



Saarekoda

Ajaleht ilmub iga kuu 5. kuupäeval

Nr. 113

Oktoober 2018

Tänases lehes:

Sõnum toimetajalt - lk.1

Seminar toitumisest,

Tervisekonverents - lk.2

Nägemisabivahendid-lk.2

Spordipäev - lk.3

Vaegkuuljate Ühingu

Suvised tegemised - lk.4

Ülo Voltri lugu, 6.osa -lk.5

Koja info - lk. 6

✿

Loe ajalehte „Saarekoda“

SPIK kodulehel

www.saarekoda.ee

✿

✍ Ootame kaastöid

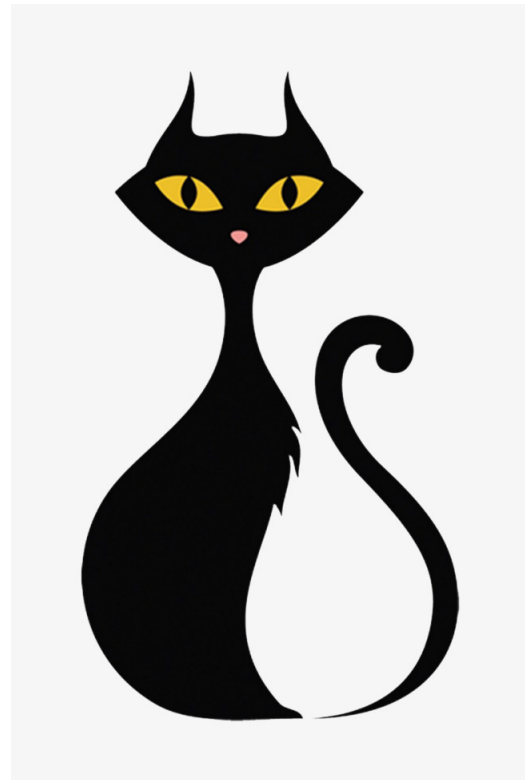
✿

Toimetuse info:

Doris Peucker

☎ 51 355 31

✉ doris66@hotmail.ee



Kelmikas kass,
must nagu öö,
mängib muretult
tuuleilide tantsu saatel
kolmanda korruse
vihmamärjal plekist rõdupiirdel
balansseerides
mu pilgeni pingul
närvipillikeeltel
kriipiv-kakofoonilist
koerapolkat.
Oktoober...

- Doris Peucker -

Tervisekonverents vähipatsientidele ja nende lähedastele

**27.oktoobril kl 09.30 - 16.30 hotellis Arensburg, Lossi 15
Kuressaare. Konverents on tasuta.**

Taustinfoks: Kuigi Haigekassa ja Tervise Arengu Instituudi poolt läbiviidud uuringute andmetel on vähk peamisi surma põhjuseid Eestis, ei ole keskses tervishoiupoliitikas täna ühtegi vähispetsiifilist eesmärki, mida tahetakse saavutada.

Eestis puudub aastast 2015 riiklik vähiravi strateegia, mis hõlmaks vähiennetust, vähi varast avastamist (k.a. sõeluuringud), vähihaigete aktiivravi ning ka toetus- ja taastusravi. Eesti on seega üks väheseid riike Euroopas, kus puudub kehtiv riiklik tegevusprogramm.

Kriitilise tähtsusega on leevendus- taastus- ja järelravi kättesaadavuse parandamine, elanikkonna teavitamine sõeluuringutest, tervise säilitamise viisidest, enesekontrollist. Saare maakonnas puudub võimalus saada vähiravi, mistõttu on siinsed vähihaiged oluliselt keerulisemas seisus kui mandril elavad.

Soovime tervisekonverentsiga pöörata tähelepanu saarlastest patsientide keerulisemale olukorrale ning teavitada olemasolevatest leevendus-, taastus- ja järelravi võimalustest. Räägime nii ravist, ennetusest kui ka uuematest suundadest. 30-40% vähijuhtumitest on seotud inimese tervisekäitumisega - seega nii füüsilise ja vaimse tervisega.

Konverentsil osalemiseks on vajalik eelregistreerumine:
saare.vahiuhing@gmail.com või +372 52 03 651

MTÜ Saaremaa Vähiühing



**31.oktoobril 2018 kell 11.00 - 13.00
NÄGEMISABIVAHENDITE (ka kõnelevate abivahendite)
tutvustus ja müük**

**Saaremaa Puuetega Inimeste Kojas.
Lisainfo: Janar Vaik: 53 838 129
või Anneli Lõhmus: 56 937 084**



Projektiinfo

SPORDIPÄEV SAARE MAAKONNA PUUETEGA INIMESTELE



13. septembril kogunes Kuressaare Kesklinna staadionile rekordarv spordihuvilisi (võistlejaid oli ligi 60), oli uusi ja tugevaid osalejaid, kes varasematele võitjatele konkurentsipakkusid.



Spordialad olid kohandatud nii, et igaüks leidis endale jõukohase tegevuse - hoota kaugushüpe, kuulitõuge, pallivise, 30m jooks, kombineeritud võistlusalad jm.

Ilm oli nagu tellitult imeilus. Tegusa päeva lõpetas tublimate autasustamine ja lõunasöök Täiskasvanute Gümnaasiumi kohvikus.

Spordipäeva peakohtunikud olid Arvi Liik ja Avo Levisto, lisaks neile olid abilisena ametis Aime Nuut, Kersti Nuut, Veronica Altmäe, Marju Saar, Doris Peucker, Martin-Johannes Mikk ja Karl-Mihkel Truu.

Saaremaa PIK tänab kõiki juhendajaid ja vabatahtlikke abilisi!



Saaremaa Vaegkuuljate Ühingu suvistest tegemistest.

Saaremaa Vaegkuuljate Ühing ühendab inimesi, kes ei kuule hästi ja kasutavad kuulmise kompenseerimiseks tehnilisi abivahendeid. Ühingus on 139 liiget. Aastaringelt käiakse koos 2 - 3 korda kvartalis, põhiliselt SPI Koja saalis.

Suvekuudel oleme püüdnud organiseerida oma liikmetele harivaid õppereise ja kokkusaamisi väljaspool koja ruume - nii ka sel suvel.

16. juuni oli meil pealinnapäev - külastasime Eesti Tervishoiumuuseumi ja Tallinna Loomaaeda.

8. juulil imetlesime Saaremaa avatud aedu. Läbi sai käidud 7 aeda, üks ilusam kui teine. Kaheksas aed oli Muhus Nautse külas Matsi talus, kus lahke peremees pakkus kaasatoodud kringli kõrvale kohvi ja näitas oma koduaeda. Aitäh meie ühingu liikmele Raivo Mägile!

29. juulil kogunesime grillipeole Kellamäele, kus veetsime grillides mõnusalt aega ja nautisime kena suveilma. Tänu sõnad lahketele kutsujatele Liidia Naule ja Maret Soorskile!

14. augustil toimus ühingu poolt organiseeritud Tallinna Kuulmisrehabilitatsiooni Keskuse vastuvõtt Kuressaares, kus abi sai üle 30 inimese.

25. augustil tegime väikese tiiru kodusaarel. Külastasime Reomäe nunnakloostrit, võtsime osa talulaadast Suure Tõllu puhkekülas, uudistasime Andruse talu loomi ja valmistasime igaüks endale isikliku seebi GoodKaarma taluperenaise juhatusel.

Sügisesed tegemised toovad meid taas tuppa, uute kohtumisteni SPI Koja saalis. Jälgige teateid kohalikes lehtedes! ☺

Eda Pöld

Käisime Saaremaa Pimedate Ühingu esinaine Anneli Lõhmusega tänavu 10. veebruaril Ülo Voltril külas, eesmärgiga kirjutada Ülo elust lugu Eesti Pimedate Liidu ajakirjale „Valguse kaja“. Ülo jutt oli pikk ja huvitav, seega avaldan selle järjeloona.

Ülo Voltri rääkis 10. veebruaril 2018

– 6. osa –

Zoja rääkis, et kui ta oli pisike plika, siis et ta elu päästa, moonutati tema sünniaastat, et saaks panna ta ametikooli riigitoidule, muidu sureb nälga ära.

10 aasta pärast aegus kriminaalasi, millega mind taheti kohtulikult süüdi mõista altkäemaksu võtmises. Siis sain tulla vabalt tagasi Eestisse, mida ka tegin koos oma perega. Vahepeal oli mind kohtu kaudu surnuks kuulutatud. Kartsin, mida prokurör Kimmel ette võtab, kui välja ilmun. Õnneks ei juhtunud midagi. Mind kuulutati jälle elavaks, sain tagasi oma õige nime.

Esiolgu sain töökoha Rakvere EPT-sse tiseriks. Aga siis Rakvere EPT jurist suri ära ja oli vaja uut juristi. Rääkisin siis EPT juhatajale, et mul olid ka kunagi need paberid olemas. – Mis! Oli vä? – Nojah. – Häh, siis hakka pihta kohe homme! Novot, niiviisi sai minust jälle jurist.

Sain korteri, korraliku, naine sai töökoha, korraliku. Kõik oli nagu korras, aga ikkagi see klassivahe eestlaste ja venelaste vahel oli liiga ületamatu, raskusi täis. Naine oli mul ju venelanna. Ja mitte tavaline venelane vaid pärapõrgust. Omavahel ei olnud meil häda midagi. Ainukene viga, et tal hakkasid närvid üles ütleva. Ja ta lõpetas oma elu vaimuhaiglas. Eks seal oli kindlasti suur osa sõja ajal läbielatud.

Ja kuidas sa Saaremaale sattusid?

See oli niiviisi.

Oma praeguse abikaasa Helgaga tutvusime me 50.-ndatel. Esimest korda kohtusime Tallinnas. Mina olin prokuratuuris uurijaks, tema oli mingisugusel kursusel. Ja hakkasime juttu ajama söögilauas ja nii see läks. Väga lahke inimene. Olin siis 30 millegagi. Aga see jäi kõik siis pooleli. Sest nagu ta hiljem on pihtinud, et tema kartis, et meie vahe on liiga suur – tema on lihtne poemüüja ja mina olen ikkagi prokurör. Ei kõlba.

No ja siis ükskord jälle saime juhuslikult kokku Venemaa sanatooriumis. Ja kui ma Siberist tagasi olin, siis olin ma kord Väike-Maarjas pulmas ja Helga oli ka seal.

Kuid kulus veel kümmekond aastat. Lahutasin Zojast.

järgneb

Koja info

Kuulmisnõustaja vastuvõtt SPIK ruumes neljap. kl 13–15 ja reedel kl 11–13
Samadel nädalapäevadel ja kellaaegadel konsultatsioon telefonil 45 55 697

INVABUSS ETTETELLIMISEL (võimalusel 2 tööpäeva)

**Tellimusi võtab vastu dispetšer Lea Kruusmägi mob.: 58 242 318 või
tööpäeviti kell 10.00-15.00 ka lauatelefonil 45 55 697.**

Lisaks saab tellimusi esitada SPIK e-mail: saarekoda@gmail.com

Hind: Invabussi tellimine kuni 20 km (kilometraaž arvestatud algpunktist
algpunkti) 15.-, alates 20 km-st lisandub 0,50 senti km; ooteaeg 3.- 1h.
Eritingimused kokkuleppel. Lisainfo ja pildid sõiduki kohta www.saarekoda.ee

Massaaž kokkuleppel, massöör Anneli Lõhmus tel.: 56 93 70 84

Võimlemine Toomas Kasemaa juhendamisel igal esmaspäeval kell 18.00.

Kaasa võtta 3.- iga kord! See kehtib kogu 2018 võimlemispoolaasta jooksul!

MTÜ Saaremaa Vähiühingu ja Saaremaa Diabeediseltsi ühine

TEABETUBA patsientidele ja nende lähedastele

Kuressaare Haiglas Aia 25, 1. korrusel, kab. nr. B 1702

AVATUD:

T 9.00–12.00 Saaremaa Vähiühing - 58 855 235, saare.vahiuhing@gmail.com

N 10.00–12.00 Saaremaa Diabeediselts - 52 86 475, saare.diabeet@online.ee

Igal teisipäeval kl 15.00–16.00 Saaremaa Vähiühingu korraldatud **LIKUMISTUND**
füsioterapeut Raili (Kuressaare Haiglast) juhendamisel. Ootame osalejaid!

Kliendiga kokkuleppel võtab Saaremaa PIK-is vastu juriidiline nõustaja.

Eelregistreerimine tel. 60 15 122 või 53 85 00 05 (SMS).

Loe lähemalt Saarekoda nr.100 lk. 4

10.10 kell 13.00 Töötukassa teabepäev teenustest puuetega inimestele

19.10 kell 11.00 Saaremaa Pimedate Ühingu üldkoosolek

20.10 kell 11.00-13.00 Saaremaa Vaegkuuljate Ühingu kokkusaamine

27.10 kell 9.30 - 16.30 Konverents „Vähipatsientidele ja nende lähedastele“
hotellis Arensburg, Lossi 15 Kuressaare. Konverents on tasuta. *MTÜ Saaremaa Vähiühing*

31.10 kell 11.00-13.00 Nägemisabivahendite tutvustus ja müük



Saaremaa Puuetega Inimeste Koda

Pikk 39, Kuressaare

E – R 10.00 – 15.00

tel.: 45 55 697, 45 33 260

email: saarekoda@gmail.com koduleht: www.saarekoda.ee