



Saarekoda

Ajaleht ilmub iga kuu 5. kuupäeval

Nr. 67

Juuli 2014

Meil tuleb hoida teineteist ka aastal kaks null neliteist.

Tänases lehes:

Sõnum toimetajalt - lk. 1

Toitumisnõuanded - lk. 2

Viu tegemised - lk. 3

Suvepäeva laul - lk. 4

Punamütsike - lk. 5

Omaloomingunäitus,

Naljanurk, Koja kalender,

Õnnesoov - lk. 6



Loe ajalehte „Saarekoda“

SPIK kodulehel:

www.saarekoda.ee



Ootame kaastöid

ja ettepanekuid



Toimetuse info:

Doris Peucker

51 355 31

doris66@hotmail.ee



„Puudega lilled“

Saaremaa Puuetega Inimeste Koja õuel

Armas Sõber!

Tõeline ilu peitub lihtsuses, nagu ülalolevalt pildilt ise näha võid. Ja mis peamine – meist igaühe mõtetest võib sündida midagi imeliselt lihtsat, mis on samas LIHTSALT IMELINE!

Kahju, et oleme täiskasvanuna kaotanud oskuse unistada. Lapsena ju oskasime! Nüüd oleme pragmaatilised ja asjalikud täiskasvanud. Ja ometi räägivad just unelmad meile, kes me tahame tõeliselt olla, need näitavad meile kätte meie anded, mis aitavad luua ihaldusväärse elu. Kui järgneme oma unistustele, siis käime hingeteed. Ja kõigele lisaks on unistamine lihtsalt mõnus – see aitab olla jälle lapselikult rõõmus, kerge meelega ja mängulustlik. See aitab meil luua imeliselt lihtsaid ja lihtsalt imelisi asju!

NB! Kasulik info **Toitumisnõuandeid**

Möödunud aastal toimunud koolitusel „Aita ennast ise“ tutvustas Viljandimaa Pimedate Ühingu esimees **Arvu Sarv** huvitavaid retsepte:

Imelihtne põldoapasteet

Maitseb nagu maksapasteet (mille tegemine on iseenesest lihtne), kuid tegelikult on tegemist hoopis üli-ülikiiresti valmiva oamäärdega.

Väljatulek: ca 700 g

Vaja läheb:

250 g kuivatatud põldube

150 g porgandeid

1 sibul

100 g taluvõid

soola, pipart, suhkrut

Valmistamine:

Leota ube üleöö vees. Seejärel keeda vees pehmeks. Keemise lõpu poole lisa sool (tänu soola lisamisele lõpu poole keevad kestad ilusti pehmeks).

Keeda porgandid pehmeks.

Sibul hakkida ning kuumutada pannil õlis klaasjaks.

Pane kõik ained (kaasa arvatud või) köögikombaini (võid kasutada ka saumikserit) ning mikserda kõik ained ühtlaselt purustatud massiks.

Maitsesta soola, pipra ja suhkruga.

Pasteet valgetest ubadest

Eriti lihtne, kiire ja toitev võileivamääre. Pasteeti võid vürtsitada vastavalt oma maitsele, lisades erinevaid ürte ja maitseaineid. Selle retsepti järgi tuleb pasteet selline mahe ja kergelt sidrunilise mekiga.

Vaja läheb:

• purk valgeid ube

• pöidlaotsa suurune tükike sidrunit koos koorega

• näpuotsaga soola ja pipart

• 1 spl oliiviõli

Erinevaid maitseid saab anda maitseainete lisamisega, näiteks: chilli, küüslauk, ingver, sibul, basiilik jt. Lisada püreestamise käigus, ka maitset hinnata püreestamise käigus.

Valmistamine:

Purusta saumikseriga tükike sidrunit. Lisa sinna juurde kurnatud ja läbi loputatud oad. Purusta seni, kuni tekib ühtlane pasteet.

Kraabi pasteet kausikesse, lisa natuke soola, pipart ja oliiviõli ning sega kõik hoolikalt läbi.

Viu suvehaku tegemised

31. mail esines SPIK ansambel „Viu“ Randveres tegutseva naisansambli „Ergud“ 3. sünnipäevapeol Randvere vanas koolimajas.



7. ja 8. juunil osales ansambel „Viu“ Viljandi Kultuurifestivalil kavaga „Õige õnn jõuab lõpuks kõigi õuele“, mis tunnistati teise auhinna vääriliseks.



22. juunil esines ansambel „Viu“ kapell Elme mõisapargis toimunud jaanitulel.



Infolehe väljaandmist finantseerib
Saaremaa Puuetega Inimeste Koda

10.juulil toimub Lääne-Eesti nägemispuudega inimeste suvekool Elme mõisapargis

Suvepäeva laul

1. Me tublisti tööd rügame - ikka aastaringi.
Ei lulli löö, ei maga me - lõbu mitte mingit!
Kui suvel kokku tuleme - hoidke piip ja prillid!
Siis lulli lööme ja laulame, siis mängime, siis tantsime.
Kes iganes oled, sul hüüame: Tere tulemast Elme mõisa - ahoi!

Refr.: Jah, suvi on käes, meil tuju on hea.
Ei suvest me midagi paremat tea.
Kes lustida tahab ja suhelda ka -
seda kõike siin Elme maal kuhjaga saab!
2. Nüüd püsti tõusku pärnakad - Hõissa ja hõissa!
Te mõnusad ja särtsakad - Hõissa ja hõissa!
Mis rõõm, et siia tõi teid praam - Hõissa ja hõissa!
Nüüd lulli lööme ja laulame, nüüd mängime, nüüd tantsime.
Kui pärnakas oled, sul hüüame: Tere tulemast Elme mõisa - ahoi!
3. Nüüd tõusku sõbrad Haapsalust - Hõissa ja hõissa!
Teid tunda lausa rõõm ja lust - Hõissa ja hõissa!
Teid siia ootasime just - Hõissa ja hõissa!
Nüüd lulli lööme ja laulame, nüüd mängime, nüüd tantsime.
Kui Haapsalust oled, sul hüüame: Tere tulemast Elme mõisa - ahoi!
4. Ja lõpuks tõusku saarlased - Hõissa ja hõissa!
Oh heldus, küll on kanged need - Hõissa ja hõissa!
Kui hea, et lõpuks jõudsite - Hõissa ja hõissa!
Nüüd lulli lööme ja laulame, nüüd mängime, nüüd tantsime.
Kui saarlane oled, sul hüüame: Tere tulemast Elme mõisa - ahoi!
5. Ma lõbus mITTenägija - Hõissa ja hõissa!
Kuid lustilise puudega - Hõissa ja hõissa!
Ma võtan elu mõnuga - Hõissa ja hõissa!
Nüüd lulli löön ja laulan ma, nüüd mängin ma, nüüd tantsin ma.
Kui sul nägemispuue, sul hüüan ma: Tere tulemast Elme mõisa - ahoi!

Juriidiline Punamütsike

Jurist loeb oma lapsele Punamütsikese lugu:

Käesolevaga edastame Teile informatsiooni juhtumist seoses eelkooliealise alaealisega, keda vastavalt kohalikule tavale nimetatakse tema ebatüüpilise peakatte tõttu Punamütsikeseks.

Eelnimetatud Punamütsikese emale toimetati kätte lihtkiri tema emalt, millega viimane teatas enda haigestumisest ja hooldusvajadusest, mille põhjal Punamütsikese ema otsustas oma emale kätte toimetada saadetise, mis sisaldas toiduaineid ja ravimeid.

Enne saadetise kättetoimetamise alustamist keelati Punamütsikesel tema ema poolt lapsevanema õigustele toetudes kõrvale kaldumine saadetise kättetoimetamiseks kasutatavalt jalgteelt.

Jalgteel astus Punamütsikesega kontakti looduses vabalt elav metsloom, kes kallutas teda ema poolt rakendatud keeldu otseselt rikkuma, mahitades teda metsasaaduste korjamisele.

Uluk nõudis Punamütsikeselt õigusvastaselt selgitusi temal kaasas oleva toidu veoks kohandatud kandevahendi sisu kohta ja tegi Punamütsikest küsitledes kindlaks tema vanaema alalise elukoha.

Toidunappuse tõttu sisenes uluk seepeale identiteedipettust kasutades vanaema eluruumidesse ja neelas eelnimetatud haiguse tõttu liikumisvõimetu isiku alla tahtlusega ta ära seedida.

Punamütsikese jõudmisel vanaema eluruumi sooritas uluk taas identiteedipettuse, esinedes seekord vanaemana, ning pani seejärel toime teistkordse allaneelamise, luues niiviisi teobjekti paljususe.

Elamu vahetus läheduses viibinud jahipidamisõigust omav isik sisenes ehitisse ehitisest kuulnud ebahariliku heli peale, tehes kindlaks heli pärinemise ulukist.

Jahipidamisõigust omav isik tulistas ulukit registreeritud tulirelvast tiheasustusalale tunginud uluki surmamiseks sätestatud korras.

Surmatud uluki ebatavaline välimus andis alust arvata, et selle sees võib leiduda inimmaterjali. Selle kindlaks tegemise eesmärgil avas jahipidamisõigust omav isik torkelõikerelva abil surmatud uluki kõhuõõne, misjärel pääses sealt välja veel elusolev Punamütsike, samuti eelnimetatu vanaema, samuti veel elusolev.

Kui asjassepuutuvate isikute kohta ei ole välja antud arstlikku surmatõendit ega koostatud surmaakti perekonnaseisuameti poolt, tuleb eeldada nende elusolekut ka käesoleva ettekande koostamise hetkel.



Siinkohal on paslik selle vana muinasjutu uudse tõlgenduse meeleolus, mis ehk ärgitas nii mõnegi fantaasiat lendama, esitada meeldetuletuseks järgmisel leheküljel olev:



ÜLESKUTSE!

Taas on kõigil meeldiv võimalus osaleda **omaloomingu näitusel**.

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

Tähtaeg on 31. oktoober 2014. Tööd saata SPI Koja 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.



NALJANURK

TÄHTKUJUDE TÖÖSTIIL:

Mitu Vähki on vaja elektripirni vahetamiseks?

– Üks, kuid ta võtab kindlasti kellegi appi.



Välismaalasest kliendil ja teenindajal tekkis kord keelebarjäär. Klient küsis toodet, aga teenindaja ei saanud aru. Kui klient hakkas saalis tibutantsu tegema, siis juhatas ta kliendi munariiu juurde ja selgus, et täpselt seda vaja oligi.



Koja Kalender

**Kuulmisnõustaja vastuvõtt SPIK ruumes
neljapäeviti kell 13 – 15 ja reedeti kell 11 – 13**

Samadel nädalapäevadel ja kellaaegadel konsultatsioon telefonil 45 55697

NB! TÄHELEPANU VÄHIÜHINGU INFOTUNNIST HUVITATUTELE!

Seoses suvepuhkustega peatab MTÜ Saaremaa Vähiühing oma esmaspäevased infotunnid, et sügisel taas alustada. Samas on jätkuvalt võimalus saada abi ja nõu telefoni teel.

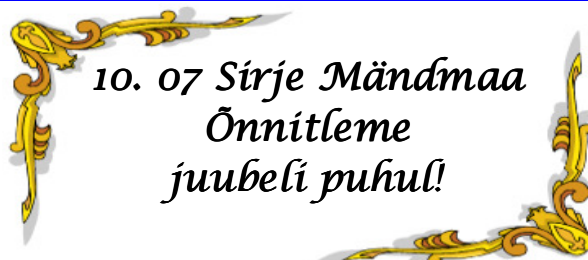
Tel.: 54512202 Kairit; 5105752 Viivian

JUULI

10.07 kl 16 Lääne-Eesti nägemispuudega inimeste suvekool

17.07 kl 11-13 Saaremaa Vaegkuuljate Ühingut külastab vaegkuuljate ühing

Haapsalust



10. 07 Sirje Mändmaa
Õnnitleme
juubeli puhul!