



# Saarekoda

Ajaleht ilmub iga kuu 5. kuupäeval

Nr. 86

Veebruar 2016

*🐦 Aasta kaks null kuusteist ongi käes - me ikka sõbrad käsikäes! 🐦*

## Tänases lehes:

Sõnum toimetajalt - lk.1

Randvere TÖK -10 - lk. 2

Mobiilne nõustamine -lk.3

Psoriaasiliidu info - lk. 4

Projektiinfo - lk. 4

Imeline Norra, 6. - lk. 5

Koja kalender - lk. 6



Loe ajalehte „Saarekoda“

SPIK kodulehel

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



✍ Ootame kaastöid

ja ettepanekuid



Toimetuse info:

Doris Peucker

☎ 51 355 31

✉ [doris66@hotmail.ee](mailto:doris66@hotmail.ee)



*Paar nädalat tagasi...*

## **Kallis sõber!**

On alles veebruarikuu, aga lumememmedel on juba pidu läbi. Õhus on kevadehõngu ja aiapidajate mõtted on peenramaal. Siiski tuleb neil kannatust varuda – vara veel!

Seni aga mõelgem oma kallite inimeste ja heade sõprade peale ning jagagem neile armastust! Seda enam, et 14.veebruar, valentinipäev, on kohe käes.

Armastus on jõud, milleta ei sünni midagi. Ja pole oluline, kas armastus on õnnelik või õnetu - ta on inspiratsioon, tung luua... Armumisel ja armastusel on suur vahe. Armumine on lühiajaline, armastus ajaga küpsenud ja kestev. Mõtiskledes armastuse erinevate vormide üle, jõudsin arusaamisele: Armastus on tahtest sõltumatu soov hoida ja kaitsta seda, milleta elu ette ei kujuta. Armastust Teile!

# **Randvere tööõppekeskuse kümme tegusat aastat**

Monika Puutsa, Saarte Hääl 3.02



**Nüüdseks kümme aastat tegutsenud Randvere tööõppekeskuse vajalikkuses enam ei kahelda.**

Keskuse sünnipäevapidu tõi maja rahvast pilgeni täis – lisaks oma töötajatele ja klientidele saabus kohale hulk külalisi, nende seas Lääne-Saare valla, maavalitsuse ja linnavalitsuse, Kuressaare ametikooli ja Kuressaare päevakeskuse esindajad. Õnnitlustest ja tänusõnadest puudust ei tulnud

ning ka kingitusi sai sünnipäevalaps üksjagu.

“See, et siin täna nii palju rahvast on, näitab, et see keskus läheb inimestele korda,” ütles Saarte Häälele erihoolekande- ja tööturuteenuseid osutava MTÜ Randvere Tööõppekeskus loomise initsiaator ja asutajaliige Liida Kaare.

“Kuigi kümme aastat tagasi, n-ö pioneeridena, oli meil üsna raske arusaadavaks teha, miks sellist keskust tarvis on, näeme praegu, et toonane otsus oli väga õige – vajadus sellise koha järele on väga suur ja ulatub oma valla piiridest palju kaugemale.”

“Kogu see õhkkond ja sinne vastuvõtt on soe – samasugune nagu alati,” nentis praegu sotsiaalkindlustusametis töötav Kaare. “Heaks teevad selle maja just siinsed inimesed.”

MTÜ Randvere Tööõppekeskus juhatuse esimees Jüri Heinlaid tõdes, et kümme aastaga on endises Randvere koolimajas avatud tööõppekeskuses muutunud palju.

“Loomulikult on kliente palju rohkem kui tollal ja paljud toonased mõtted on tänaseks teoks saanud,” lausus Heinlaid, kes, nagu Kaaregi, on keskuse tööga seotud olnud selle algusest saadik. “Loodame, et unistusi täitub veel.”

Mullu suvest keskuse tegevjuhina ja tegevusjuhendajana töötav Marina Skljarenko kinnitas, et pool aastat uues ametis on olnud põnev ja õpetlik aeg. “Siinsed kliendid on siirad ja avalad ning mu töökaaslased lausa supertoredad ja abivalmis,” kinnitas ta. “Tänu kolleegide kogemustele ja teadmistele, kuidas asjad käivad, on mu töö kindlasti palju kergem, aga õppida on mul veel palju.”

Sünnipäevalisi rõõmustas väike peokava, kus keskuse kliendid astusid üles väikese kontserdiga lugudega näitemängudest “Helisev muusika” ja “Kuresaare linna moosekandid”. Samuti laulis pidulistele Randvere külaseltsi Kadakane ansambel Ergud, kes käivad keskkuses kord nädalas proovi tegemas.

2006.a. loodud MTÜ Randvere Tööõppekeskus eesmärk on pikaajaliste töötute ja puuetega inimeste rehabilitatsioon ja integreerimine tööellu. Keskuses osutatakse erihoolekande- ja tööturuteenusid ning korraldatakse koolitusi. Keskuse erihoolekandeteenuste hulka kuuluvad igapäevaelu toetamine, töötamise toetamise teenus, toetatud elamise teenus. Keskusel on kolmeliikmeline juhatus ja üheksa töötajat, neist neli tegevusjuhendajad. Praegu on keskusel 27 klienti.

## ***Koolitus: Mobiilne nõustamine***

**NB! Koolituse sihtgrupp on vähenenud töövõimega noor  
või kellele teema huvi pakub.**

**Koolitus toimub Saaremaa PIK-s Pikk 39, Kuressaare  
25.02 kl 13.00-15.30**

12.45-13.00	Kogunemine, registreerimine
13.00-13.10	Saaremaa Puuetega Inimeste Koja ja Eesti Töötukassa esindajate tervitused
13.10-13.30	Ekskursioon Saaremaa Puuetega Inimeste Kojas

### **Töö gruppides**

#### **Õpetajad/lapsevanemad:**

13.30-14.45	Ülevaade tööturu olukorrast Saaremaal
14.00-14.45	Milliste teenustega saab Eesti Töötukassa abiks olla vähenenud töövõimega inimesele.
14.45-15.00	PAUS
15.00-15.30	Kohtumine tööandjatega - oma kogemustest räägivad: * ISS Eesti - Janne Lehiste * Saaremaa Tarbijate Ühistu - Katrin Eero

#### **Õpilased:**

13.30-14.00	Mida annab töö inimesele? Ühine rühmatöö
14.00-14.15	PAUS
14.15-14.45	Tööks vajalike oskuste kaardistamine - ülekantavad oskused. Kasutame oskustekaarte
14.45-15.00	PAUS
15.00-15.30	Kohtumine tööandjatega - oma kogemustest räägivad: * ISS Eesti - Janne Lehiste * Saaremaa Tarbijate Ühistu - Katrin Eero

# Eesti Psoriaasiliidu üldkogu koosolek

Eesti Psoriaasiliidu üldkogu koosolek ja sellele järgnev tervisepäev toimuvad **27.02 kl 10.30** Viimsis, aadressil Sõpruse tee 9 asuvas Lavendel SPA Hotellis.

09.45 – Osalejate registreerimine hotelli I korruse saalis

**10.30 – 12.30 ÜLDKOOSOLEK:**

- 1. Majandusaasta aruanne 2015 ja selle kinnitamine**
- 2. 2016. aasta tegevus- ja finantsplaani tutvustamine**
- 3. Jooksvad küsimused**

12.30 – LÖUNA

## TERVISEPÄEVA OSA:

13.30 – „Lihtsad eneseabivõtted töökohal“ – *Monika Loit-Kilgas, MTÜ Psühholoogiline Kriisiabi psühholoog. Kavas teadlik hingamine, venitusharjutused ning harjutused kätele ja silmadele.*

15.00 – Tervistavad tegevused Lavendel SPA Veekeskuses

17.00 – Päeva lõpetamine

Üldkoosolekul ja tervisepäeval osalemiseks registreerida **20.02-ks**. Veekeskuse külastajatele on osavõtutasu **8.-**, mida palume sularahas kaasa võtta. Lisainfo ja registreerimine: tel.5052455 (Georg Jurkanov), e-mail: [georg.jurkanov@gmail.com](mailto:georg.jurkanov@gmail.com)

*Teie aktiivsele osavõtule lootes, Eesti Psoriaasiliidu juhatus*



## Projektiinfo

21.jaanuaril toimus projekti  
"Koostöövõrgustiku loomine  
invatranspordisüsteemi  
väljatöötamiseks Saare  
maakonnas" koolitus  
koostöövõrgustiku liikmetele.  
Koolitajaks

**Toomas  
Roolaid**



SISEMINISTEERIUM



Kodanikuühiskonna  
Sihtkapital

# ***Imeline Norra***

6. osa

*Veronika Allas*

Mäest alla jõudes ootab meid buss juba ees ja alustame sõitu tänaöisesse majutuskohta Fjordslottet Hotelli, mis pildi ja kirjelduse järgi asetsevat fjordi kaldal.

Mida rohkem aga buss metsasügavusse suundub, seda suuremad kahtlused tekivad hotelli seotuses fjordiga. Tee teeb juba mitmendat 180 kraadist käänakut, näeme lambaid, lehmi, kuuleme kukkede kiremist, kuid hotelli ei paista kusagilt. Võtame appi veel teise GPS-i ning muidugi telefonikõned ja ohh imet – säravvalged hotellimajad paistavad isegi ööpimedusse ära!

Minu küsimuse peale vastuvõtulauas: et kui teist teed tagasi ei saa, kas siis me jääme siia, toob naeratav noormees kaardi ja näitab otsema ja vähem kurvilisema tee tagasi Bergenisse.

Jälle jääb arusaamatuks GPS-i poolt juhutatud tee .....

Toad on väga kitsad ja taas oleme fakti ees: keegi peab kellegagi koos voodit jagama, kuid oleme nii väsinud, et uni tuleb hetkega.

20.08.2015

Järgmisel hommikul saame mahti ümbrust uurida – ilmselt ongi tõsi, et see, mida me tiigiks peame, on osa fjordist, sest kalu on palju ja nad löövad pidevalt lupsu. Meid ootab maitsev norrapärane hommikusöök rohke kalavaliku ja šokolaadijuustuga. Maitseelamus missugune!

Kell 10.00 ootab Hans-Børge meid juba Bergenis, et alustada päeva Norra puuetega inimeste töökeskuses Grønnevikken AS-is. Saame teada, et selliseid töökeskusi on Bergenis 6. Süsteemi on arendatud 40 aastat ja viimased suured muutused toimusid 8 aastat tagasi. Marketingi juht Kjersti Haukeland Eiken rõhutab, et kiired ja pidevad muudatused sotsiaalsüsteemis ei too head, sest kohenemine võtab kaua aega nii puudega isiku jaoks kui ka tegevusjuhendajatele, kes peavad ümber õppima ja ka kogu töö ümber organiseerima.

Ehk on selles tõeteras midagi õpetlikku ka meie seadusandluse loojatele!

Meie väikese ekskursiooni käigus näeme, kuidas mehed teevad lihtsamaid puidutöid, k.a puidupinkide taga töötamine. Saame teada, et toetatud töötamise väljaõpe kestab 3 aastat, mille sisse mahub täielikult ka tööohutus ja enese tervise tagamine tööprotsessis, s.h puhkeaja õige kasutamine.

Veel oskavad töölisel kasutada metallilihvimise tööpinki ja valmistavad keermega metallidetaile naftatööstusele jt tellijatele. Kjersti ütleb uhkusega, kui tänulikud nad on Norra naftatööstusele, kelle juhid usaldavad nende tehtud tööd ja kui suure osa see katab tehtavast mahust.

*järgneb...*

## **Koja Kalender**

**Kuulmisnõustaja vastuvõtt SPIK ruumes  
neljapäeviti kell 13 – 15 ja reedeti kell 11 – 13**

Samadel nädalapäevadel ja kellaaegadel konsultatsioon telefonil 45 55 697

**Invabuss ETTETELLIMISEL (vähemalt 2 tööpäeva)**

**tööpäeviti kell 10 – 15 tel.: 45 55 697 või e-mail: [saarekoda@gmail.com](mailto:saarekoda@gmail.com)**

Hind: Invabussi tellimine kuni 20km (kilometraaž arvestatud algpunktist algpunkti) 10.-, alates 20km-st lisandub 0,50 senti km; ooteaeg 3.- 1h. Eritingimused kokkuleppel. Lisainfo ja pildid sõiduki kohta [www.saarekoda.ee](http://www.saarekoda.ee)

**Kuressaare linnavalitsus pakub puuetega inimestele tasuta ujumise võimalust treeneri juhendamisel Kuressaare Gümnaasiumi ujulas. Ujumine toimub iga kuu teisel ja neljandal laupäeval algusega kell 13.00 ehk järgmistel kuupäevadel:**

**13.02 ja 27.02; 12.03 ja 26.03; 9.04 ja 23.04; 14.05 ja 28.05**



**NB! Neil, kes vajavad ujuma minemiseks transporti,  
palume sellest teada anda hiljemalt ujumise päevale**



**eelneval teisipäeval: [kairit.lindmae@kuressaare.ee](mailto:kairit.lindmae@kuressaare.ee) või tel 54 5122 02.**

- **4.02 kell 12.30–14 teabepäev „Muudatustest erihoolekande- ja rehabilitatsiooniteenustes“**
- **5.02 kell 14 külastab Saaremaa PIK-i võrdõigusvolinik Liisa Pakosta**
- **10.02 kell 17.30–19.30 koolitus „Vaimne maailmavaade – oht või/ja võimalused“ II osa, lektor Viigi Viil. Osavõtutasu 4.- eur. Loengu korraldab Saaremaa Allergialiit. Oma osavõtust anna teada 8.veebruariks e-mail [janekilumets@hotmail.ee](mailto:janekilumets@hotmail.ee) või FB sõnumina Jane Kilumets**
- **18.02 kell 11 tasuta teabepäev "Erinev illu", oma teadmisi jagab Loore Härmat. Kõik huvilised on oodatud! Soovi korral individuaalkonsultatsioon (tasu eest)**
- **18.02 kell 19 Sõbrapäeva õhtu. Osavõtutasu 2.- eur**
- **25.02 kell 13-15.30 koolitus: Mobiilne nõustamine. Koolituse sihtgrupp on vähenenud töövõimega noor või kellele teema huvi pakub. Koolituse viib läbi Eesti Töötukassa Saaremaa osakond. Loe lähemalt lk.2**
- **25.02 kell 16 terviseloeng meestele. Üritust toetab Kohaliku omaalgatuse programm, projekt „Väärtustatud mees“. Lisainfo tel.: 45 55 697 või 45 33 260; email: [saarekoda@gmail.com](mailto:saarekoda@gmail.com)**
- **26.02 kell 15–17 MTÜ Saaremaa Vähiühingu kutsub: Siret Saarsalu loeng "Toitumise tähtsus vähi ennetamisel ja vähiravi ajal". Info: 54512202 Kairit Lindmäe; e-mail: [saare.vahiuhing@gmail.com](mailto:saare.vahiuhing@gmail.com)**
- **29.02 kell 17 Eesti Allergialiidu Saaremaa Ühenduse korraldatud loeng**



**Saaremaa Puuetega Inimeste Koda**

**Pikk 39, Kuressaare**

**E – R 10.00 – 15.00**

**tel.: 45 55 697, 45 33 260**

**email: [saarekoda@gmail.com](mailto:saarekoda@gmail.com) koduleht: [www.saarekoda.ee](http://www.saarekoda.ee)**