



MTÜ Saaremaa Puuetega Inimeste Koda

Saarekoda

Ajaleht ilmub iga kuu 5. kuupäeval

Nr. 14

Märts 2010

❄ **Kallis sõber!**

Kas oled endale juba hankinud kõrge säärega kummikud? Usu mind – varsti läheb Sul neid hädasti vaja. Kui kogu see lumi sulama hakkab, siis saab vast nalja!

Igatahes on linnud juba ootusärevuses ja hõiskavad rõõmust peatselt saabuva kevade üle. Hõiskan minagi, sest tõele au andes – eks see pikk talv ikka väsitab ka.

Kuid pole viga, päike sulatas juba ära jääpurika, mis minu rõdu laepraost väljaturritava rohututi otsa tekkinud oli ja mis mind mitu nädalat tuules kõlkudes lõbustada jõudis – järelkult pole soojad ilmad enam kaugel.

Loomulikult tuleb valmis olla ka märtsikuisteks külmakraadideks ja tuisuhoogudeks, sest ega talv oma valitsusaega kergelt loovutada raatsi. Aga ega siis kogu aeg tuiska! Nii et püüa hetki, mil päike Sind üha soojemalt paitab, ning naudi lindude imekaunist sädinat. Tasapisi sulavad hangedki väiksemaks ja siis võib juba ka esimesi lumikellukesi leida.



Pealegi, kalendris on kirjas, et
20.märtsil kl 19³² algab kevad ja
28.märtsi hommikul kl 3⁰⁰ läheme kõik rõõmsalt üle SUVEAJALE!

Kasulik info

Rehabilitatsioonitoetust makstakse 16-65-aastasele puudega inimesele aktiivseks rehabilitatsiooniks sotsiaalministri poolt määratud rehabilitatsiooniasutustes.

Rehabilitatsioonitoetust makstakse tegelike rehabilitatsioonikulude osaliseks hüvitamiseks kuni 200% sotsiaaltoetuste määrast kalendriaasta jooksul (800 krooni, millest omaosalus inimesele on 1%, st 8.-EEK).

Saaremaa PIK teeb koostööd Saaremaa SPA Hotellide ketiga, kes pakkus toetuse kasutamiseks välja kaks paketti.

1. SPIK ravipakett, mis sisaldab 6 terviseprotseduuri paketisisesest valikust (v.a. massaaž) ja 5 buffet-õhtusööki.
2. Ravipakett SPIK - ainult ambulatoorsetele klientidele – mis sisaldab 8 terviseprotseduuri paketisisesest valikust kliendi valikul.

Ravipakette on võimalik saada ainult pensioniametist saadud garantiikirja alusel, mille peab tooma Saaremaa Puuetega Inimeste Kotta.



Abipalve

2010. a. jaanuaris inspekteeris Lääne-Eesti Päästkeskus teiste seas ka Saaremaa Pimedate Ühingu ruume. Kontrolli käigus selgus, et ühingu tööruumides paiknev ahi on pragunenud ja küttekolde kivid varisemisohus (praeguseks langes ahju lagi täielikult sisse). Päästeamet keelas kategooriliselt ahju kütmise.

Ühingus on aktiivselt tegevad 58 liiget, kellest 10 inimest töötab majas iga päev (vitspunutised, harjatöö, pimedatele heliraamatute laenutamine ja kuulamishommikud). Seega on ohus 10 nägemispuudega ja pimedate inimese töökohad, kes on sunnitud kütmisvõimaluse puudumise tõttu koju jääma. Oleme väga mures ja õnnetud ning püüame leida häid inimesi, kes oleksid valmis meid aitama.

Probleemist on teadlik ka Saare maavanem, kes kuulutas välja abistamiskampaania. Kahjuks tulemusteta. 27.02.2010 ilmus vastavasisuline info ka ajalehes „Meie Maa“.

Praeguse hetkeseisuga on meid juba toetanud **Alver Sagur, Sven Lennart Alpstäl, Urve Vakker, Toomas Kasemaa** ja **KG 12c klassi õpilased**. Lubaduse toetuse saamiseks on andnud **Wienerberger AS** ja **Kuressaare Linnavalitsus**.

Kuna oleme jätkuvalt hädas, palume kõigi heade inimeste abi ahju ehitamiseks vajamineva summa kogumisel.

Saaremaa Pimedate Ühingu **a/a 221033647853 Swedbank**.

Saaremaa nägemispuudega ja pimedate inimeste nimel SPÜ juhatus
Anneli Lõhmus, Marju Saar, Marje Haller, Mati Peling



OMALOOMINGUKONKURSIL OSALENUD TÖÖ

Sügis 65 aastat tagasi

Meida Kukk

2009

Teine osa

Esiialgu viidi meid Vindavi (praegune Ventspils), sealt edasi ilmatu suure laevaga Danzigi (Gdansk). Järgmise selle laeva reisi ajal pommitasid vene lennukid selle laeva põlema. Edasi viidi meid rongiga Rügeni saarele laagrisse. Oli mingi suur kivimaja, meid oli 40 sõrulast ühes ruumis. Magasime põrandal põhus. Tuba oli külm, puid polnud. Süüa sai oi kui vähe, leiba tuli sentimeetri rihmaga mõõta, kui oli toidupäev. Suppi tuli endal keeta mingis suures katlas, kus mõni kartul, tangutera ka, see oli, nagu mu vanaema hiljem ütles, „nagu varese silmapesu vesi“. Mehi meie laagris peale ühe vanamehe ja mõne poisikese polnud, mehed olid juba varem sõtta võetud.

Saksamaal sai ka kerjamas käidud – süüa ei olnud, isegi soola mitte, millest sai teha soolvett, kuhu kartul (kui oli) sisse kasteti. Mõnest saksa perest ikka midagi anti – kas leiba või kartuleid.

Tööealised aeti mõisapõllule tööle – istutama ja rohima. Aga süüa mõisast ei antud.

Ootasime pikisilmi vene vägede saabumist – see tähendas ju koju naasmist. 7.mai oli ärev päev – sakslased panid valged linad akendest välja, poolakatest mõisamoonakad käisid uhkelt ringi – uued riided seljas, valged mütsid peas. Öhtu eel nad saabusid – õnneks sakslane enam vastupanu ei osutanud. Vene sõjavägi asutas end meie laagri lähedale metsa, neilt saime ka veidi toitu.

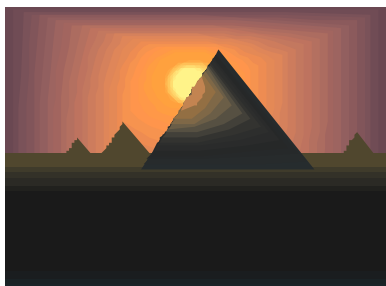
Täpset aega ei mäleta, kui saime lõpuks hakata koju sõitma, tean, et oli juunikuu. Kahjuks olid raudteed purustatud, näiteks Stralsundi silla all seisis meie vagun kuu aega. Kui vene sõjavägi juhtus teisel raudteel vastu tulema ja meie juures peatus, saime nende käest suppi ja mõni ka leiba, kuid seda juhtus harva. Et lapsi näljasurmast päästa, müüs ema oma kuldkäekella (mille isa talle kihlusepäeval kinkis) vene ohvitserile 10 pätsi leiva eest maha.

Lõpuks jõudsimme Virtsu, seal olid inimesed rongi vastas, kes otsisid omakseid. Nii viis üks naine meid oma koju sööma ja kannuga anti veel suppi kaasa.

Kuressaarde jõudes pandi meid kuuks ajaks karantiini, riided olid kuumutamisel pruuniks kõrbenud.

järgneb...

Egiptuse hõng SPI Kojas



18.veebruari õhtul tähistati SPI Kojas sõbrapäeva. Kohvikustilis kujundatud saali täitis magus aroom, pilku püüdsid eksootilised puust, kipsist, papüürusest, oonüksist, pronksist, kullast jms nipsasjakesed, pildid, sallid, vaibad. Põrandal uhkeldas päris ehtne vesipiip. Idamaise muusika saatel astusid saali galabeya'sid – traditsioonilisi

maaniulatuvaid rüüsid – ja tüüpilisi peakatteid kandvad „egiptlane“ ja „egiptlanna“, tervitasid „kohvikulisi“ araabia keeles ning pakkusid kõigile alustuseks ümmarguselt käsitööna valminud pronkslaualt hibiskuseteed.

SPI Kojal on heaks tavaks, et sõbrapäeval kutsutakse külla mõni huvitav inimene, kel on midagi põnevat teistega jagada. Seekord oli külaliseks Andres Hanso, kes juba kaheksa korda Egiptuses käinud ja seal mõne aasta lausa töötanud. Andrese sõnul on Egiptus saanud talle lausa teiseks koduks.

Kogu programm oli suurepäraselt läbi mõeldud ning põhjalikult ette valmistatud. Egiptust sai kuulda – nii muusikas kui kirjeldusena; Egiptust võis näha slaidiõuna, seinale kinnitatud kaardil, kõigis külaliste kaasatoodud esemeis, sh hiiglaslikus teokarbis, tillukestes kõrvitsalistes ja pisikeses araabiakeelses koraanis; Egiptust sai oma käega katsuda, sest



kõik esemed käisid „kohvikus“ käest kätte, soovi korral tohtis kõrvitsalistest valmistatud ravisalvi endale ka peale määrada; Egiptust võis isegi nuusutada – külalistel olid kaasas ka Egiptuses valmistatud väga kvaliteetsed ja täiesti looduslikud lõhnaõlid (neid ostavad Pariisi kuulsad lõhnameistrid oma üüratu

kallite lõhnaõlide algmaterjaliks), mida külaliste lahkkel loal endale

tilgakese randmele tupsutasime. Ka vesipiip polnud ainult ilu pärast ühes võetud, kes tahtis, sai teada, kuidas mekib läbi vesipiibu torude tõmmatud õunatubakas.

Andres Hanso jutustas Egiptusest, selle minevikust ja tänapäevast nii kaasakiskuvalt, slaidišõu ja kõik muu sinna juurde kuuluv oli nii elav ja põnev, et aeg kadus kuidagi eriti kiiresti kuhugi ära ja õhtu lõppedes jäi mulje, nagu oleksime ise Egiptuses käinud. Puuetega inimesed tänavad kalleid külalisi kogu südamest selle eest, et nad suutsid Egiptust tutvustada nii vahetult ja nii mitme nurga alt ning sel moel selle tuhandete kilomeetrite kaugusel asuva maa meile nii lähedale tuua.

Minus suutis see õhtu küll reisipisiku äratada, võib-olla mõnes veel. Ja tegelikult ei olegi Egiptus ju hea tahtmise ja pisukese planeerimise puhul nii võimatult kättesaamatus kauguses, eks ole!

Gongimeditatsioon e. heliteraapia

Head alanud metalltiigriaastat, mis soosib aktiivset tegutsemist ja koostööd!

Gongimeditatsiooni mantra ongi gongi heli. Kuulates gongi helisid, tungivad need läbi kõikide keha rakkude ja kudede. Mõnikord võib see tunduda liiga võimas või hirmutav, mille tulemusena mõtted ja emotsioonid äratatakse. Kogu närvisüsteem satub tugeva surve alla, et end ümber häälestada ja ravitseda. Kui pinge kasvab väga suureks, lõõgastu



täielikult ja mine võimalikult sügavale meditatsiooni. Luba kehal ja mõistusel alistuda. Luba gongi helil kanda sind läbi hirmude. Surve tulemusena vabaneb närvisüsteemi palju haiguslikke seisundeid. Tunnetada, kuidas heli vabastab sind sinu lõpmatule identiteedile.

Kui mängid või kuuled gongi 11 minutit või kauem, ära joo midagi poole tunni jooksul peale meditatsiooni. See meditatsioon puhastab perifeersed närvi kapillaarid ja nende otsad ning muudab sind väga sensitiivseks praana liikumise ja heli tunnetuse suhtes.

Valdo Lauri
valdo@loodetalu.ee

Koja Kalender

Mis toimus

5.02 toimus Spordimälumängu teine voor, küsimuste ja tulemustega on huvilistel võimalik tutvuda SPI Kojas kodulehel www.saarekoda.ee

8.02 oli SPIK üldkogu koosolek, kus SPIK juhatuse uueks liikmeks Tiiu Randma asemel valiti SPIK sotsiaaltöötaja Juta Levin

18.02 tähistati Sõbrapäeva

23.02 esmakordselt SPI Kojas gongimeditatsioon

Mis tulekul

Igal kolmapäeval kl 18 Allergialiidu Energeetiline võimlemine

Alates 16.03 teisipäeviti kl 18 ja kl 20 gongimeditatsioon, läbi viib Valdo Lauri

5.03 kl 10 SPI Kojas võtavad vastu Gadox proteesijad

12.03 kl 19 Spordimälumängu III voor

18.03 kl 12 SPÜ ettelugemishommik, raamatuid loeb Saaremaa Rahvateatri näitleja-lavastaja Ellen Teemus

19.03 kl 11 Invaühingu üldkoosolek SPI Kojas kaminasaalis

26.03 kl 17 EPSOL kokkusaamine

30.03 kl 18 eelregistreerimisega arsti vastuvõtt Vaegkuuljate Ühingu liikmetele



8.03 Krista Rebel
Õnnitleme juubeli puhul!



Ootame kaastöid ja ettepanekuid



25.03 Inna Kask
Õnnitleme juubeli puhul!

Toimetuse info:

Doris Peucker

☎ 51 355 31

✉ doris66@hotmail.ee