



# Saarekoda

Ajaleht ilmub iga kuu 5. kuupäeval

Nr. 83

November 2015

*Nüüd käes on aasta kaks null viisteist - veel rohkem armastagem üksteist. Koos saame üle igast mäest, kui käsi kindlalt sõbra käes!*

## Tänases lehes:

Sõnum toimetajalt - lk. 1

Mis toimus oktoobris ja

novembris - lk.2 - 3

Imeline Norra, 3. - lk. 4

„Kes teab?“ - lk. 5

Koja kalender - lk. 6



Loe ajalehte „Saarekoda“

SPIK kodulehel:

[www.saarekoda.ee](http://www.saarekoda.ee)



Ootame kaastöid

ja ettepanekuid



Toimetuse info:

Doris Peucker

51 355 31

[doris66@hotmail.ee](mailto:doris66@hotmail.ee)



Muhu saarel Nautses nähtud virmalised

## **Kallis Sõber!**

Oled ehk Sinagi märganud mustavas öötaevas sähvivaid tulesid? Kui veel mitte, ole tähelepanelik – praegu on magnetormide aeg, mis ongi virmaliste tekkepõhjuseks. See on uskumatult imeline värvidemäng! Vägisi tuleb kadedus peale – kuidas küll loodus midagi nii kaunist luua oskab...

Aga Sinagi oled ju osake loodusest! Seega, mis muud – paber ja värvid kätte ning maali üles see, mida näed. Või tee nähtust foto, kasvõi iseenelele mälestuseks. Või hoopis kirjuta sellest, mida nägid. Katseta, kas oskaksid kirjeldada virmalisi inimesele, kes neid kunagi näinud ei ole – paras väljakutse, kas pole!

Ja kui pelgad, et magnetormid Sinu tervisele kuidagi pahasti mõjuvad, siis ära muretse – need lähevad mööda nagu mistahes ilm! ☺

## Mis toimus oktoobris

2. oktoobril toimus EPIF projekti „Kes teab?“ raames kogemusnõustamise koolitus, kus osales 23 inimest erinevates puuetega inimeste organisatsioonidest. Koolitus oli huvitav ja ärgitas mõtteid liikuma, kuidas ise kogemusnõustamise abil teisi aidata.



27. oktoobril osalesid Anneli Lõhmus ja Doris Peucker Saaremaa Pimedate Ühingust Eesti Pimedate Liidu korraldatud väljasõidul Peipsi äärde, kus külastasime Peipsimaa külastuskeskust, kus imetlesime sealset käsitööd ja nautisime spetsiaalselt meie tulekuks valminud sibulapirukaid. Nii mõnegi aiaväraval olev silt kutsus ostma kuulsat peipsi sibulat ja küüslauku.

Tutvusime ka vanausuliste kirikuga ja imelise Alatskivi lossiga, kus kõike, mis näha, tohtis käega katsuda, igal toolil või sohval istuda.



30. oktoobril toimus KÜSK vabaühenduste koostöövõrgustike taotlusvoorst rahastatud projekt "Koostöövõrgustiku loomine invatranspordisüsteemi väljatöötamiseks Saare maakonnas" (projekti kaasfinantseerijad: Saaremaa Omavalitsuste Liit ja Lääne-Saare vald) koostöökohtumine võrgustiku koostööpartneritega – SOL, Saare Maavalitsus, OÜ Tehtal

Arutleti teema üle, kuidas Saare maakonnas koos toimima panna invatranspordisüsteem.

- Sissejuhatus projektiteemasse
- Partnerite tutvustamine
- Koostöökäigu arutelu ja edasised kokkulepped

Koostöökohtumist kajastas ka 4.novembri „Saarte Hääl“:

<http://www.saartehaal.ee/2015/11/04/spik-loodab-luua-maakonna-invatranspordisüsteemi/>



KODANIKUÜHISKONNA TOETUSEKS



15. oktoobril tähistas Saaremaa Pimedate Ühing rahvusvahelist valge kepi päeva. Sel tähtpäeval tunnustab ühing juba viiendat aastat üht oma aktiivset liiget. Selle aasta tänukirja ja sümboolse valge kepi sai SPÜ juhatuse liige **Marju Saar** kauaaegse aktiivse osalemise eest ühingu töös. Sellise armsa sümboolse valge kepi idee autor on SPÜ juhatuse



esimees  
Anneli Lõhmus  
ja idee  
teostaja  
ühingu liige  
Mati Peling.

Piduliku päeva külaliseks oli näitleja **Andres Ots**, kes on juba aastakümneid linti lugenud raamatuid pimedatele ja vaegnägijatele.



## ***Mis toimus novembris***

2. novembril oli koostöös Töötukassaga Kohaliku Omaalgatuse Programmi poolt rahastatava projekti „**Väärtustatud mees**“ teabepäev puuetega meestele.



Teabepäeval osales 15 meest, kes jäid üritusega väga rahule.

Noppeid tagasisidelehtedelt:

### **Mis meeldis kõige enam?**

Loeng ettevõtluse alustamisest. Töötukassa inimeste selgitused. Kaitstud töö võimalus. Info oli asjalik, suhtumine heasoovlik ja soe. Andis mõtteid edasisteks tegevusteks. Teemad oli aktuaalsed ja väga vajalikud. Tundsin, et puudega inimestele hakatakse rohkem mõtlema.

### **Teemad, mida oleksid tahtnud veel kuulata?**

Ettevõtlusvormid ja nende muutumine, kas on mingeid toetusi (abi jne). Tore oleks teada saada veel teistegi inimeste kogemusi, kes ettevõtlusega on alustanud. Huvitav oleks teada, kui paljud ettevõtted Saare maakonnas võtaksid puudega inimesi tööle.



SISEMINISTERIUM

KÜSK Kodanikuühiskonna Sihtkapital

# **Imeline Norra**

3. osa

Veronika Allas

Ja jälle bussis alustame teed üha tõusvas joones mägede poole! Tunnel järgneb tunnelile, vahelduseks kaljuseinad ühel pool ja sügavad orud teisel pool.

Peale lõunat hakkavad siin-seal silma valged laigud, mille koostist õhinal arutatakse: kes teab täpselt, et need on valge graniidikivimi lademed, kes arvab, et mingi muu päikese käes pleekinud mäekivim, pakutakse ka soolavälju. Arvamuse peale, et tegemist võiks olla lumega, kaheldakse kõvasti, sest no ega me niiiii kõrgel kah ei ole.

Ja siis – peale pikka tunnelisõitu nii 5-6 km jõuame ootamatult välja tundrasse. Taimestik on kadunud, selle asemel laiutavad needsamad valged laigud ja nüüd pole kahtlustki – lumi mis lumi!

Augustikuus lumi on maas, see pole ime .....

Krapsakamad jooksevad nii 500 x 500 ruutmeetrise lumeväljani ja toovad ka teistele kaasa igilume ja jää segu. Puhub jäine tuul, temperatuur on langenud 9°C kraadini ja kõikidel on veidi kiire bussi sooja pugemisega, kuid ilmed reedavad üllatust, imestust ja elevust ning tunne on uskumatu – nagu alpinistil mäetipu vallutamise järel. Tegelikult ongi tunne, et seisad maailma katusel!

Edasi sõites ilmuvad jälle justkui muinasjutus mäed ja tee viib aina ülespoole. Näeme esimesi koski kõrgel ülevalt valge paelana allapoole laskumas. Silm justkui haarab seda ilu ja samas imestab, et kõik selle on valmistanud loodus ise inimesele vaatamiseks.

Päris enne pimedat jõuame öömajale, mida otse loomulikult otsime enne vähemalt pool tundi ja majutaja justkui imestab, et mispärast me ei suuda leida. Jälle tuleb seletada, et pakutaval infolehel on veidi teine nimi ja sildid teede ääres puuduvad.

Vaade on hingematvalt ilus – meid ümbritsevad vähese taimestikuga ja vähese lumega kaetud kõrged mäed, eemalt kandub kõrvu võimsate koskede kohinat, all laiub org!

Majades endis on jälle veidi kitsas, kuid muud võimalused olemas. Pesemas käime kõik siiski ühes kindlas toas, kuna allkorrusel saab sooja vett raha eest (10 NOK = veidi üle 1 euro).

Istumisnurk see-eest on suur, kuhu mahume kõik ära – teler on hiiglasuur. Köögis on igat sorti lauanõusid, külmkapp, pliidad jne. Rikas riik – puudust pole vaja tunda millestki!

Pikk emotsiooniderikas päev on selja taga, vajume kõik unne, sest hiljemalt kell 8 (eesti aja järgi kell 7) peame juba bussis olema. *järgneb...*

Sel aastal tähistame  
**Rahvusvahelist Puuetega Inimeste Päeva**  
**3.dets. Kuressaare Kultuurikeskuses**

Selle päeva raames on kultuurikeskuse fuajees kell 10.00 – 15.00 puuetega inimeste toodete laad, kuhu ootame kõiki tegijaid oma tehtut näitama ja müüma. Palun jagage infot oma liikmete hulgas ja registreeruge laadal osalemiseks 23.-ndaks novembriks.

3.12 kell 10.00 – 13.00 astuvad kultuurikeskuse suurel laval üles ka puuetega inimeste taidluskollektiivid. Kui soovite mõnda kultuurilist etteastet sooritada, palun andke meile teada. Teeme ise oma elu rõõmsamaks!

Päeva teises pooles kell 14.00 - 15.45 on suures saalis planeeritud foorum „Kes teab?“, kuhu ootame arutlema teema üle, kuidas puudega inimesed on kaasatud kohalikku kogukonda jm.

Täpsem info ilmub lähiajal ka ajakirjanduses.

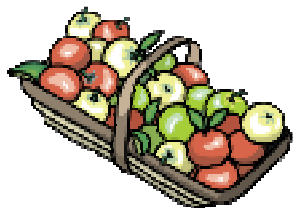
Ootame aktiivset tagasisidet osalemiseks ja häid pakkumisi ka vabatahtlike abiliste kaasamiseks.



## **Kutse tublidele meistritele!**

Olete oodatud müüma oma kauneid käsitöid, hoidiseid, juurvilju, puuvilju, luudasid, korve jm.

Saare maakonna puuetega inimeste toodete



## **Heategevuslikul laadal**

### **„Oma asi“**

## **Kuressaare kultuurikeskuses**

### **3.dets. kell 10.00 -15.00**

Oluline on, et tooted oleksid puuetega inimeste enda meisterdatud-kasvatatud. Osaleda võivad nii eraisikud kui ka ühistegijad.

Müüjatel palume kindlasti ette registreerida

23.-ndaks novembriks tel. 45 55 697 Saaremaa PIK või

53 443 692 Marju või 53 038 239 Kersti või

[saarekoda@gmail.com](mailto:saarekoda@gmail.com)

Müüjatel palume kaubaga kohale tulla 10.00 ja kindlasti teada anda, kui vajate kauba müümisel abi. MÜÜGIKOHT ON TASUTA.

## **Koja Kalender**

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

Samadel nädalapäevadel ja kellaaegadel konsultatsioon telefonil 45 55697

**Kuressaare linnavalitsus pakub puuetega inimestele tasuta ujumise võimalust treeneri juhendamisel Kuressaare Gümnaasiumi ujulas. Ujumine toimub iga kuu teisel ja neljandal laupäeval algusega kell 13.00 ehk järgmistel kuupäevadel:**



14. ja 28. novembril 2015; 12. detsembril 2015  
9. ja 23. jaanuaril 2016; 13. ja 27. veebruaril 2016  
12. ja 26. märtsil 2016; 9. ja 23. aprillil 2016; 14. ja 28. mail 2016



**07.11 kell 14 – 18 Saaremaa Reuma Ühingu kokkusaamine**

**12.11 kell 18 Kreet Rosin** ([www.teadlikareng.com](http://www.teadlikareng.com)) teemaks „**Mõtteväljade puhastamine ja koputamine**“. *MTÜ Saaremaa Vähiühingu üritus*

**16.11. kell 17.30 – 19.00** korraldab Eesti Allergialiidu Saaremaa Ühendus SPIKojas (Pikk tn.39) loengu **Töövõime reformist teemal "Kes on töötu, kes tööotsija - sotsiaalsed tagatised"**, lektoriks on töötukassa esindaja.

**Osavõtutasu 1.- eur**

**Oma osavõtust anna teada 13. novembriks e-mailiga: [janekilumets@hot.ee](mailto:janekilumets@hot.ee), telef. 5092757, või FB sõnumina. Jaga lahkelt infot!**

**17.11. kell 18.30** SPIKojas Pikk 39 **Heli Maajärve loeng "Eesmärgi püstitamine ja motivatsioon"**.

Mõned märksõnad: Mis on motivatsioon ja kuidas ennast motiveerida? Mida sa tegelikult tahad? Kuidas tunda ära õige eesmärk? 7 sammu eesmärgi püstitamiseks. Lühemad ja pikemad eesmärgid. Kuidas saada aru, et oled kohale jõudnud? Edukus ja eesmärgid.

Kes soovib põhiasju ja samme kirja panna, võiks paberi/pliatsi kaasa võtta.

**Osalustasu 4€. Infot võid jagada. Kohtumiseni!**

Mare Mägi, Tel. 52 03 541; 52 03 541; Skype: mare.magi

**20.11 on plaanis invabussi tutvustamine Orissaare ja Põide valla elanikele**

**21.11 kell 10.30 – 13.00 Saaremaa Vaegkuuljate Ühingu kokkusaamine**

**EELTEADE:**

**03.12 kell 10 – 16 Foorum „Kes teab?“ Kultuurikeskuses**

**05.12 kell 12 lümfiterapeut Anne Uuspalu. MTÜ Saaremaa Vähiühingu üritus**  
Kohtumised toimuvad Saaremaa Puuetega Inimeste Kojas.



Infolehe väljaandmist finantseerivad  
Saaremaa Puuetega Inimeste Koda  
ja Hasartmängumaksu Nõukogu

