



# Saarekoda

Ajaleht ilmub iga kuu 5. kuupäeval

Nr. 9

Oktoober 2009

## **Kallis sõber!**

Näib, et vananaistesuvega on selleks aastaks ühel pool ja esimene sügistorngi sai juba edukalt üle elatud. Tänavad on täis veelompe, puulehti ja oksa, kuuldavasti põhjustas viimane nädalavahetus mõnes majapidamises isegi elektrikatkestuse.

Tänu kolm aastat tagasi tehtud otsusele koeraomanikuks saada on mul võimalus ja kohustus iga päev ja iga ilmaga jalutamas käia, tulgu taevast kasvõi pussnuge. Ilmselgelt ma midagi sellist ilma tungiva vajaduseta ei teeks, eriti praegusel aastaajal, kui vihm peksab vastu nägu ja tuul kisub armutult juukseid ning riideid... Viimase kolme aastaga olen aga õppinud märkama looduse sellist mitmekesisust ja ilu, millest mul varem aimugi polnud.

Kui kuulud nende hulka, kes naudivad looduse heitlikkust, on sul praegu pidu. Võid imetleda tormist merd või tuule jõulisuse ees otsekui alistuvaid puid. Võid seista kesk kirevat lehesadu ja jälgida, kuidas varesed kõrgel pea kohal tuuleiilidega hullavad või hakid mahakukkunud tammetõrusid vastu kive toksivad, et nende sisu kätte saada...



Kui oled aga inimene, kelles sügis oma muutlike meeoludega ärevust esile kutsub, siis – pea meeles, et pärast tormi paistab jälle päike ja mis võiks olla kaunim kui päikesekiir vihmapiisal sillerdamas või vikerkaar nagu võiduvärv üle vastpestud metsade... Selle kättevõidetud rahu nimel pole kõigel eelnenul enam mingit tähtsust.

Torm looduses on nagu suurpuhastus kõigest liigsest ja ebaolulisest vabanemiseks. Võta Sinagi, kallis sõber, aega, et korrastada oma väärtushinnanguid. Mõtle, mis on Sulle tõeliselt tähtis ja mida teed vaid selleks, et kellelegi meeldida. Kuula ja järgi oma südant ning usu mind – kõik loksud ise paika, kui aeg selleks on küps.

\*\*\*Ajalehe väljaandmist toetab Hasartmängumaksu Nõukogu\*\*\*

## **Oluline info**

### **21. septembril 2009 toimus SPI Koja üldkoosolek.**

Koosoleku kokkuvõte:

- Kultuuriühing „Möte“ võeti SPI Koja liikmeks;
- Veronika Allas luges ette raamatupidamise auditi märgukirja ja linnavalitsusele esitatud eelarve 2010 aastaks, mille tagasiside oli positiivne;
- Valiti SPI Koja uus juhatus ja revisjonikomisjon. Ühingu esindajatest valiti juhatusse Saaremaa Pimedate Ühingu ja Kultuuriühingu esindajad. SPI Koja töötajatest valiti juhatusse Veronika Allas, Marju Saar ja Tiiu Randma. Revisjonikomisjoni valiti Tiiu Kivi, Ellen Laes ja Paul Liiv

## **Oluline info**

### **Alates 1.09.09 muutub puude ja püsiva töövõimetuse korduvekspertiisi kord**

**Püsiva töövõimetuse ning puude raskusastme ja lisakulude tuvastamise kord muudeti sotsiaalministri määrustega alates 1. oktoobrist 2008. Uue menetluskorra kohaselt pikenes ekspertiisi tegemise ning kogu menetluse aeg.**

Seoses sellega võis kujuneda olukord, kus isikutel, kelle korduvekspertiisi tähtaeg oli määratud varasema korra ajal ning kes seda järgisid, tekkis pikema menetluse tõttu vahe töövõimetuspensioni ja/või sotsiaaltoetuse saamisel. Kuigi pension ja/või sotsiaaltoetus makstakse tagantjärele välja, tekitab see taotlejatele probleeme jooksvate kulude katmisel.

Kirjeldatud olukorra vältimiseks määratakse alates 1. septembrist k. a korduvekspertiisi tähtajad varasemaks, et ekspertiisi jõuaks teha enne eelmise otsuse kehtivuse lõppu.

Seega inimesed, kelle korduvekspertiisi tähtaeg on määratud hiljemalt puude raskusastme ja/või püsiva töövõimetuse kestuse viimase kalendrikuu 1-15. kuupäevaks, võivad esitada korduvekspertiisi taotluse alates otsuse kehtimise eelviimase kuu 5. kuupäevast, ilma et tegemist oleks ennetähtaegse ekspertiisiga.

Täiendav info telefonil **16 106**.

\*\*\*Ajalehe väljaandmist toetab Hasartmängumaksu Nõukogu\*\*\*

## Viis küsimust ...

**... Pavel Afanasjevile** (SPI Koja rehabilitatsioonimeeskonna füsioterapeut)

### 1. Mis tõi sind selle töö juurde?

Soov haige inimese vaeva ja valu vähendada. Huvi tervisliku eluviisi vastu. Ja "massaažipsisiku" olen saanud Toomas Kasemaalt (mitte maavanemana tuntud Toomas), kes oli minu esimene treener.

### 2. Mida sinu töö sulle annab/on andnud?

Tunnen siiralt rõõmu, kui näen, et minu teadmistest ja oskustest oli kellelegi kasu.

### 3. Mida saad oma tööga muuta?

Kahjuks ei saa ma põhimõtteliselt midagi muuta. Küsimusele "kuidas teie võimlemised-massaažid mõjuvad, et kas nendest on ikka kasu?" olen naljaga pooleks vastanud: "kahjuks kõik minu kliendid lõppude lõpuks surevad, aga vahepeal saate leevendust küll".

### 4. Kuidas kujutad oma tööd ette ideaalis?

Olen realist. Annan endale aru, et selliseid tingimusi, kus ei annaks enam midagi paremaks teha, ei ole võimalik luua. Seepärast ei vaevagi oma pead selliste ettekujutustega. Siiski teatud muudatused kergendaksid ja tõhustaksid minu tööd küll. Näiteks võiks Kojal olla füsioterapeudi kabinet, kus oleksid võimalused võimlemiste läbiviimiseks,

massaažiks, elektri- ja muu füsioteravi tarvis.

### 5. Mida oled õppinud inimestelt, kelle heaks töötad?

Tihe läbikäimine inimestega, kes vaevlevad valu käes või on piiratud oma tegemistes ja võimalustes nii igapäevaelus kui ka tulevikku vaadates, on aidanud mul endal sügavamalt hinnata seda, mis mul on, ning mõista, et see ei jää igaveseks – aasta-aasta järel muutun minagi viletsamaks ja ükskord jõuan ka mina sinnamaani, kuhu jõuavad kõik minu kliendid, nagu olen maininud.

Kahjuks kõik haiged ei ole sellised, kelle suhtumist tahaks järgida, kuid mul on olnud õnne tutvuda sellistega, kelle ellusuhtumine on mind kõvasti mõjutanud. Näiteks üks tubli mamma, kes on nüüd kahjuks surnud, õpetas mind, et õnnelik on inimene siis, kui ta saab anda, kui ta on kellelegi vajalik. Haigus ja valu piiravad valusalt inimese võimalusi selles ning tegelikult just see ongi, mis haiget teeb – tunne, et sind ei ole enam kellelegi vaja, kuna sa ei saa midagi teha, oled ainult keeratav-pööratav näiteks. Enamik inimesi keskenduvad kogu elu sellele, et võimalikult rohkem saada, kuid õnnelikuks teeb kokkuvõttes see, kui palju oled saanud anda. See keeratav-pööratav mamma näiteks, "andis" ohtralt kiidusõnu ja julgustust kõigile, kes temaga tegelesid – see oli kõik, mis ta sai oma olukorras anda – ja ta oli õnnelik.

## Mis tulekul

14.10 kl 18 Allergialiidu Energeetiline võimlemine, juhendab Viigi Viil  
15.10 kl 12 Rahvusvaheline Valgekepi päev.  
Pimedate Ühingu ettelugemise avaüritus, raamatuid loeb Rahvateatri näitleja-lavastaja Ellen Teemus  
19.10 kl 11 Teabepäev seadusandluse jm teemadel  
21.10 kl 12 Rahvusvahelise Valgekepi päeva pidulik tähistamine „Arabellas“, külalistena osalevad Pimedate Raamatukogu direktor Priit Kasepalu, EPL juhataja Ago Kivilo ja MTÜ Jumalalaegas juhatuse liige Janar Vaik  
21.10 ja 28.10 kl 18 Allergialiidu Energeetiline võimlemine, juhendab Viigi Viil  
30.10 kl 11 Infopäev Reumaühingu moodustamiseks

**NB! Saaremaa  
Puuetega Inimeste Koja  
15. sünnipäeva nädal  
Alates 28.okt. on SPI Kojas  
avatud omaloomingu näitus.  
6.nov. 12<sup>00</sup>-17<sup>00</sup>  
ootame kõiki huvilisi SPI  
Koja  
LAHTISTE USTE PÄEVALE  
- allorganisatsioone  
tutvustavad materjalid  
- avatud omaloomingu näitus  
13<sup>00</sup> loomingu konkursi  
tulemuste tutvustamine  
- isetegemine  
19<sup>00</sup> tänuõhtu  
koostööpartneritele  
(kutsetega)**

Toimetuse info:  
Doris Peucker  
51 355 31, [doris66@hotmail.ee](mailto:doris66@hotmail.ee)

 **Õnnitleme  
sünnipäeva puhul!  
8.10 Anneli Lõhmus**

 **Õnnitleme  
juubeli puhul!  
23.10 Liia Aavik**



Jätkub SPI Kojas  
15.sünnipäevale  
pühendatud

**omaloomingukonkurss.**  
Teemade ring on piiramatu!  
Tähtaeg on 30. oktoober 2009.  
Tööd saata või tuua SPI Kojas  
aadressil Pikk 39, 93812  
Kuressaare või e-mailile  
[saarekoda@hotmail.ee](mailto:saarekoda@hotmail.ee). Paremad  
kirjutised avaldame meie  
ajalehes ja kodulehel,  
kunstiteostest korraldame  
näituse SPI Kojas.