



MTÜ Saaremaa Puuetega Inimeste Koda

# Saarekoda

Ajaleht ilmub iga kuu 5. kuupäeval

Nr. 1


Veebruar 2009

## Kallis sõber!


Meil on Sulle hea uudis: Sa hoiad käes Saaremaa Puuetega Inimeste Koja äsja ilmavalgust näinud ajalehe „Saarekoda“ esimest numbrit. Ajaleht hakkab ilmuma võimalusel kord kuus eesmärgiga jagada informatsiooni Saaremaa Puuetega Inimeste Koja pakutavate teenuste ning selle allorganisatsioonide tegemiste kohta. Samas annab ajaleht Saaremaa puuetega inimestele



võimaluse olla kursis uute, neid puudutavate seadustega, nende üle arutleda ning otsida koos võimalusi oma elukvaliteedi parandamiseks.

 Kes meist ei tahaks olla õnnelik! Aga näib, et alati ilmub meie teele mingi takistus: konflikt, mis vajab klaarimist; töö, mis tuleb ära teha; arve, mille peab ära maksma, haigus, millest jagu saada. Usume, et kui neid asju poleks, saaksime elada tõelist, õnnelikku elu...

Kuid need takistused ongi osa meie elust. Elu on alati täis uusi erinevaid väljakutseid. Oluline on, kuidas me need vastu võtame, neisse suhtume ja mida neist õpime.

Pea meeles – õnneni ei ole teed. Õnn on teekond, mitte sihtpunkt. Seepärast ela ja naudi hetki, mis sul on, aidates ka teistel näha mitte ainult probleeme, vaid ka lahendusi, mis igas olukorras peituvad... 

## *Oluline info*

<b>Organisatsioon</b>	<b>Esindaja</b>	<b>Kontakt</b>
Saaremaa PIK Pikk 39 93812 Tel/fax 45 55 697 <a href="mailto:saarekoda@hot.ee">saarekoda@hot.ee</a>	Juhatuse esimees <u>Liivi Vahter</u> Projektijuht <u>Marju Saar</u> Perenaine <u>Marje Haller</u>	51 12 082 <a href="mailto:liivahter@hot.ee">liivahter@hot.ee</a> 53 44 36 92 <a href="mailto:marju.saar.001@mail.ee">marju.saar.001@mail.ee</a> 53 80 84 61 <a href="mailto:mhaller@hot.ee">mhaller@hot.ee</a>
Rehabilitatsioon	Teenuste koordinaator <u>Veronika Allas</u> Sotsiaaltöötaja <u>Juta Levin</u> Juhtumikorraldaja <u>Tiiu Randma</u> Tegevusjuhendaja <u>Tiina Haramaa</u>	53 30 37 02 <a href="mailto:veron19@hot.ee">veron19@hot.ee</a> 53 48 07 03 <a href="mailto:Juta.Levin.001@mail.ee">Juta.Levin.001@mail.ee</a> 58 000 342 <a href="mailto:tiiujogirandma@hot.ee">tiiujogirandma@hot.ee</a> 52 70 254 <a href="mailto:tiina.haramaa.001@mail.ee">tiina.haramaa.001@mail.ee</a>
Saaremaa Pimedate Ühing	Juhatuse esimees <u>Anneli Lõhmus</u>	45 54 515 56 93 70 84 <a href="mailto:anneuus18@hot.ee">anneuus18@hot.ee</a>
Saarte Kurtide Ühing	Juhatuse esimees <u>Meida Kukk</u>	Telfax 45 54 145
Eesti Psoriaasi LSÜ	Juhatuse esimees <u>Veronika Allas</u>	53 30 37 02 <a href="mailto:veron19@hot.ee">veron19@hot.ee</a>
Arengupuuetega Inimeste Tugiühing	Juhatuse esimees <u>Ludmilla Siplane</u>	55 68 05 19 <a href="mailto:ludmilla.tugiyhing@gmail.com">ludmilla.tugiyhing@gmail.com</a>
Saare Maakonna Invaühing	Juhatuse esimees <u>Maire Peirumaa</u>	45 39 871 53 48 83 81 <a href="mailto:peirumaamaire@hot.ee">peirumaamaire@hot.ee</a>
Eesti Allergia LSÜ	Juhatuse esimees <u>Jane Kilumets</u>	50 92 757 <a href="mailto:janekilumets@hot.ee">janekilumets@hot.ee</a>
Eesti Reuma ÜSO	Juhatuse esimees <u>Helvi Koppel</u>	45 27 151 53 80 55 31 <a href="mailto:helvi.koppel@saaremaaspahotels.eu">helvi.koppel@saaremaaspahotels.eu</a>
Saaremaa Vaegkuuljate Ühing	Juhatuse esimees Viipekeele tõlk <u>Eda Pöld</u> Kuulmisnõustamine <u>Helfi Soonik</u>	Tel/fax 45 38 166 53 49 02 93 <a href="mailto:edapold@hot.ee">edapold@hot.ee</a> 45 38 731 58 15 49 67
Eesti Diabeedi LSS	Juhatuse esimees <u>Evi Maasik</u>	55 68 21 67 <a href="mailto:evimaasik@mail.ee">evimaasik@mail.ee</a>
Saaremaa Kutsehaigete Ühing	Juhatuse esimees <u>Heljo-Astrid Orn</u>	45 20 115 <a href="mailto:heljoorn@hot.ee">heljoorn@hot.ee</a>
Saaremaa Puuetega Noorte Organisatsioon	Juhatuse esimees <u>Anne Tiitson</u>	52 27 382 <a href="mailto:annetiitson@hot.ee">annetiitson@hot.ee</a>
Saaremaa Parkinsoni Ühing	Juhatuse esimees <u>Maimu Aru</u>	51 76 528 <a href="mailto:maimuaru@hot.ee">maimuaru@hot.ee</a>

# Vuus küsimust

## **...Margo Joostile**

### **1. Millisena näed oma tulevikku?**

Lõpetan hetkel ametikoolis sots. hoolduse eriala. Kuressaares ilmselt sel alal rakendust ei leia, plaanin minna Tallinna ja seal vastavalt oma erialale tööd otsida. Täispingega ma töötada ei jaksa, kuid end teostada ja mõnda inimest aidata aga ometi. Tulevikule väga palju ei mõtle, sest pragmaatiliselt arutledes tean, et minu tervislik seisukord võib ajapikku ainult halveneda. Élan päev korraga ja püüan seda teha võimalikult meeldivalt ja kasulikult.

### **2. Mida selleks ise teha saaksid?**

Mitte mõelda neile koledatele asjadele, mis mind võibolla ees ootavad, keskenduda tänasele päevale ja anda endast parim just täna.

### **3. Kuidas oled seotud SPI Kojaga?**

Olen Saaremaa Pimedate Ühingu liige ja võimalusel osalen kõigil pakutud üritustel.

### **4. Mida ütleksid inimestele enda umber?**

Vaadake peeglisse ja olge enda vastu ausad. Tegelikult tahaks öelda – ärge virisege! “Kõike, mida vajan, saan raha eest poest osta, välja arvatud tervis”

### **5. Mida tahaksid meie ajalehest lugeda?**

Lahtiseletatud seadusi ja infot ürituste kohta.



## **...Tiiu Randmale (SPI Koja juhtumikorraldajale)**

### **1. Mis tõi sind selle töö juurde?**

Oli see juhus? Või saatus? Mõned aastad tagasi Saaremaale tulles oli see võimalikest variantidest parim ja on seda siiani. Ja soovitas mulle seda

inimene, kes mind Saaremaal ääretult palju aidanud on. Siis vist ikkagi saatus

### **2. Mida sinu töö sulle annab?**

Rahulolu iseenda ja tehtud tööga. Mindki on elus päris palju aidatud. Mingi hetkeni võtad seda, nagu see peakski nii olema. Teatud punktis aga tajud, et oled piisavalt valmis ise teisi aitama.

### **3. Mida saad oma tööga muuta?**

Arvan, et paljugi. Tihti on inimestel vaja ainult kedagi, kes ta lõpuni ära kuulaks. Sageli piisab ka sellest, et oma eluga veidike ummikus olev inimene saaks tagasi julguse ja usu iseendasse. Et ta suudaks ise edasi minna. Mõnega läheb rohkem aega, teisega vähem, aga SPIK-i väga tugeva meeskonnaga leiame igal juhul lahenduse. Seaduste muutmiseks jäävad käed lühikeseks, aga kui oma tööga suudan natukenegi muuta praegu kahjuks ikka veel toimivaid üldsuse seisukohti, on iga väiksempi positiivne muutus edasiviiv. Kokkuvõtvalt - kui suudan oma tööga muuta puudega inimese igapäevase elu lootustandvamaks ja ümbritsevate inimeste suhtumise puudega inimesesse positiivsemaks, on üks eesmärkidest täidetud.

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

\*Kui puudega inimesi puudutavad seadused oleksid nõ. inimsõbralikumad; \*kui kõrged ametnikud näeksid numbrite taga ka inimest; \*kui ametiasutustes ei kirtsutataks nina sõna "puudega" puhul; \*kui tööandjaid ei hirmutaks sõna "puue"; \*kui puudega inimestele võimaldataks läbi toetavate tegevuste toimetulek, et nad ei peaks nii palju sõltuma riiklikest ja muudest toetustest...

Aga siis ma jääksin vist tööta.....

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

Olen õppinud ja soovitan teistelgi: Ärge virisege, et on raske. Paljud meist ei teagi, kui raske on inimesel, kes ei näe. Inimesel, kelle elu möödub ratastoolis. Inimesel, kes peab end iga päev süstima, et homseni elada. Või neil, kes peavad oma puudega lähedasi 24t. ööpäevas hooldama. Jne. Nemad ei hädalda ja on paremini toimetulevad kui n.-ö. terved inimesed. Ärge virisege virisemise pärast. Aidake ja armastage end ise, siis aidatakse ja armastatakse ka teid.

# Koja Kalender

## Mis toimus

- 04.01 Braille' 200.aastapäev Tallinnas Viru keskuses, esines ansambel. „Viu“
- 06.01 Lümanda valla puuetega inimeste kolmekuningapäeva tähistamine Sotsiaalteemal võttis sõna Juta Levin
- 20.01 Pimedate Ühingu lugemisõhtu, raamatuid luges Saaremaa Rahvateatri näitleja E. Teemus
- 21.01 Eesti Pimedate Ühingu koosolek Tallinnas
- 21.01 Allergialiidu koolitus „Energeetiline võimlemine“, juhendaja V.Viil
- 30.01 Tänuüritus toetajatele

## Mis tulekul

- Igal kolmapäeval kl 18 AL „Energeetiline võimlemine“, juhendaja V. Viil
- 20.02 Sõbrapäeva tähistamine, Saaremaa Rahvateatri näitlejad loevad J. Tuuliku loomingut.  
Info 45 55 697
- 22.02 AIT sõbrapäeva tähistamine. Info: 55680519
- 26.02 kl 17 SDS koosolek Kuressaare Spordikeskuses, samas kl 18 loeng "Miks valu tekib ja kuidas sellega toime tulla" Lektor K. Pakkonen Pärnust. Osavõtt 15.- Info ka 14.veebr. ajalehtedes
- 28.02 kl 11 SVÜ kohtumine kõrvaarst dr. Arefejevaga



Hetk tänuürituselt. Hilja ja Kaarel Kitt

## ☺ Täname...

*...kõiki vabatahtlikke toetajaid ja sponsoreid, kes meile lahkelt oma abikäe on ulatanud*



## Õnnitleme!

**24.01 Anu Pahapill**



## Ootame ettepanekuid...

*... selle kohta, mida soovite meie ajalehest lugeda*



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