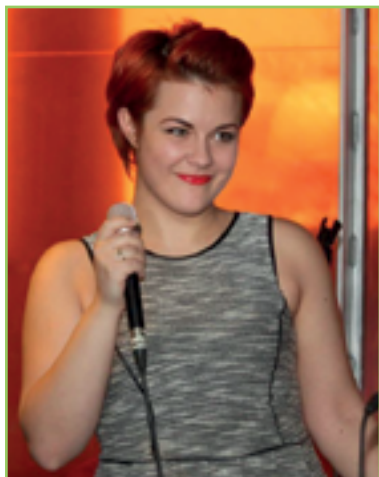




Sündmus:
Fotonäituse "Elu nagu
filmis" külastus
Lk 4-5

Sündmus:
Fotokonkurss „Elu nagu
filmis“ võitis südameid
Lk 6

Sündmus:
Konverents "Puudega
inimesed tööle – võimalik
või võimatu?"
Lk 8-9

Sündmus:
Singeli 15.sünnipäev
Sakala Keskuses
Lk 14-15

Eesti Elu:
Ilusaid mõtteid tulvil
küünlad
Lk 17

Tarkuseterad:
Kallistamise jõud
Lk 18

Kööginurk
Lk 19-20

Kaanelugu Lk 2:

**INGEL
ÕUNMAA**



SISUKORD

- 1 >> JUHTKIRI:
Janek Muru
- 2-3 >> MEIE INIMESED:
Õunmaade koju toob aastaringselt rõõmu nende oma Ingel
- 4-5 >> SÜNDMUS:
Fotonäituse „Elu nagu filmis“ külastus
- 6 >> SÜNDMUS:
Fotokonkurss „Elu nagu filmis“ võitis südameid
- 7 >> SÜNDMUS:
Sotsiaalminister Taavi Rõivas avas fotonäituse „Elu nagu filmis“
- 8-9 >> SÜNDMUS:
Konverents „Puudega inimesed tööle – võimalik või võimatu?“
- 10-11 >> SÜNDMUS:
Foto- ja videokonkursi „Kõik inimesed on erinevad, aga võrdsed“ tulemused
- 12-13 >> SÜNDMUS:
Puuetega inimeste päeva tänuõnne ja tänukirja saajad
- 14-15 >> SÜNDMUS:
Singeli 15.sünnipäev Sakala Keskuses
- 16 >> EESTI ELU:
Talentidest pakatav päev Erastvere kodus
- 17 >> EESTI ELU:
Ilusaid mõtteid tulvil küünlad
- 18 >> TARKUSETERAD:
Kallistamise jõud
- 19-20 >> KÖÖGINURK:
Kookostriühvlid á la Raffaello

TOIMETUS

JANEK MURU
peatoimetaja
janek@vaimupuu.ee

KERTTU RAKKE
keeletoimetaja
kertturakke@yahoo.com

MARGUS ENNO
tegevtoimetaja
margus@antenna.ee

MERIKE TALIARU
Haldus/arendus
merike.taliaru@gmail.com

TAIRE EHAVER
Kööginurga toimetaja
taire@vaimupuu.ee

KALEV LILLEORG
Fotograaf

Toimetuse üldinfo:
Tel: +(372) 601 4871
Gsm: +(372) 5563 4449
toimetus@vaimupuu.ee
www.vaimupuu.ee

MTÜ Vaimupuu
Pihlaka 12-32,
11211 Tallinn
a/a: 2210 5367 1605
Swedbank, MTÜ Vaimupuu

Kujundus:
Tõnis Vähi
Trükk: AS Ferdida
Paber: G-Print (kaaned: G-Print
250g/m² ja sisu G-Print 150g/m²)

KAASTÖÖD: Madis Eenlo,
Jaana Käämer, Toivo Niiberg,
Monika Haukanõmm, Agnes
Männiste, Biomarket

AS Ferdida

PAPYRUS

DSV



Aastal 2013 oli meil palju ettevõtmisi ja üritusi, mis kõik õnnestusid. Kõige suurem projekt oli fotokonkurss „Elu nagu filmis“. Ajakiri Vaimupuu korraldas 2013. aasta suvel fotokonkursi „Elu nagu filmis“, mis kutsus vaimupuudega inimesi leidma, lavastama ja pildistama filmilikke momente. Kasutada võis kõrvalist abi, kuid foto autor pidi olema vaimupuudega inimene. Üle-eestiline fotokonkurss korraldati koostöös Coca-Cola Plazaga ja see kulmineerus osalenud töödest näituse avamisega 20. novembril. Näitusel on fotod, millel on kujutatud mõni tegelane, tegevuspaik või olukord tuntud filmist või animafilmist või olukord, mis on kuidagi seotud mõne tegelase või filmiga (pealkirja, motiivide vmt. kaudu).

Žürii hindas eelkõige loovust, vaimukust ning sarnasust, samuti väljendusrikkust ja emotsionaalsust, kunstilist ja tehnilist taset, lisaks kujutatu filmiväärtust, haruldust ja erakordsust. Parimatest fotodest valmis näitus ja loodetavasti saab kollektsioonist taas rändnäitus. Käesolevas numbris avaldame ka võitjate nimed. Veel kord südamlikud tänud meie toetajatele, kes olid meile abiks üritusel. Sellest numbrist leiab palju lugemist ja pildireportaaže.

Parimad fotod avaldasime Vaimupuu 2014. aasta kalendris. Kalendrisse on koondatud 2013. aasta fotokonkursi „Elu nagu filmis“ parimad fotod. Seinakalender on mõõdus A3 ja varustatud infoga erinevate tähtpäevade kohta. Kalendri hind on 3 eurot, millega toetatakse Vaimupuu üritusi erivajadustega inimestele ja mida saavad osta kõik soovijad. Südamlik ja emotsionaalsete piltidega Vaimupuu kalender on ilus kingitus sõbrale või tuttavale. Täpsemat infot küsi telefonilt 55634449 või kirjuta janek@vaimupuu.ee

Igalaastal 3. detsembril tähistatakse üle kogu maailma Ühinenud Rahvaste Organisatsiooni poolt ellu kutsutud puuetega inimeste päeva. Seekordne päev pälvis konverentsiga „Puudega inimesed tööle – võimalik või võimatu“, kus vaadeldi töövõime reformi vajadust ja võimalikkust tänases Eestis. Päris huvitav oli kõike kuulata ja see pani mõtlema, kuidas kogu süsteem hakkab toimima. Sel aastal teeme ka Vaimupuu ajakirjas palju juttu töövõime reformist.



Janek Muru, peatoimetaja.

3. detsembril kuulutati välja Puuetega Inimeste Koja korraldatud foto- ja videokonkursi "Kõik inimesed on erinevad, aga võrdsed" võitjad. Mulle oli väga üllatav see, et põhikooli õpilased võtsid konkursist osa ja nad kõik olid väga tublid. Avaldame ajakirjas konkursi võitjate nimed.

Puuetega inimeste päeval tunnustasime ja tänasime neid inimesi ja organisatsioone, kes on andnud oma hindamatu panuse puuetega inimeste elu parandamisse Eestis. Me kajastame ajakirjas nominente, kes said 2013. aastal tunnustatud, kuid kahjuks kõik ei mahu ühte ajakirja numbrisse. Märgime ära kõik nominendid järgmistes Vaimupuu numbrites.

Tahan omalt poolt veel kord tänada kõiki meie toetajaid, ilma kelleleta meie ajakirja ei oleks. Loodan, et inimeste heasoovlikkus ei kao! Hoolige üksteisest, ja mitte ainult jõuluajal, vaid läbi terve aasta. Me kõik vajame tähelepanu, headust ja soojust. Just hoolimine on kõige parem kingitus, mida oma elus saada ja anda. Seda pole võimalik kingipakki panna.

Head lugemist! Soovime toimetuse poolt toredat uut aastat!

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

ÕUNMAADE KOJU TOOB AASTARING- SELT RÕÕMU NENDE OMA INGEL

TEKST: Tekst: Janek Muru
FOTOD: Kalev Lilleorg

Raplamaal Valtu külas elab 24-aastane nägus tütarlaps Ingel, kes on suutnud end teostada ujumises ja tunneb rõõmu oma vahvatest hobidest. Ingli ema Juta Õunmaa rääkis Vaimupuule Ingli loo.

Juta Õunmaa meenutas: „Kui Ingel sündis, soovitasid arstid lapsest loobuda. Ingel on eriline. See on igas peres nii, et kui sünnib puudega laps, siis on vanemad alguses šokis. Tollal oli vene aeg ja suhtumine oli nii ühiskonnas kui ka haiglas hoopis teistsugune kui praegu.“

Ingli ema elas alguses suures teadmatuses, kuna arstid ütlesid, et tüdruk ei hakka võib-olla kunagi käima ega rääkima. Prognoosid olid väga viletsad. Neid kohutavaid üleelamisi ei taha Juta Õunmaa enam meenutada.

Ingel üllatas arste

Arstid eksisid, sest Ingel hakkas 15-kuuselt käima, mis on Downi sündroomiga lapse kohta väga vara. Arstide soovitusel vastupidiselt Ingelit ära ei antud ja tütar toodi koju, et teda ise kasvatada.

Juta Õunmaa sõnul oli Ingli arenguks väga hea, et ta kooli sai. Juba viieselt tundis ta kõiki tähti. Lugemisega oli keerulisem: tuli need tähed ka kokku veerida. Laps arenes, kuid see oli tohutult suur töö. Seitsmeselt läks Ingel Keava algkooli, mis oli väike maakool. Hiljem see suleti ja siis läks tüdruk õppima Raikkülla.

Ingli oli ema sõnul juba väiksest saati probleeme seljaga: tal oli seljas muhk, mis surus närvide peale ja seepärast käis tüdruk viltu. „Läksime arsti juurde ja arst soovitas tal hakata ujumas käima, teine variant oleks olnud operatsioon. Ingel oli 11-aastane, kui hakkas tõsiselt ujumisega tegelema: esmalt



Ingel Õunmaa.

tervise pärast, hiljem kujunes see tõsiseks spordiharrastuseks. Nüüd on sellest möödas 13 aastat. Seljaprobleemid kadusid ujumisega ära,“ selgitas Juta Õunmaa.

Harrastused muudavad Ingli elu põnevaks

Ingli on ema sõnul palju huvialasid, näiteks arvutiga tegelemine: „Kui mul endal on arvuti kasutamise probleem, siis Ingel on see, kes tuleb ja aitab. Ta aitab näiteks pilte arvutisse panna. Kolme aasta eest lõpetas Ingel Astangu kooli koduteeninduse erialal. Kooli programmis oli arvutikursus sees ja tüdruk oli oma kursusel üks tublimaid. Tal on oma Facebooki konto ja muudki, millest meie Ingli isaga suurt ei jaga.“

Veel armastab Ingel lugeda. Ta käib iseseisvalt raamatukogus raamatuid laenutamas. Teda huvitab väga populaarteaduslik kirjandus ja seetõttu on tal üsna lai silmaring.

Ingel armastab ka hispaania keelt. Tüdruku isa käis kunagi hispaania keele kursustel, nüüd on Ingel kõik isa konspektid endale võtnud. Eelmisel aastal tahtis ta saada jõuluningiks hispaania keele algajate programmi ning see talle TEA kirjastusest ka osteti. Ingel õpib iseseisvalt ja tema eluunistuseks on reis Mehhikosse. Järgmisel aastal on ujumise MM Mehhikos.

Ingel huvitub ka fotograafiast, muusikast ja tantsust. Ema sõnul on tütar kogu aeg pildistada tahtnud ja seetõttu kaaluvad vanemad talle kaamera soetamist: „Seda me peamegi nüüd tegema, sest ta tahab endale fotoaparaati. Ka muusikat kuulab ta kogu aeg. Tantsimine tuli Ingli ellu, kui tüdruk hakkas Vahtra

tugikeskuses käima, sest seal korraldati tantse tähtedega. Silmapaistvaid kohti Ingel võitnud ei ole, olles oskustelt kusagil keskel, kuid siiras tantsurõõm on peamine. Me ei püüdle parimate kohtade poole. Rütmitunne on tulnud ajaga. Tšatša tantsimine on mulle suur üllatus, sest see on väga raske tants.“

Võistlused sunnivad valikuid tegema

Ingel on ujumises saavutanud palju, ta käib võistlemas nii Eestis kui ka välismaal. Alguses käis ta trennis Mallika Kolli juures, kuid treeningute ajad olid liiga varajased. Praegu on Ingli ujumistreeneriks Õnne Pollisinski. Ingel on Õnne juures trennis käinud üle kümne aasta.

„Viimasel EM-il me ei käinud, sest välisvõistlused on kulukad. Need tuleb enamasti kõik ise kinni maksta. Me oleme hakanud valikuid tegema. Inglile sobivad hästi lühikesed distantsid, näiteks 50 meetri krooli ujumine. Mind hämmastas see, et ta on võimeline vee all ujuma ilma hingamata 25 meetrit. See on sisuliselt tema leivanumber. Tal on tõesti väga hea kopsumaht,“ rääkis Juta Õunmaa.

Ingel tahab elada koos oma perega

Ema sõnul on Ingel perekeskse loomuga, ta ei taha iseseisvalt elada: „Matemaatika ja arvutamine on tema jaoks rasked. Rahadega ümberkäimine on tema jaoks keeruline probleem. Pärast euro tulekut olen pidanud mitu korda seletama, et näiteks kaks eurot on suur raha. Sellest tema kahjuks aru ei saa. Kui olid kroonid, siis oli parem. Kui Ingel poes käib, küsib ta siiani, et andku ma talle ikka paberraha.“

Pärast Astangu kooli lõpetamist sai Ingel Vahtra tugikeskuse kliendiks ning on seal käinud juba paar aastat. Keskuses on tegevust küllaga. Eriti meeldib Inglile tikkida. Kuigi keskuses õpetatakse ka toiduvalmistamist, siis see talle eriti ei meeldi. Kodus saab Ingel võileibade tegemise, pudru keetmise ja muna praadimisega hakkama. Kaaslastega saab Ingel keskuses kenasti läbi, kuigi loomult on ta pigem tagasihoidlik. Ingli on parimaks sõbrannaks on Ele Janno, kellega koos huvitatakse lauljatest ja näitlejatest. Omavahel käiakse tihedalt läbi.

„Ingli suurim soov on elada meie juures oma kodus. Me ei kujuta ette, et ta elaks kuskil omaette, vähemalt mitte praegu. Võib-olla tuleb kunagi kõne alla toetatud elamine. Lisaks soovib Ingel

endale väikest töötösa. Age Vahtra tugikeskusest käis Ingliga Töötukassas ja ta võeti sinna arvele, aga ma ei tea, kas sellest ka kasu on,“ rääkis Juta Õunmaa.

Ingel on ühiskonna täieõiguslik liige

„Tänapäeval on suhtumine puuetega inimestesse palju muutunud, sest inimesed on teadlikumad. Vanasti see nii ei olnud. Ingel käib minuga igal pool kaasas ja ma ei mõtle sellele, kas ta on puudega. Kodus me suhtleme temaga nagu tavalise inimesega: räägime kõigest ja tabuteemasid meil ei ole. Ma ei tunne, et peaksin Inglit kuidagi varjama või peitma. Ta on täielik ühiskonna liige.“

Emotsioonidelt on Ingel vaiksem. Temaga suheldes peab väga kaalutlema, mida öelda, sest valesti mõistmise korral ta solvub kergesti. Ingel ütles emale, et ka keskuses peab ta mõtlema, mida teistele öelda saab, et mitte haiget teha. Keskuses on vaimupuudega ja psüühikahäiretega inimesed ning nende kõigiga peab arvestama. Iga inimesega peab suhtlema vastavalt tema puudele.



Rõõm tantsimisest.



Fotonäitus võitis südameid.

FOTONÄITUSE „ELU NAGU FILMIS“ KÜLASTUS

TEKST: Jaana Käämer, MTÜ Viljandimaa Singel fotoringi liige
FOTO: Kalev Lilleorg

25. novembri hommikul kell 9.45 kogunesime põnevusega Viljandi bussijama, et sõita Tallinna, Coca-Cola Plaza fotonäituse „Elu nagu filmis“ avamisele ning lühidokumentaalfilmi „Mulle meeldib pildistada“ esilinastusele.

Singeli fotoringi esindasid Anu, Linda, Rein ja Jaana. Peale kaht tundi bussisõitu jõudsime meie ilusasse pealinna. Uudistasime veidi ringi ja liikusime Coca-Cola Plazasse.

Kutsutud külalisi oli palju, kinosaal oli tulvil täis. Ürituse kava oli järgmine: 14.00 avakõned, 14.15 oli lühidokumentaalfilmi „Mulle meeldib pildistada“ esilinastus

ning 14.45 fotonäituse „Elu nagu filmis“ avamine.

Nagu välja kuulutatud, toimus kinosaalis nr. 3 lühidokumentaalfilmi „Mulle meeldib pildistada“ esilinastus. Dokumentaalfilm oli osa PÖFFi programmist. Sissejuhatajaks peeti mitu kõnet ning üks üllatusesineja tegi pilkupüüdvaid trikke värvilise kettaga.

Suure huviga hakkasime filmi vaatama, mis oli põnev ja kohati naljakas. Filmis olid kokku pandud kaks laagrit: ühe toimumiskohaks Võrumaa ja teisel Tuksi. Film rääkis inimestest, kellele meeldib pildistada, olid ka intervjuud mõnede pildistajatega. Intervjueeriti Ivarit, mind, Jaanat ning teisi.

Pärast filmi vaatamist siirdusime Kinotuppa, kus sotsiaalminister Taavi Rõivas avas fotonäituse „Elu nagu filmis“. Neli parimat fotograafi said endale auhinnad. Pärast auhindade jagamist anti tänukirjad kõikidele abistajatele, kes osalesid selle ürituse organiseerimisel.

Seintel olid pildid fotokonkursilt „Elu nagu filmis“, kuid meie pilte sealhulgas kahjuks polnud. Seal olid Saaremaalt pärit fotograafide fotod, Rapla inimeste pildid, vist isegi mõni tallinnase tehtud pilt. Päevakeskus Singel fotograafide kaks pilti olid uues Vaimupuu kalendris. See oli meile meeldiv üllatus.

Nautisime Sandra Nurmsalu, Marek Sadama ning ühe naisdžässlaulja esinemist. Laudadel olid maitsvad suupisted ning mahlad. Rahvast oli sel päeval Coca-Cola Plazas väga palju.

Oli igati tore ja meeldejääv päev. Puuetega inimestele ei korraldata nii glamuurseid üritusi just sageli. Oleme tänulikud kõigile filmi tegijatele, sealhulgas suurepärasele promojale, sihikindlale ja elujaatavale Janek Murule. Suur tänu korraldajatele ja toetajatele!



Vaimupuu keeleteoimetaja Kerttu Rakke, õhtujuht Deniss Pogosjan ja Svetlana Pogoljšikna.



Oodates põnevusega filmi algust.



Kohe selguvad fotokonkursi võitjad.



Esikoha võitis Andres Kibalo Saare Maakonna Arengupuuetega Inimeste Tugiühingust.



Eesti Puuetega Inimeste Koja juhatuse esimees Monika Haukanõmm.



Teise koha võitis Tiina Azojan Rapla Vahtra Tugikeskusest.



Toredad hetked pärast auhindade kättesaamist.



Kolmas koht tuli Vitali Kimile Tori Sotsiaalmajast.

FOTOKONKURSS „ELU NAGU FILMIS“ VÕITIS SÜDAMEID

TEKST: Madis Eenlo
FOTO: Kalev Lilleorg

25. novembril avati Tallinna kesklinnas Coca-Cola Plazas vaimupuudega inimeste fotokonkursi näitus, mille teemaks oli „Elu nagu filmis“. Tegemist oli juba teise fotokonkursiga ning sellest on saamas kaunis traditsioon.

Fotokonkursi eesmärgiks oli innustada erivajadustega inimesi märkama ja ka lavastama ümbritsevas elus filmilikke hetki. Kokku laekus üle 1000 foto, millest žürii valis välja parimad. Fotonäituse avas sotsiaalminister Taavi Rõivas. Ürituse raames esilinastus Maria Vita ja Janek Muru lühidokumentaalfilm „Mulle meeldib pildistada“, mis näitab fotode saamislugu vaimupuudega inimeste suvelaagrites Krabil ja Tuksis.

Film linastus Pimedate Ööde Filmifestivali PÖFF raames. Filmi juhatas sisse PÖFFi peakorraldaja Tiina Lokk, kelle sõnul on tore, et Eesti muutub üha avatumaks ja sallivamaks. Tiina Lokk avaldas soovi, et koostöö erivajadustega inimeste ja PÖFFi vahel muutuks traditsiooniks.

Film vahendas fotohuviliste vaimupuudega inimeste arvamust fotograafiast ja tee leidmisest selle vahva hobi juurde. Nägime, et vaimupuudega inimesed on tihti loomingulisemad kui tavainimesed ja nad suudavad märgata enda ümber vahvaid hetki.

Pärast esilinastust kutsuti konkursil osalejad ja külalised teise saali, kus toimus näituse avamine ja parimate autorite premeerimine.

Esikoha fotoga „Jumal ulatab käe“ võitis Andres Kibalo Saare Maakonna Arengupuuetega Inimeste Tugiühingu. Teise koha saavutas fotoga „Steen filmist „Siin me oleme““ Tiina Azojan Rapla Vahtra Tugikeskusest. Foto eest „Huvi on, miks mitte!“ anti kolmas koht Vitali Kimile Tori Sotsiaalmajast. Lisaks anti välja eriauhind Laine Sirolile EIT Tugiliisust, kelle foto „Tondid metsas“ üllatas erilise hetke ja kunstilise tasemega.

Fotokonkursi avamisel esinesid sõnavõttudega Eesti Puuetega Inimeste Koja juhatuse esimees Monika Haukanõmm ja ajakirja Vaimupuu keeleteimetaja Kerttu Rakke. Monika Haukanõmm tänas oma sõnavõtus kõiki osalejaid ja ütles, et ära on tehtud midagi suurepärast. Läbi fotokonkursi ja filmi on antud suur panus sallivuse kasvatamisse Eestis. „Sallivust tuleb arendada juba maast madalast. Kui me oleme sallivamad ja kui on soovi vaadata maailma veidi teistmoodi, siis ongi kõik hästi,“ sõnas Monika Haukanõmm.

Üritusel esitleti ka Vaimupuu 2014. aasta kalendrit, mida kaunistavad parimad konkursist osa võtnud fotod. Kalender kingiti tänutäheks kõigile sponsoritele ja toetajatele. Kalendri tulu läheb Vaimupuu ürituste korraldamiseks.

Muusikalise poole eest kandsid hoolt Sandra Nurmsalu, Anna Kutchinski ja Marek Sadam. On tore, et muusikud saavad tulla ja esineda, kinkides siirust ja rõõmu.

Vaimupuu keeleteimetaja Kerttu Rakke sõnul on tuleva aasta fotokonkursi teemaks „Rõõm“. Kutsume vaimupuudega inimesi mõtlema, märkama ja vajadusel ka lavastama rõõmsaid momente. „Loodame, et see positiivne teema toob põnevust ja rõõmu ka pildistajatele endile. Uuel aastal ootame rohkem nii pildistajatelt, kui tegevusjuhendajatelt, kelle nõuannetele ja kaasabile saavad pildistajad enam loota. Fotodel võiksid olla pildi-alkirjad, sest vaid pildistaja teab, mida ta fotot tehes mõtleb või mida öelda soovib,“ selgitas Kerttu Rakke.

Kuigi konkursile võib saata ka telefoni või tahvelarvutiga tehtud fotosid, on tulnud ette juhuseid, et pildi maht pole piisavalt suur, et fotot konkursil või Vaimupuu kalendris kasutada saaks. Fotol peaks olema teatud pikslite maht, et pilt ka trükituna ilus välja näeks, panevad korraldajad fotograafidele südamele.

Coca-Cola Plazast läheb fotonäitus edasi Eesti Puuetega Inimeste Kotta.

Fotokonkursi korraldajad tänavad kõiki osalejaid, sponsoreid ja toetajaid, kelle abiga said teoks nii fotokonkurss kui ka film. Rohkem pildimaterjali saab olema Vaimupuu kodulehel.



Eesti Vabariigi sotsiaalminister Taavi Rõivas fotonäituse „Elu nagu filmis“ avakõnet pidamas.

SOTSIAALMINISTER TAAVI RÕIVAS AVAS FOTONÄITUSE „ELU NAGU FILMIS“

TEKST: Madis Eenlo
FOTOD: Kalev Lilleorg

25. novembril avati Tallinnas Coca-Cola Plazas ajakirja Vaimupuu korraldatud fotonäitus „Elu nagu filmis“. Samal päeval esilinastus Pimedate Ööde Filmifestivali raames ka lühidokumentaalfilm „Mulle meeldib pildistada“. Näituse avas Eesti Vabariigi sotsiaalminister Taavi Rõivas. Avakõnes tänas sotsiaalminister kõiki konkursil osalejaid ja sõnas, et nii säravate silmadega fotograafe, nagu võis näha filmis, pole ta küll enne näinud. Vahetud positiivsed emotsioonid on näha ka näituse piltidest.

Taavi Rõivase sõnul oli film kantud siirusest ja seda oli väga meeldiv vaadata. Pärast avakõnet tänas ja autasustas minister fotokonkursi võitjaid. Eriti tänas ta ajakirja Vaimupuu tegijaid, sest tegu on ajakirjandusliku väljaandega, mis on hooliv, kaasav, huvitav ja mõjukas. Ajakiri on igas mõttes Eesti hea ajakirjanduse musternäide ja selle roll ühiskonnas on palju suurem, kui me arvata oskame.

„Et film linastus rahvusvahelise filmifestivali raames, on ilmekas näide sellest, et Eesti ühiskond on muutumas avatumaks, mõistvamaks ning me suudame näha oma lähedastes rohkem potentsiaali ja vähem puuet. Igaühel on suur väärtus ja omad anded. Täna me näeme, et vaimupuudega inimestel saab olla väga suur anne näiteks fotograafina. Nii need fotod kui ka film on kõige otsesem tunnistus sellest,“ ütles Taavi Rõivas.

Sotsiaalministri arvates peaks üritust ka järgmisel aastal jätkama samas mahus: „Usun, et kuigi hetkel tundub tiptase juba käes olevat, siis tundes neid inimesi, tean ma, et nad on võimelised veelgi enam meid üllatama. On väga tore, et on inimesi, kes nõu ja jõuga aitavad erivajadustega inimestel ennast teostada. Riik ja ühiskond peavad tervikuna järgima deviisi, mis ka filmist läbi käis, et inimest tuleb märgata. Iga inimene on märkamist väärt! Tuleb üles leida tema anne ja valdkond, milles ta hea on.“

Sotsiaalministeerium plaanib uuendusi, mis toetaksid erivajadustega inimesi, kes soovivad olla ühiskondlikult ja tööalaselt tegusad. „Mul on suured lootused sellele reformile. Loodan, et see murrab ühiskonna puiseid eelarvamusi erivajadustega inimestest ja tänu sellele muutub suhtumine Eestis oluliselt positiivsemaks,“ sõnas Rõivas.



Eesti Vabariigi sotsiaalminister Taavi Rõivas fotonäitusega tutvumas.



Aastakonverents „Puudega inimesed tööle – võimalik või võimatu?“

KONVERENTS “PUUDEGA INIMESED TÖÖLE – VÕIMALIK VÕI VÕIMATU?”

TEKST: Vaimupuu
FOTO: Janek Muru

Igal aastal 3. detsembril tähistatakse üle maailma Ühinenud Rahvaste Organisatsiooni poolt ellu kutsutud puuetega inimeste päeva.

Sel aastal tähistati puuetega inimeste päeva 20. korda, juhtides ühiskonna tähelepanu puuetega inimeste väärikusele, õigustele ja vajadusele. Tuletati meelde, et olukorra parandamisega ja heaolu tagamise küsimustega tuleb tegeleda järjepidevalt kõigis eluvaldkondades.

Kas vajalikku teenust rahastatakse Haigekassast või mõnest muust allikast, ei olegi kõige olulisem – tähtis on, et abi oleks kiire ja kvaliteetne. Kui suur peaks olema teenuse maht tundides, sõltub abi vajava perekonna olukorrast.

Puudega inimesed ja nende esindusorganisatsioonid tähistasid rahvusvahelist puuetega inimeste päeva konverentsiga „Puudega inimesed tööle – võimalik või võimatu“, kus oli arutluse all töövõime reformi vajadus ja võimalikkus tänases Eestis.

Eesti Puuetega Inimeste Koja juhatuse esimehe Monika Haukanõmme sõnul sai rahvusvahelise puuetega inimeste päeva tähistamine alguse 1992. aastal. “Kogu maailmas pööratakse täna päeval erilist tähelepanu puuetega inimeste inimõigustega seotud küsimustele – õigusele saada haridust, elada iseseisvalt, käia tööl, tegeleda huvialadega ning saada selleks vajalikku tuge, olenemata sellest, kus abivajaja elab,” selgitas Haukanõmm.

Haukanõmme sõnul oli konverents oluline mitte ainult puuetega inimeste töövõimaluste, vaid kogu riigi tööhõive seisukohalt: „Käimas on töövõime reform, mille edukus oleneb riigi, omavalitsuste, tööandjate, teenuseosutajate, puuetega inimeste koostööst ja valmisolekust. Muutuse vajalikkusest saavad aru kõik osapooled. Kas me riigina oleme valmis muutusteks ja puuetega inimeste vastuvõtmiseks enda hulka täisväärtuslike ühiskonnaliikmetena olukorras, kus ühelt poolt maksumaksjaid ja töökäsi napib, teisalt ootused ning nõudmised aina suurenevad?“

Teemat avasid konverentsil Riigikogu esimees Ene Ergma, Eesti Tööandjate Keskliidu juhataja Toomas Tamsar ja sotsiaalminister Taavi Rõivas. Lisaks neile esinesid LHV Panga analüütik Heido Vitsur, Sotsiaalministeeriumi osakonnajuhataja Merle Malvet, EMT juhatuse esimees Valdo Kalm, Rimi Eesti Foodi personali juht Õrne Lainde ja Quattromed HTI laborant Monika Siruli. Konverentsi juhtis Hannes Hermaküla.

Konverentsil autasustati kümnet ühiskonda sallivamaks muutnud tööandjat, kes on parandanud puuetega inimeste toimetulekut Eestis. Need ettevõtted on teinud rohkem, kui neilt on oodatud ning kaasanud erivajadustega töötajaid. Töötajatele pakutakse nendes ettevõtetes vajalikku tuge, kohandades töökohti ja –aega.

Konverentsi korraldas Eesti Puuetega Inimeste Koda, kuhu kuuluvad 16 maakondlikku puuetega inimeste koda ning 30 puudeliitu. Tavapäraselt on Eesti Puuetega Inimeste Koda rahvusvahelisel puuetega inimeste päeval tunnustanud isikuid ja organisatsioone, kes oma tegevusega on aidanud kaasa puuetega inimeste eluolu edendamisele Eestis.



Puudega inimene on ühiskonna täieõiguslik liige, sõnas Riigikogu spiiker Ene Ergma.



Töövõimereform – riigi nägemus.
Merle Malvet, Sotsiaalministeeriumi sotsiaalkindlustuse
osakonna juhataja.



Margit Rosental-Tustit, MTÜ Händikäpp.



Kõnepuldis on AS Rimi Foods Eesti personalijuht Örne Lainde.



Katrín Höövelson, Euroopa Komisjoni Eesti
esinduse majandusnõunik.



Üks eripreemiatsest läks Tartu Emajõe Kooli.

FOTO- JA VIDEOKONKURSI "KÕIK INIMESED ON ERINE- VAD, AGA VÕRDSED" TULEMUSED

TEKST: Monika Haukanõmm
FOTOD: Janek Muru

Eesti Puuetega Inimeste Koda kuulutas septembris välja põhikooli õpilastele suunatud foto- ja videokonkursi teemal „Kõik inimesed on erinevad, aga võrdsed“.

Konkursi eesmärgiks oli suunata noori märkama ja väärtustama erilisi inimesi enda ümber. Kuidas reageerida või käituda kohates erilit inimest? Kas vältida? Kas uudistada pika pilguga, kommenteerida või halvustada? Või tunda hoopis huvi, soovida saada sõbraks ning ulatada vajadusel ka abikäsi? Need olid konkursi peamised ideed ja suunad. Võistlus toimus kahes kategoorias: foto ja video.

Žürii koosseisu kuulusid:

- Martin Lazarev – disainer, fotograaf (Eesti/Brasiilia)
- Kaupo Kruusiauk – BFMi õppejõud, režissöör (Eesti)
- Monika Haukanõmm – EPIKoja juhatuse esimees (Eesti)
- Tõnis Tüür – disainer, filmimees (Eesti)
- Lina Gulbine – Leedu puuetega inimeste katusorganisatsiooni projektijuht (Leedu)
- Esta Frosch – arhitekt, fotograafiaharidusega stilist (Eesti/Taani)

■ Helen Kask – EPIKoja peaspetsialist, programmi PROGRESS projektijuht (Eesti)

■ Meelis Joost – EPIKoja peaspetsialist välissuhete valdkonnas (Eesti)

Võitjad fotode kategoorias:

1. koht

■ „Kõik inimesed on väliselt erinevad, kuid sisemus on meil kõigil sama“ – Astrid Aunap (15)

2. koht

■ „Tasakaal“ – Sigrid Pärm (13), Johanna Hollo (12), Margus Ojaots (14), Julia Šakalaite (12) Tartu Emajõe Koolist

3. koht

■ „Tähelepanu, valmis olla, start!“ – Raikko Kotkas (8) Konguta Koolist

Võitjad videote kategoorias:

1. koht

■ „Võimalused – kas jah või ei?“ – Jaagup Tuisk (12)

2. koht

■ „Erinevus rikastab“ – Rasmus Nuus (14), Silver Simpson (14), Roland Saks (14)

3. koht

■ „Film erinevate inimeste mõistmiseks“ – Anu Erbsen (11) Jüri Gümnaasiumist

Eripreemia julguse ja pealehakkamise eest:

■ „Meie nagu me oleme“ – Torma Põhikooli draamaring OFF

Vaata lisa – www.epikoda.ee/konkurss

Eesti Puuetega Inimeste Koda õnnitleb võitjaid, tänab osalejaid ning soovib edu järgmistel võistlustel!



„Erinevus rikastab“ - Rasmus Nuus, Silver Simpson ja Roland Saks.



Põnevusega tulemusi ootamas.



Jaagup Tuisk on õnnelik, et sai Nikoni kaamera.



"Võimalused – kas jah või ei?" Lühifilm Ukust räägib ühe teistmoodi inimese elulistest probleemidest.



PUUETEGA INI- MESTE PÄEVA TÄNUMEENE JA TÄNUKIRJA SAAJAD

TEKST: Monika Haukanõmm
FOTOD: Janek Muru

Eesti Puuetega Inimeste Koda on alates 1995. aastast igal aastal, rahvusvahelisel puuetega inimeste päeval, tunnustanud ja tänanud neid inimesi ning organisatsioone, kes on andnud oma hindamatu panuse puuetega inimeste elu parandamisse Eestis. Käesoleval aastal on põhirõhk tööküsimustel, millest tulenevalt vaatasime koos kõigi teiega enda ümber ja märkasime neid asutusi, ettevõtteid ja inimesi, kes on teinud rohkem, kui neilt on oodatud. Nad on võtnud enda ridadesse vastu puuetega inimesed, pakkudes neile tööd, tuge, kohandades töökohti ja tööaega.

1. AS Nõo Lihatööstus ja ettevõtte direktor TOOMAS KRUUSTÜK

AS Nõo Lihatööstus loodi 1992. aastal ning Toomas Kruustük on ettevõtet juhtinud algusest peale.

Toomas Kruustük on oma firmasse tööle võtnud 6 kuulmispuudega inimest ja on Tartumaal suurim tööandja puuetega inimestele. Ta on nii ettevõtte juhina kui ka inimesena ääretult sümpaatne ning oskab inimesi enda ümber hinnata ja neid motiveerida. Kõigisse oma töötajatesse – ka nendesse, kes ei kuule –, on ta sisendanud parimaks olemise mõtet! Igal aastal valitakse Nõo Lihatööstuses aasta parim töötaja ja selleks on saanud ka kuulmispuudega noormees.

Juhist sõltub õhkkond ettevõttes: ka see, kas töötajates nähakse eelkõige inimest, mitte puuet. Kuulmispuudega töötajad tunnevad end Nõo Lihatööstuses võrdsete ja hinnatutena, seetõttu püüavad ka nemad anda endast parima. Oleks selliseid tööandjaid Eestis rohkem!

2. Eesti Post AS-i Saaremaa kandekeskus

Eesti Posti Saaremaa kandekeskusel on Saaremaa Puuetega Inimeste Kojaga pidev töötamise toetamise koostööleping aastast 2009. Eesti Post on meeldiv koostööpartner sõna otseses tähenduses: koostöövalmis ja kaasamõtteleja, asjalik ja sõnapidaja.

Ettevõttes töötab nii psüühiliste erivajadustega kui ka füüsiliste puuetega inimesi, kellele kohandatakse vajadusel sobiv tööaeg või –koht. Töötajal on võimalus töötada koos tugiisiku või juhendajaga.

Eesti Post on eeskujuks teistele asutustele töövõime reformi käivitamisel ja läbiviimisel.

Erilised tänud Eesti Posti Saaremaa kandekeskuse juhatajale Margit Tammelehele.

3. SEVE Ehituse AS

Firma on spetsialiseerunud elementmajade ehitamisele. Tellimusi täidetakse lisaks Eestile ka Soomes ja Norras. Firma omanik ja looja on Vello Enniste.

Alates 1995. aastast on võetud tööle kurte ehitajaid, praegu töötab neid seal 17. Neid on olnud ka rohkem, aga mitmetel põhjustel on kaader ka vahetunud.

Kurtidele töötajatele on loodud väga head tingimused: neid usaldatakse, neil on lastud ise komplekteerida brigaadid ning nende teenistus on oluliselt üle Eesti keskmise. Kurtide brigaadid on üsna iseseisvalt täitnud suuremahulisi tellimusi ning nende tööga ollakse väga rahul.

Kui muidu peljatakse kurtide töölevõtmisel keelebarjääri ja suhtlemisraskusi, siis selles ettevõttes seda probleemi pole, sest mitmed kaastöötajad ja firmajuhid on ise ära õppinud viipekeele.

Kurtide hulgas on firma maine tööandjana väga kõrge ning sinna töölesaamiseks on isegi järjekord.

4. Rimi Food AS

Rimi hüper- ja supermarketid kuuluvad Baltimaade juhtiva jaekaubandusettevõtte Rimi Baltic AB kaupluste hulka. Eestis on ettevõtte ärinimeks Rimi Eesti Food AS. Rimi Baltic ainuomanikuks on Rootsi ICA Groupile kuuluv ICA Baltic AB. Kokku on Rimi Baltic AB-l kolmes Balti riigis 234 kauplust (Eestis 84, Lätis 114 ja Leedus 36). Rimi Baltic on tööandjaks rohkem kui 10 000 inimesele. Rimi Eesti Foodis töötab neist 2700. Täna töötab Rimis 49 erivajadustega töötajat, kellele otsitakse veel lisa. Võrdluseks saab tuua, et Rimi emaettevõttes töötab tänase seisuga näiteks 1200 erivajadusega inimest. Rimi kollektiivi kuuluvad kuulmispuudega töötajad, kuid on ka liikumispuudega töötajaid, just hiljuti liitus kollektiiviga ratastooli kasutaja. Liikumispuudega inimestele kohandatakse töökeskkond sobivaks. Lisaks leivad kärupaigaldajana tööd vaimupuudega inimesed.



2013. aasta nominentide tunnustamine.



Kaunid daamid pilkupüüdvates kostüümides.

SINGELI 15. SÜNNIPÄEV SAKALA KESKUSES

TEKST: Helina Sarap
FOTO: Erakogu

22. novembril toimus Viljandi Sakala Keskuses Singeli 15. sünnipäeva puhul maskiball. Selleks sündmuseks hakati valmistuma juba septembris. Peokülalisi saabus erivajadustega inimeste organisatsioonidest lähedalt ja kaugelt. Kõik olid end väga kauniks ehtinud, salapära lisasid põnevad maskid – mõned osalejate valmistatud, mõned päevakeskuse osaväppude tehtud.

Balli avakontserdil mängisid Rapla printsessid võluflöödidel. Siis algas kuninglik polonees, mis vaevu saali ära mahtus – nii palju oli koos tantsusõpru. Ballil on alati kavas üllatus. Seekordseteks üllatuskülastajateks olid Pärnu Tantsustuudio imelised tantsijad, kes kõitsid kõigi tähelepanu poole tunni jooksul. Ühiselt tantsiti Treimanist saabunud ansambli saatel. Seejärel sai nautida Vahtra tugikeskuse kahte tantsupaari, kes esinesid Raplas juba traditsiooniliselt saanud puuetega inimeste suurüritusel „Tantsud tähtedega”.

Tänati MTÜ Viljandimaa Singel Vaimse Tervise Päevakeskuse loojaid Linda Luhset ja Urve Tõnisoni. Samuti tänati teisi Singeli jaoks olulisi inimesi tänukirja ja väikese õnnelikivikesega. Sünnipäevalapsele toodi palju lilli ja kingitusi.

Rõõmsalt söödi sünnipäevatorti ning jagati külalistele kohvi ja teed. Ball lõppes ühise tantsuringiga.

Kolm tundi möödusid hoogsalt ja lõbusalt, tekitades häid emotsioone ning mälestusi. Üritus läks hästi korda ja südamesse jäi rõõmus soov taas kohtuda.



Siiras rõõm hingele ja meelele.



Kostumeeritud ürituseks valmistuti hoolikalt.



Eeskavast ei puudunud ka tantsuetendus.



Singeli 15. sünnipäeva tähistati kontserdiga.



Talentidest pakatav päev Erastvere kodus.

TALENTIDEST PAKATAV PÄEV ERASTVERE KODUS

TEKST: tegevusjuhendajad Anneli Jürimaa ja Ülle Oja,
AS Hoolekandeteenused Erastvere Kodu
FOTOD: erakogu

Asta kõige pimedamal ajal, 7. novembril, mil vaim on väsinud ja keha ei taha ka suurt midagi teha, toimusid AS Hoolekandeteenused Erastvere Kodus, sügisprintsessi ja –printsi valimised. Seda juba kaheksandat korda.

Printsesse ja printse on valitud ka kevadeti ja suviti. Varasematest üritustest andis aimu näitus fuajees.

Tänavuse võistluse osavõtjateks olid Võisiku Kodu, Karula Kodu, Imastu Kool-Kodu, Tõrva Kodu, Kodijärve Kodu, Tartu Kaunase Kodu, Maarja Küla, Paju Pansionaadid, Lõuna-Eesti Erihooldusteenuste Keskus, Viljandi Näituse Kodu ja Tapa Põllu Kodu. Saali kogunes umbes kakssada pealtvaatajat, kellest enam kui sada olid kaugemalt tulijad. Elati kaasa kahekümne ühele tublile ja andekale osavõtjale. Osalejad sisenesid pidulikult saali, pärast mida soovis Erastvere Kodu juht Imbi Rego kõigile toredat päeva.

Päeva juhid Hille ja Õie kuulutasid välja tutvustusvoor, kus räägiti natuke endast ja oma tegemistest, seda oma võimete kohaselt (mõnel oli tekst peas, mõni luges maha, mõni kasutas abi – kõik oli lubatud).

Kandidaatidega tutvumisele järgnes osavust ja nutikust nõudev üllatusvoor, kus tuli valmistada mänguasi. Ette ömmeldud ja õiget pidi keeramata flüüsist loomake (putukas, liblikas) tuli pöörata, täita ja kinni ömmelda. Taaskord olid kõik võtted lubatud. Kõige nutikamad kliendid oleksid võinud paluda tegevusjuhendajal kogu töö ära teha, kuid tundus, et kõik olid varem käsitööga tegelenud. Imeväl valminud putuka võis igaüks endale jätta, mis oli kõigile meeltnööda.

Kes puhkas, kes vahetas riideid, sest ees ootas päeva kõige põnevam osa – andekusvoor. Talente hakkas justkui sadama – lauljad, tantsijad, pillimehed, näitlejad – kõik olid kohal. Aeg lausa lendas.

Kuni žürii otsust tegi, oli avatud mikrofon kõigile külastele, kes said ennast proovile panna. Loomulikult toimus ka kohustuslik disko. Järgnes autasustamine, mille käigus kõik osavõtjad said tunnustatud.

Sügisprintsessiks valiti Gerly Imastust, kes mängis süntesaatoril mitu lugu ja püüdis juba päeva algul pilke oma printsessiliku olekuga. Sügisprintsiks sai Raivo Erastverest, tema breikis ning oli oma esinemise täiesti iseseisvalt ette valmistanud. Peategelased pärjati ning kingituseks saadi Erastvere Kodu käsitööna valminud suured flüüsist kilpkonnad. Kas kingitused võetakse kaissu või pannakse istumise alla, see on juba Gerly ja Raivo otsustada.

Päeva juht Õie kartis kõige rohkem lavale minekut, aga päeva lõpuks oli hirm kadunud.

Kõik, kel tahtmist ja jaksu, võisid veel diskotada. Need, kes koduteele asusid, küsisid juba küsimusi järgmiste printsesside ja printside valimiste kohta. Tänavune üritus ei jää viimaseks omalaadseks.

Oli üks tore ja värvideküllane päev meie sombuses sügises.

Kiires infoühiskonnas on järjest olulisem, et me korraldaksime ühiseid üritusi, kus inimesed kohtuvad päriselt ja kogevad hetki, millest jääb ilus mälestus kogu eluks.

Erastvere Kodu tegemiste ja üritustega saab ennast kursis hoida interneti koduleheküljel:

<http://www.hoolekandeteenused.ee/erastvere/>

Soovime kõigile ilusat talveaega!

ILUSAID MÕTTEID TULVIL KÜÜNLAD

TEKST: Agnes Männiste, Biomarket (www.biomarket.ee)

FOTO:

„Küünlaid valmistades kehtib meil vaikuse reegel ja valitseb pidulik meeleolu. Siis me mõtleme nendele inimestele, kes meie valmistatud küünlaid ostavad ja kasutavad,“ kirjeldab Pahkla Camphilli küla Tamme maja perenaine Katarina Seeherr, kuidas käsitsi valmistatud mesilasvaha-küünaldeste pannakse Pahklas sisse kõige ilusamad soovid ja mõtted.

Pahkla Camphilli küla asub Raplamaal Kohila lähedal. See on antroposoofilistel põhimõtetel toimiv kogukond, mis ühendab endas ökoküla ja tugikeskuse puuetega inimestele. 1992. aastal rajatud külas elab koos vabatahtlikega 30 inimese ringis (vanuses 22–59). Igatiüks neist aitab oma võimeid ja jõudu mööda kaasa nii kodutöodes, kudumis- ja küünlakojas, loomalaudas kui mahepõllul. Kõik tööd on külaelanike vahel ära jagatud ja igaühel on mitu ametit. Camphilli küla ei ole asutus, seal ei ole personali. See on ühe suure pere kodu.

Perenaise Katarina sõnul on nende külas nagu tavaluski, et inimesed soovivad tunda end vajalikuna ja tegutseda, siis on nad õnnelikud ja rahul. Eriliselt innustabki külaelanikke see, kui nad saavad teha midagi teistele. Õigupoolest on see ka külas üks põhimõtteid, mille järgi elatakse – et minu vajadused saaksid rahuldatud sellega, mida teised teevad ja mina annan teistele seda, mida neil on vaja. Nii tegutsebki Camphilli küla ühte hoidva tervikuna.

Meistritele meeldib mesilasvaha lõhn

Küünlategu läheb Pahklas lahti sügisel, kui välitööd on lõpetatud. Mesilasvaha vormivad kaunisteks küünaldeste Kersti, Inge, Kaarel, Jevgeni, Merle, Marek ja Kristiina. Neid aitavad vabatahtlikud Leena ja Elisa ning töodel hoiab silma peal Katarina, kes on ka küünlakoja meister.

Kui küsida küünlakojas askeldajatelt, et mis neile selle töö juures kõige rohkem meeldib, vastavad nad karmelt – hea lõhn! Katarina kinnitab, et aroomteraapilise mõjuga mesilasvahast on abi ka haiguste perioodil – küünlakojas meisterdajaid haigused ei kimbuta. Tegelikult ongi Katarina sõnul Camphilli küla elades maailmas tihti küünlakojad just terapeutilisel eesmärgil. Mesilasvahaküünalde valmistamine mõjub hästi hingamisele, rahustab ja tasakaalustab. Ent loomulikult teeb küünla-meistritele rõõmu, kui oma valmistatut saab ka müüa.



Mesilasvaha ostetakse kohalikelt mesinikelt. Katarina sõnul on seda küll aina raskem saada, sest mesinikke jääb vähemaks. Küünlatahti tuuakse Saksamaalt. Küünlakojas valmistatakse üle 20 sordi küünlaid, osad küll ainult endale või laatadel müümiseks. Igal küünla-meistril on ka oma lemmik. Katarinale meeldivad kõige rohkem tavalised pikad küünlad, mida kutsutakse isekeskis ka Kersti küünaldeste, sest peamiselt valmistab neid Kersti.

Pikim noormees teeb pisimaid küünlaid

Valmis küünlale peale vaadates oskab perenaise silm kohe ära tabada, kelle valmistatud see on. Ta lihtsalt tunneb oma pereliikmete tööstiili nii hästi – kes tahab küünla kiiremini valmis saada, kellel on rohkem kannatust. Näiteks pere kõige pikem noormees Kaarel valmistab kõige pisimaid küünlaid – tordiküünlaid –, sest need saavad lihtsalt kõige kiiremini valmis.

Küünlategu käib Pahklas kahel viisil – väiksemate, keerulisemate ja muustrilisemate küünalde valmistamiseks valatakse vaha vormidesse, tavalisi pikki küünlaid tehakse kastmise meetodil. Sellel viimasel, traditsioonilisel viisil on mesilasvahast küünlaid tehtud juba aastasadu. Selleks kastetakse tahti korduvalt sulavahasse, kuni küünal on „kasvanud“ piisavalt jämedaks.

Pahkla Camphilli küla eestimaistest mesilasvahast käsitsi valmistatud küünlad

Camphilli liikumine sai alguse 1939. aastal, selliseid külasid leidub maailmas üle saja. Liikumise eesmärk on luua kogukondi, kus erivajadustega inimesed saavad elada, õppida ja töötada üheskoos sotsiaalselt tervetes ning vastastikusel lugupidamisel põhinevates suhetes.

Töötamine suurepäraste raviomadustega mesilasvahaga sulava soojust ja lõõgastavat lõhna täis töökojas ning teadmine, et paljud inimesed neid küünlaid soovivad, pakub Pahkla Camphilli küla elanikele suurt rahuldust. Looduslikud mesilasvahaküünlad rahustavad ja tasakaalustavad, lõhnavad imeliselt, põlevad kaua, ei tahma ega tilgu.

Tee Camphilli küla elanikele rõõmu ja loo talveõhtutesse valgust just nende küünaldega!

Pahkla Camphilli küla küünlad leiad kõikidest Biomarketitest Tallinnas ja Tartus ning küünlaid saab tellida ja osta ka külast otse, vaata lähemalt aadressilt www.pahklack.org.

Artikkel on ilmunud Biomarketi kliendiajakirjas.



KALLISTAMISE JÕUD

TEKST: Toivo Niiberg, psühholoog
FOTO: Kalev Lilleorg

Sageli häbenevad täiskasvanud inimesed, eriti vananenud arusaamadega eestlased kallistamist, kuigi tegelikult ei peaks. Kindlasti ei ole tege- mist põhjamaisusega, vaid millegi muuga, millest on ise lapseas ilma jäädud. Kallistused ja lihtsalt puudu- tused on emotsionaalne füüsiline kontakt kahe inimese vahel, ehk hingeline side. Alles hiljuti tuvastasid teadla- sed, et imetajate, eriti inimeste jaoks on hingeline side väga oluline vajadus, mis on sama tähtis kui toit või hapnik. Kallistused teevad meid õnnelikeks. Puudutu- sed annavad inimesele tunde, et ta on ühiskonna liige. Puudutustega (sealhulgas musiga, suudlusega) annab üks inimene teisele teada, et ta hoolib ning kaaslase valud ja mured lähevad talle korda.

Väikesed lapsed ei häbene kallistada, sest nad teavad, kui hea tunne see on. Seega ei peaks ka meie häbenenema. Kallistamine armsama, sõbra, lapse ning mõnikord ka uue tuttavaga, annab sulle hea tunde ning tekitab rahulolu. Kallistamine näitab, et sa hoolid ja et sinust hoolitakse. Kallistamine tekitab usaldustunnet.

Samas oled kindlasti elus tundnud, et ei soovi iga ini- mest, eriti võõrast, endale kohe esimesel kohtumisel lähedale lasta. Ka see on väga loomulik tunne. Seda tunnet ei saagi teaduslikult põhjendada. Toimi nii, nagu ütleb sinu sisemine hääl. Tee nii, nagu tunned. Me ei

sobi igatihega ja vägisi ei saa, ega tohi teist inimest puu- dutada. Seetõttu tasub alati jälgida teise inimese keha- keelt ja mitte kallistusi peale suruda, kui inimene seda ei taha või ennast mugavalt ei tunne. Piirdu sellisel juhul käe ulatamisega.

Muidugi ei ole kallistamine mingi jõu näitamine. Oleks tore, kui kallistatav ka pärast kallistust oma jalgele seisma jääks. Kallistamine piirdugu pigem kerge embusega. Kerge embus on ka usalduse või selle saavutamise soovi märgiks. Puudutused, isegi mõne sekundi jooksul, suu- rendavad alati kokkuleppe ja teineteise mõistmise tõe- näosust.

Igasugune emotsioonide piiramine ja mahasurumine tekitavad takistusi aju ning kogu organismi töös. Kallis- tamine on kõige parem ravi haiguste vastu. Kallistamine on justkui suur paitus südamele ja närvidele. Regulaarne kallistamine vähendab südamehaiguste riski, vähen- dab pingeid ja tõstab sinu vastupidavust nakkus- haigutele. Tõestatud on, et kümme sekundit kallistust võib alandada vererõhku. Kallistamine käivitab sinus sisemised vabrikud, mis hakkavad tootma heaolu tekitavat ainet ehk hormooni nimega oksüdotsiin. Kallistamine rahustab ja tervendab, aitab unetuse korral ja annab jõudu. Kallistamine lisab elule uusi värve ja paitab südant ning närve.

Hiljuti lugesin Tartu Ülikooli professori Tiia Tulviste Eesti Ekspressis (31.okt., 2013) avaldatud mõtisklust, mis kandis pealkirja “Kallistage oma lapsi sagedamini!”. Uuringud näitavad, et need lapsed, kelle vanemad pole neile jaganud piisavalt kallistusi, kipuvad täiskasvanuna olema kinnised. Kui ema puudutab last, siis selle tule- musena saab laps elamiseks ja arenemiseks tõuke, kind- lustunde ja helge tuleviku lootuse. Laiendaksin seda toredat üleskutset ja kutsuksin kõiki omavahel rohkem kallistama, hoidma ja märkama või lihtsalt hea osavõt- liku sõnaga toetama.

Tulevased kallistajad tulevad peredest, kus ollakse lähe- dased ja harjutud oma tundeid välja näitama. Eks ini- mene teeb ikka täiskasvanuna seda, mida on oma lähe- daste seas harjunud nägema. Mitu korda oled sa näinud, et sinu vanemad on teineteist sinu ees emmanud? Mitu korda oled sa näinud seda, kui nad on sinu ees jagele- nud? Tee vastav kokkuvõte. Kokkuvõte võib olla vägagi kurvastav ja ehmatav. Kuid ära neid süüdistada, sest ka nende vanemad on neid nii kasvatanud.

Olen viibinud juba vähemalt viies Tuksi ehk “kallistuste laagris”. Ja just omavahelised südamest tulevad kallis- tused on need, mida märkan. Arvata on, et just nende lootuses ja ootuses me kohtume taas ja taas.

Kalli, kalli kõikidele ka minu poolt!



KOOKOSTRÜHVLIID Á LA RAFFAELLO

TEKST: Taire Ehaver
FOTOD: Janek Muru

Tarvis läheb:

200 g võid

400 g (pool purki) magusat kondenspiima

200 g kookoshelbeid + 50 g trühvlite veeretamiseks

100 g toasooja maitsestatamata toorjuustu

2 spl mett

2 suurt vaniljevahvliit (50 g)

50 g mandleid (kui soovid, rösti kuumal pannil umbes 5 minutit ja jahuta, siis on mandlid krõmpsumad)



Armsad justkui lumised pallikesed maitsevad peaaegu nagu kuulsad kommid, millega reklaamides maiustavad baleriinid ja muud õrnad olevused.

Sellest kogusest saab u 30-40 kommi, oleneb, kui suured pallikesed teha.

1. KÕIGEPEALT SULATAME VÕI
KONDENSPIIMAS VÄIKSEL TULEL



2.

2. SEGAME HOOLIKALT KOKKU
TOORJUUSTU JA MEE



3.

3. HAKIME VAHVLIID PEENEKS PURUKS



4.

4. SEGAME KOKKU VAHVLIIPURU JA
KOOKOSEHELBED



5.

5. MUDIME TRÜHVLI MASSIST PALLIKEST
NII, ET MANDEL JÄÄB PALLI KESKELE,
SEEJÄREL VEERETAME SEDA
KOOKOSHELVESTES



6.

6. HOIAME SERVEERIMISENI KÜLM-
KAPIS, KUS PALLIKESED SÄILIVAD
SÖÖMISKÕLBULIKUNA VÄHEMALT
NÄDALA



HEAD NAUTIMIST!

PILDIPLAHVATUS

haridusprogramm

kuni 12.01.2014

vanad fotod

surmtõsised näod

valgus mustas kastis

Kumu

ootab Teid!



Võta ühendust:

kumu@ekm.ee

602 6074, 5343 9230

Hea Vaimupuu lugeja!

Valminud on vaimupuu kalender 2014

Kalendrisse on koondatud 2013. aasta fotokonkursi „Elu nagu filmis“ parimad fotod. Seinakalender on mõõdus A3 ja varustatud infoga erinevate tähtpäevade kohta.

Kui soovid kalendrit, palun tee ülekanne MTÜ Vaimupuu arvelduskontole.
Selgituseks märgi „Kalender“, oma nimi ja postiaadress,
kuhu soovid kalendri saada.

Saaja: MTÜ Vaimupuu

Saaja konto nr: 221053671605 (IBAN

EE272200221053671605)

Saaja pank: Swedbank AS

Selgitus: Kalender

Hind 3 eurot!



Mõeldes mööduvale aastale
Foto: Ele Janno