



Saarekoda

Ajaleht ilmub iga kuu 5. kuupäeval

Nr. 55

Juuli 2013

Tänases lehes:

Omaloomingunäituse

üleskutse - lk. 1

Puude taga on

Inimene - lk. 2-3

Mõtelda on mõnus - lk.4

Vana mees tahab

rahu 7.osa - lk. 5

Pilte Kultuurifestivalist,

Õnnesoovid - lk.6




 Ootame kaastöid

ja ettepanekuid

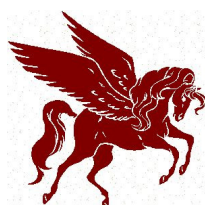


Toimetuse info:

Doris Peucker

 51 355 31

 doris66@hotmail.ee



ÜLESKUTSE!

Taas on kõigil
meeldiv võimalus
osaleda

omaloomingunäitusel.

Ootame proosat, luulet,
joonistusi, maale, fotosid,
muusikateoseid... – kõike!
Teemade ring on piiramatu!

Tähtaeg on 30. oktoober
2013. Tööd saata SPI Kojas
aadressil: Pikk 39, 93812
Kuressaare või e-mailile:
saarekoda@hotmail.ee.

Kirjutised avaldame meie
ajalehes ja kodulehel,
kunstiteoseid ja käsitöid saab
imetleda näitusel SPI Kojas.



Puude taga on inimene



7. ja 8. juunil toimus Tallinna Lauluväljakul koguperefestival „Puude taga on inimene“, mida siinkirjutaja külastas.

Idee autor Sülvi Sarapuu sõnul tekkis mõte korraldada selline koguperefestival Soome sarnaste festivalide eeskujul. „Need on toredad rahvapeod, kus on mõeldud võimalikult laia publiku heaolule ja ligipääsule; kus kultuur on kättesaadav kõigile – seda eriliselt rõhutamata. Kui kahe aasta

eest Eestis mõttekaaslaseni otsima asusin, jõudsin peagi üllatava äratundmiseni: neid suurepäraseid inimesi, kes tahaks kord siingi korraldada peo, kus kõigil on hea olla, on nii palju,“ ütles Sarapuu.

Koguperepeol olid omad siirad ja südamlikud maskotid, Pehmikud, kelle on välja mõelnud kunstnik Okeiko ehk Annika Maior. Kes nad siis õigupoolest on? Ehk õde-venda, ehk sõbrad või kaasteelised. Aga võib-olla on nad meie südame salasoppides elavad Emotsioonid. Seda teame kohe kindlasti, et nad on lahked, naerusuised ja maailmast hoolivad tegelased, kes aitavad üksteisel – ja kõigil teistel – puude taga inimest märgata.



Siinkirjutaja jõudis lauluväljakule esimese päeva õhtul peale seitset, kuna muud toimetused ei andnud varem võimalust. Pealaval esines Vaiko Eplik koos ansambliga Eliit, muud tegevused olid selleks päevaks lõppenud. Avatud oli veel käsitöömüügi telk ja infolauad järgmistele ühendustele: [Abivahendikeskus Silmalaegas](#), [Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskus](#), [Eesti Autismiühing](#), [Eesti Erinoorsootöö Ühing noOR](#), [Eesti Kurtide Liit](#), [Eesti Liikumispuudega Inimeste Liit](#), [Eesti Pimedate Liit](#), [Eesti Pimemassööride Ühing](#), [Eesti Pimedate Raamatukogu](#), [Eesti Pimekurtide Tugiliit](#), [Eesti Psoriaasiliit](#), [Eesti Puuetega Inimeste Koda](#), [Eesti Reumaliit](#), [Eesti Sclerosis Multiplexi Ühing](#), [Eesti Vaegkuuljate Liit](#), [Eesti Vaimupuudega Inimeste Tugiliit](#), [EIT Tugiliisu](#), [Tallinna ja Harjumaa Autismiühing](#), [MTÜ Glint](#), [MTÜ Kakora](#), [MTÜ Pimedate Töökeskus Hariner](#), [MTÜ THINK Eesti](#), [MTÜ Vaimupuu](#), Nägemispuudega Inimeste Keskliit, [Põhja-Eesti Pimedate Ühing](#), [SA Archimedes Euroopa Noored Eesti büroo](#), [SA Eesti Agrenska Fond](#), [SA Juht- ja Abikoerte Kool](#), [Vahtra tugikeskus](#).

Sellel infolaual oli märkimisväärselt huvitavaid näidiseid ja informatsiooni. Sellele vaatamata, ei täitnud see aega Siiri Sisaski kontserdini. Korraldajate

näpukas oli tugev tunnine tühimik tegevustes, mis peletas paljud külastajad, ka mind.

Teine päev algas kell 11.00

Varase ärkamise järel olin Pirital juba kümnest, lootuses varem sisse saada. Kuid väravas seisis tõeline pedant, sisse hakati laskma pigem 11.02 kui 10.58, see kehtis nii bussidega kaugemalt saabunute, nii ratastooli kui ka kahte karku kasutavatele, rääkimata kurtidest või pimedatest inimestest. Minul möödus see tund ootamist suhteliselt kiiresti, mööda Pirita kergliiklusteed jalutades ning merd ja inimesi jälgides.

Väravast sisse saades olin kui kits mitme heinakuhja vahel, tegutsemise variante oli nii palju. Esimese asjana ostsin toetajapileti (üritus ise oli tasuta). Edasi viisid jalad suurde meisterdustelki, kus oli võimalik voltida paberist kinkekott, kokku panna pimepuslet, varvastega joonistada ja palju muud. Viie erineva tegevuse läbimisel anti võimalus oma nimi pimekirjas puuklotsile kõrvetada. Telgi kõrval olid huvilistele ratastoolid proovisõiduks. Edasi siirdusin spordi alale, kus pidi algama ratastooli saalihoki soojendus ning pärast ka võistlus. Saalihokile järgnes ratastoolitennis demonstratsioonesinemisega, millest võtsid osa jalgpallur Mart Poom koos ühe ratastooli kasutajaga versus sotsiaalminister Taavi Rõivas teise ratastooli kasutajaga. Vahetult enne minu lahkumist (plaan oli õhtuks Saaremaale jõuda) hakati mängima mängu nimega BOCCIA.

Boccia on itaalia päritoluga pallimäng, mis meenutab petangi. Bocciat mängitakse nii sise- kui ka välistingimustes. Välisväljakul kasutatakse plastikpalle, siseväljakutel nahkpalle. Väljaku mänguala suurus on 6×10 meetrit. Bocciat mängitakse võistkondliku ja individuaalmänguna. Võistkonnas on 3 mängijat. Mängu ideeks on saada oma pallid lähemale märkpallile kui vastased. Boccia on mäng, mida saavad mängida kõik, ka väga raske puudega ja eakad inimesed. Paraolümpiamängudel on see ala kõige raskema puudega sportlastele, kes kasutavad palli liikuma panemiseks ka renne ning võivad mängida isegi ainult lõuaga. Oluline selles mängus on täpsus ja keskendumine.

Tegemist ja vaatamist oli palju ja väga paljud asjad jäid nägemata. Pealaval esines pidevalt keegi. Laste alas olid veel puutekotid (kompamise teel tuli koti sisu ära arvata), tule kustutamine, akudrelliga kruvide sisse keeramine aja peale (arvestati erinevaid vanusegrupe), tsirkusegrupp ja tantsutüdrukud. Liiklusohutuse stendis oli võimalik proovida autoga üle katuse keerlemist ja kummuli autost välja ronimist ning mõnekilomeetrise tunnikiirusega vastu seina sõitmist. Lisaks võis proovida 0,6 promilli ja 1,2 promilli jäljendavaid prille. Kohapeal sai süüa, juua ja maiustusi, neid küll oma raha eest.

Kokkuvõtteks võib öelda, et üritus oli väga tore ja tasuks järgimist ka Saaremaal. Lisainfot saab Eesti Puuetega Inimeste Koja kodulehelt.

Siin meenutus Folie etendusest 8.juunil perepeol "Puude taga on inimene"
<http://www.youtube.com/watch?v=xQEZHAMBzBo&feature=youtu.be>

Harri Hansen, Saaremaa vaegkuulja.





Psühholoogi nurk:

Mõtelda on mõnus!

Teadlased on tõestanud, et inimene mõtleb 60 000 - 80 000 mõtet päevas – mõned neist on hetkelised „vilksatused“ peas, teised mõtted on pikemad ja võivad korduda. Mõnel meie mõttest on kalduvus isegi „punuda pesa“ meie pähe ja nad püsivad seal pidevalt. 21. sajandi psühholoogia ja kvantfüüsika uurimused väidavad, et meie mõtetel on võime luua meie elusündmused. Kõik, millele me oma mõtted suuname, saab jõudu ning on meie soovide ja unistuste täitumise aluseks.

Nii on positiivsel mõttel ja tänutundel üllatavalt suur energia, mis annab edasiviiva jõu meie igapäevases elus ja vabastab negatiivsest.

Ja vastupidi: mida negatiivsemalt mõtled, seda halvemini ennast tunned!

Siiski tuleb elus ette hetki, kui tunned, et oled ärevil või õnnetu, ja kurvad mõtted või isegi suured hirmud kimbutavad Sind lakkamatult.

Sel hetkel on kindlasti vaja hoida positiivsed ja negatiivsed mõtted tasakaalus – selleks

- Hinda olukorda võimalikult realselt vastates järgmistele küsimustele:
 1. Kas olukord on ikka nii halb, kui Sulle tundub?
 2. Mis on kõige halvem, mis võib juhtuda?
 3. Mis on parem, mis võib juhtuda?
 4. Kas on ka midagi head sellise olukorra juures?
 5. Kas selline olukord on esmakordne või on ka varem nii juhtunud?
 6. Mida saad ette võtta olukorra lahendamiseks?

Kui üksinda neile küsimustele vastust ei leia, siis otsi kindlasti abi! Pea meeles, et Sa ei ole üksi – alati on võimalus kellelegi oma murest rääkida!

Järgmisel korral jagan Sinuga teadmisi mõttevigadest, mida me kõik võime endale elu jooksul tekitada ☺

Lõpetuseks aga Hando Runneli luuletekst:

**Mõtelda on mõnus,
rääkida on raskem,
ärgem sellepärast
pääd veel norgu laskem!**

Häid mõtteid suvesse soovib Veronika

Tähelepanu!

Alates 1. juulist osutame kuulmisnõustamise teenust 2 korda nädalas - neljapäeviti kl 13 – 15 ja reedeti kl 11 – 13

Saaremaa PIK majas aadressil Pikk 39, ka suveperioodil.

Samadel nädalapäevadel ja kellaaegadel on võimalik saada konsultatsiooni telefonil 45 55697.



Vana mees tahab rahu

Ülo Voltri mõtisklusi

7.osa

Jälle Avo tundis, et ta vajub ära – uni tikub kallale...

Mida Avo oligi Elo eest varjata. Nüüd, kui ta selle aasta esimesel tõesti soojal kevadehommikul siin sirelipõõsa juures aiatoolis mugavalt aega veetis, jõudis ta tõesti veendumusele, et ta tegelikult polnud kunagi tahtnud salata või varjata, et ta oli üles kasvatanud poja, kes pärast kooli oli kolinud oma juudi soost vanavanemate juurde, sest ta tegelik ema oli ta tegeliku isa näo ära rikkunud ja enda närvid krussi keeranud.

Nüüd oli sellest noormehest meedik sirgunud ja näe, Leningradist meie pealinna tööle tulnud. Ehk nüüd nädala lõpul leiab ta aega, kui Avo tagasi tuleb, koos temaga paariks päevaks neile külla tulla.

Hea oli siin tukkuda ja omi mõtteid mõlgutada. Kuid korraga Avole näis, et ta kuuleb toast imelikke hääli. Jah, see ei saanud olla keegi teine kui ta tütar Juta. Millal Juta oma autoga ette oli vuranud, seda Avo ei olnud märganud.

Kuid siis oli kuulda üht tuttavat mehehäält. See ei saanud kuidagi võimalik olla! See ei saanud olla Ivo enda hääl! Kui kahju, et ta enam üldse ei näe. Ja äkki Avo taipas, et ta ei teagi, milline Ivo tegelikult välja näeb. Kui ta nädal tagasi Ivo nägi, ei tihanud ta Ivo nägu kombata. Seda ta taipas, et Ivo on sirgunud temast pikemaks. Mäletas, et ta emaema oli viimati kiitnud, et Ivo olla kui vana Davidi teisik. Järelikult veidi tavalisest suurema ninaga, musta koheva veluuriga ja muidugi veidike põriseva r-tähega.

Ja seda häält, mis kostus nüüd tõesti päris ärkvele virgunud Avole, põristas see meesterahvas ka vähe, justkui Ivo ise sedasama r-tähte.

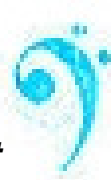
Ja siis äkki puhkes heledalt ja väga rõõmsalt ning pikalt naerma Elo ise. Millal Elo oli peenratöö lõpetanud ja tuppa teiste juurde läinud, ka see oli Avole jäänud märkamata. Kas ta tõesti oli vahepeal magama jäänud! Võimalik!

'Tere, isa!' See oli tõesti Ivo. Ei keegi muu. Ja siis haarati ta käsi tugeva mehe kätte ja järgnes tugev sõbralik käepigistus.

'Poeg, mis sa ütlesid,' küsis Avo, 'Kas su ema on ka siia tulnud?'

Ja Ivo puhkes laginal naerma ning haaras oma isal ümbert kinni. 'Isa,' hüüdis Ivo lõbusalt naerdes. 'Ma sain täna hommikul siin endale uue uhke ema. Lähme aga tuppa. Meil on aega rääkida.'

Korraga Avo tundis, et tema maailm variseb kokku. Mitte halvas mõttes. Vaid äkki ta tundis, et ta ei saa enam mitte millestki aru. Kas need kolm inimest olid jõudnud teineteist nii kiiresti leida? Kas tõesti tema Elo on tegelikkuses niivõrd suure südamega, kas ta tütar Juta on leidnud endale venna? Kas Ivo on tõesti tema, Avo, lihane poeg? Küllap vist! Lõpp



**Pildikesi ans. Viu esinemisest
15. ja 16. juunil toimunud
Vabariiklikul Puuetega Inimeste XVIII Kultuurifestivalil Viljandis:**



*09. juulil Kai Rannastu,
rehabilitatsiooni spetsialist -
Õnnitleme sünnipäeva puhul!*

