja värsket tunnet võimendavad hommikul vannitoa sinised kahhelseinad. Sinine tehismaterjalist põrand võib

mõjuda sileda ja külmana, sinine vaip seevastu astumiskindlana ning peaaegu soojalt. Sinise täielik puudumine sisustuses, eriti akendeta ruumis, on võrreldav hingamisõhu puudumisega. Heledad sinised avardavad ruume, see on hea keskkond lõdvestuda. Sinine on hea värv magamistoas, kuna aitab hästi lõõgastuda. Sinine pakub psühholoogiliselt väga hea tööatmosfääri – meeled rahunevad, närvid lõõgastuvad ja kasvab keskendumisvõime. Eluruumide kaunistamiseks võib kasutada sinist keraamikat ja klaasi.

Pruun mõjub ruumis turvaliselt, sest on looduse värv – puit on ju alati pruun. Liigne tumepruunide toonide kasutamine interjööris võib tekitada väsimust ja tüdimust. Pruun annab küll väsinud inimesele turvatunnet, kuid ei mõju tujutõstvalt. Ükskõiksusele kalduvad inimesed peaksid pruuni vältima, sest see soodustab passiivsust. Pruun peaks alati esinema koos rõõmsate värvitoonidega. Pruunidest on eelistatumad valgusküllased beežid toonid.

Värvid lastetoas võiks jätta lapse valida ja otsustada. Ei maksa karta, et lapsed ei tea, mida nad tahavad, ning valivad seetõttu sobimatud värvid. Lastetoas võiks värvidega julgemalt katsetada kui mujal. Iga laps on isemoodi, lastetoad samuti. Siiski on kõigil hästi sisustatud lastetubadel midagi ühist. Kui sa märkad, et sinu tütar või poeg veedab pikki tunde oma toas ning lapse mänguseltsilisi tõmbab sinna otsekui magnetiga, siis oled kujundanud oma lapsele hea lastetoa. ■



KÜPSISETORT

TEKST: Kristel Kriis
FOTOD: Vaimupuu

4 PAKKI KÜPSISEID (180G)

500G HAPUKOORT

100G SUHKRUT

200G PIIMA

200G ŠOKOLAADI

VALMISTAMISE AEG
UMBES 30 MINUTIT



1. Sega omavahel
suhkur ja hapukoort.

1.

2. Võta kõrgete servadega alus või
kandik, aseta sinna kiht küpsiseid.

2.



3. Tõsta igale küpsisele lusikatäis
hapukoorekreemi.

3.



4. Nüüd pane peale uus kiht küpsiseid.
Jätka küpsiste ja hapukoorekreemi kihiti
kandmist, kuni küpsiseid jätkub. Viimasele
küpsisekihile ära hapukoorekreemi pane -
siia tuleb glasuur.

5. Vala küpsisetordile klaasitäis piima. See on
vajalik selleks, et küpsised korralikult läbi
imbuksid. (Seetõttu on ka vajalik kõrgete serva-
dega alus!) Mõne minuti jooksul imbub piim
küpsistesse.

6. Sulata šokolaad veevannis või mikrolaine-
ahjus (täpsem õpetus Vaimupuu juulinumb-
ris) ja vala see küpsisetordile. Seejärel kaunistada
endale meelepäraste kaunistustega. Meie kasu-
tasime marmelaaditükikesi.

6.



NB! Kui Sul pole kõrgete äärttega alust või
kandikut, siis kasuta ükskõik millist sileda
pinnaga alust.

Küpsisetordi valmistasid Veronika Saluste, Aivar
Kaasik, Vjatšeslav Zagorski ja Kristo Sooper, neid
juhendas Kristel Kiis. Suur-suur aitäh talle!

NIKONI ja VAIMUPUU FOTOKONKURSS on LÕPPENUD!

LOODUSFOTO 2012



MTÜ Vaimupuu korraldas sel suvel fotokonkursi vaimupuudega inimestele.
Nüüd on parematest töödest kokku pandud näitus.
Osa fotosid avaldatakse 2013. aasta Vaimupuu kalendris.

PARIMATE FOTODE AUTOREID AUTASUSTATAKSE

20. novembril 2012 kell 14.00

Päevakeskuses Käo (Tallinn, Käo 53).

Sõna saab sotsiaalminister Hanno Pevkur, esineb Erich Krieger.

Rohkem infot: 55634449, Janek Muru, Vaimupuu peatoimetaja



"Nostalgia"
Viktor Pajula, 45a.
Võisiku Kodu
AS Hoolekandeteenused