



Hommik on jahmatamanevalt jahe.
Puud on lausa hullumeelsed.
Tantsivad poolalasti tuules
mustade siugjate puusade nõtkudes
nagu neegrid tam-tam-trummide ümber.

Loobivad maha oma viimaseid
lapselikult kirevate värvidega hilpe.
Küllap see on puude pidu
enne pikka und
valgete linade vahel.

ALEKSANDER
SUUMANN

Vanemaealiste poliitika komisjonis

Vanemaealiste poliitika komisjoni septembrikuu koosolekul oli valdavaks arutlustemaks vanemaealiste ja eakate vabatahtlik töö. Komisjoni liikmed Tiina Tambaum, Reeli Sirotkina ning Heino Hankewitz olid komisjoni aprillikoosoleku otsuse alusel kogunud andmeid Eestimaa vanemaealiste vabatahtliku tegevuse kogemuse ning mudelite kohta. Kogutud andmed ja tehtud üldistused võttis kokku komisjoni esimees Tiina Tambaum, kokkuvõttega on kõik komisjoni liikmed tutvunud.

Kokkuvõttes on tutvustatud uuringuid vabatahtliku töö kohta Eestis. Nende alusel võib üldistavalt öelda, et Eesti vanemaealised on ühiskondlikus elus teiste Euroopa riikidega võrreldes väga vähe aktiivsed, meist tahapoole jäävad vaid Poola ja Bulgaaria, ühel tasemel oleme Albaaniaga. Kõige suurem erinevus teiste Euroopa Liidu riikidega võrreldes on aga osalemises vabatahtlikus tegevuses, ja seda mõistagi meie kahjuks. Vabatahtliku tegevuse panus SKPsse on Eestis 1%, Saksamaal 2%, Soomes aga ligi 3%.

Seni on vabatahtlik tegevus Eestis olnud juhuslik, põhiliselt projektipõhine – kui lõpeb projekt, lõpeb ka vastav tegevus. Koosolekul arutati, kuidas muuta vabatahtlik töö süsteemsemaks. Süsteemi käivitamiseks on vaja leida rahastamise võimalused, see eeldab koostööd kohalike omavalitsustega. Teine võimalus oleks luua vabatahtlike keskused (nagu see on näiteks Tapal), kes tegutsevad tihedas koostöö kohaliku omavalitsusega. Sellised piirkondlikud vabatahtlike keskused korraldaksid vabatahtlike koolitamist, teavitustööd ning abistajate-abivajajate vahendamist. Uuringud on näidanud, et vanemaealised on valmis tegema vabatahtlikku tööd tunduvalt rohkem, kui neid praegu selleks rakkas on, selleks puuduvad aga võimalused - probleeme on rohkem kui rõõme, nagu koosolekul sõnastati. Samas tuleb meele pidada, et vabatahtlikud panustavad oma teadmisi ja aega, mitte aga raha.

Koosolek otsustas teha Sotsiaalministeeriumile ettepaneku määrata strateegiline partner vanemaealiste süsteemse vabatahtliku tegevuse käivitamiseks ja juurutamiseks. Komisjoni järgmisele koosolekule otsustati kutsuda Töötukassa ning KÜSKI esindajad,

et saada ülevaade nende rollist vanemaealiste vabatahtliku tegevuse edendamisel, ja rääkida koostöö võimalustest.

Sotsiaalministeeriumi analüüsi- ja statistikaosakonna nõunik Tiina Linno tutvustas Sotsiaalministeeriumi uuringut aastast 2015, mis käsitleb vanemaealiste potentsiaali tööturul ning vabatahtlikus töös. See uuring on jätk 2008. aastal tehtud uuringule, mis põhiliselt kaardistas hoolekandeteenuseid, viimase uuringu eesmärk oli hinnata sotsiaalteenuste vajadust. Järgnenud arutelus avaldati kahtlust, kas uurimuse tulemusi ikka ellu rakendatakse ning kõneldi vajadusest viia hoolekandeteenuseid ka erakätesse.

Sotsiaalministeeriumi hoolekandeteenuse osakonna nõunik Kristiina Tuisk tutvustas kokkuvõtet uut sotsiaaltranspordi teenuse kontseptsiooni. Sotsiaaltranspordi teenuseid saavad praegu sageli ka need, kes seda otseselt ei vaja – põhjuseks ühistranspordi puudumine. Sotsiaaltranspordi mahud tulevikus kasvavad, see aga nõuab ressursse, mida kohalikel omavalitsustel pakkuda pole. Sotsiaalministeeriumilt oodatav üleriiklikku lahendust, et kohalikud omavalitsused saaksid transporditeenust paremini pakkuda.

Sotsiaalministeeriumi hoolekandeteenuse osakonna peaspetsialistid Öne Liv Valberg ning Ketri Kupper tutvustasid 1. augustil Euroopa Sotsiaalfondis avatud taotlusvooru kohalikele omavalitsustele, mille eesmärk on rahastada tööturul osalemist toetavaid hoolekandeteenuseid. Siia alla kuuluvad koduteenus, isikliku abistaja teenus, tugiisikuteenus, päevahoiu- ja intervallhooldusteenus. Taotlusvoor annab tuge hoolduskoores inimestele ning erivajadustega inimestele, saamaks võimalust osaleda töölus.

Koosolek leidis, et Vanemaealiste poliitika komisjoni liikmeid võiks rohkem kasutada nõuandva häälena sotsiaalelu - teemaliste uuringute juures. Leiti ka, et Hasartmängumaksu Nõukogus tehtavate muudatuste juures peaks toetuste jagamisel rohkem arvestama vanemaealisi inimesi.

Vanemaealiste poliitika komisjon tuleb jälle kokku novembrikuus.

Väärikate Ülikooli uus õppeaasta

Tartu Ülikooli Pärnu Kolledži Väärikate Ülikool astus ellu 2010. aasta alguses, tänavusel 14. septembril tuldi kokku Pärnu Strand SPA konverentsisaali, et alustada pidulikult oma VIII õppeaastat ja kuulata Vahur Kersna esituses selle aasta esimest loengut. Kokku oli tulnud üle poole tuhande teadmisjanulist elukestva õppe esindajat. Niisamamoodi kogunevad väarikas eas õppijad uueks õppeaastaks ka Tallinnas, Tartus, Narvas, Kuressaares ja mujalgi. Kas ei ole see ilus näitaja meie üha enam meelelahutust hindavas ühiskonnas – kui näide, et kõige paremini lahutab meeli uute teadmiste saamine, mõtlemine ja arutlemine, huvi oma ümbruse ja kogu maailma vastu. Kes veel peaksid seda paremini teadma ja noorematele eeskujuks olema kui mitte 60. eluaasta künnise ületanud inimesed!

Pidulikult avas Tü Pärnu Kolledži direktor Henn Vallimäe. Tervitussõnade kõrval rõhutas ta, et Väärikate Ülikooli õppeprogramm on koostatud põhiliselt kuulajate soovide põhjal ja hõlmab sellisena paljusid eluvaldkondi. Henn Vallimäe tõi oma sõnavõtte mitmeid huvitavaid väljavõtteid hiljaaegu ilmunud Eesti statistika aastaraamatust, nagu näiteks teadmise, et 2014. aastal oli Eestis naiste ja meeste oodatav eluiga sünnimomendil 81,5 ja 72,3, niisiis on naiste eluiga 9,2 aastat pikem, Euroopa Liidus 5,5 aastat, kõige lühem on see vahe Hollandis – 3,5 aastat. Huvitav oli teada saada ka seda, et Harjumaal olid kõige populaarsemad eesnimed Jelena ja Aleksander, Pärnumaal aga Sirje ja Jüri, Tartus Tiina ja Martin.

Tervitussõnu ütlesid elukestva õppe harrastajatele Pärnu maavanem Kalev Kaljuste, Pärnu linnapea Romek Kosenkranius ja Swedbanki Lääne regiooni asejuhataja Deevi Lager. Avaloengus süstis Vahur

Kersna kuulajatesse optimismi ja elujõudu, rääkides teemal „Mis on elus tähtis?“ ja süstides usku, et ka kuristiku äärelt on eluusu ja eluarmastuse najal võimalik tagasi ellu astuda.

Väärikate ülikool pakub kuulajatele loenguid 2 korda kuus. Septembrikuus on veel kavas Pärnu-teemaline debatt, kus moderaatoriks Henn Vallimäe, debateerijaks aga Pärnu maavanem Kalev Kaljuste, Pärnu linnapea Romek Kosenkranius, aselinnapea Meelis Kukk ning Sindi linnapea Marko Šorin. Edaspidi võib aga selliseid loenguid kuulata, nagu „Mälu. Kas vana koer õpib uusi trikke?“, „Kuidas hoida bioloogilist mitmekesisust“, „Maailm 2017 USA uue presidendiga“, „Rändeprobleem Euroopas ja maailmas“, „Vanaemad ja vanaisad on vajalikud“ – kui vaid mõningaid näiteid tuua.

Mõistagi ei piirdu õppetöö üksnes loengutega, vaid kavas on ka mitmed õpikojad. Nii näiteks saavad nii algajad kui ka edasijõudnud õppida inglise keelt, kavas on arvutiõpe, teadmisi saadakse sellistelt teemadelt, nagu kodusidamise, mööbli restaureerimine, tekstiili taaskasutus, õigusabi jm. Ja muidugi viib õppetöö ka Pärnust väljapoole. Nii külastatakse Riigikogu, minnakse tutvuma Spordi- ja Loodusmuuseumiga, rohenäpud tutvuvad mõne kauni aia või aiandiga, Tartus uudistatakse Botaanikaeda ja Tähetorni, Tallinnas aga Piritu kloostrit, KUMU jpm. Suvel on ees pikemad sõidud nii Eestimaa (näiteks Hiiu- ja Saaremaale) kui ka kaugemale – näiteks Prahasse.

Õppekava näitab, et aasta töötab tulla huvitav. Jätkugu vaid jõudu ja energiat kõigest pakutust osa saada!



Avaaktus avati Eesti hümniaga.

Parim reisisiht on kodu...

Maalehes ilmus kunagi artikkel, mille pealkiri kuulutas, et jutud maaelu väljasuremisest on tugevasti liialdatud. Jälgides Eesti Külaliikumise Kodukant ning mitmete selle maakondlike organisatsioonide tegevust kipud sellele mõtteavaldusele heameelega alla kirjutama, teiselt poolt aga... Kutsusin sellel teemal vestlema üle-eestilise Kodukandi varasema tegevjuhi ja juhatuse liikme, praeguse MTÜ Kodukant Harjumaa juhatuse liikme ning MTÜ Metsanurme tegevjuhi ANNELI KANA, kelle aastatepikkune aktiivne külaliikumises tegutsemine on kujundanud temast ühe meie külaelu asjatundja.



Anneli Kana.

Alustame arvudest: Eestis on 4438 küla, Kodukandi projekt „Ärgake, külad“ jagas Eesti külad kolme kategooriasse: ärganud, ärkavad ja uinuvad. Ärganud külades tegutsevad nii külavanem kui ka külaselts, ärkavates üks neist kahest, uinuvates aga pole üldse aktiivset ühistegevust. Ärganud loetakse olevat 25%, ärkavaid – üle 50%. Just ärganud küladest räägib Anneli siira kaasaalamisega.

Üks esimesi ärganuid oli Metsanurme küla, mille ärkamise ja tegevuse juures on Anneli Kana külaelu särava sädeinimesena selle ühistegevuse sünnist peale tegev olnud. MTÜ Metsanurme oli ka üks esimesi, kes astus MTÜsse Kodukant Harjumaa ja on seega suure katusorganisatsiooni Eesti Külaliikumine Kodukant liige. Täna kuulub Harjumaa Kodukanti üle 40 Harjumaa külaseltsi ja umbes 10 üksikliiget.

Millega tegeleb Kodukant Harjumaa? „Meie tegevus on Harjumaa külade ärgitamine, koostööle kutsumine, koostöö omavalitsustega, ei saaks päris öelda, et just külade eest seismine, küll aga külade riigipilti toomine,“ räägib minu vestluskaaslane. Praegu on käimas Harjumaa aasta küla valimine. Koostöös Harjumaa suurettvõtete ja –organisatsioonidega antakse novembri lõpus kodanikeühiskonna nädalal välja Harjumaa aasta tegijate preemiad. Sinna kuuluvad aasta küla, aasta sädeinimene, aasta ettevõtja, aasta tegu, aasta kodanikeühendus jm. Väljavalitud küla esitatakse järgmisel aastal üle-eestilisele aasta küla konkursile, mille hindamiskomisjoni on kuuel korral juhtinud Riigikogu esimees - viiel korral Ene Ergma, kuudel puhul Eiki Nestor.

Mõistagi on praeguste külaorganisatsioonide tegevuses tähtsal kohal käimasolev haldusreform. „Me oleme öelnud, et me ei võitle lippude lehvides selle poolt või vastu, me ütleme, et see on mõistlik tegevus,“ räägib Anneli Kana. „Pigem rõhutame, et selles protsessis on külad need, kelle hääl peab jõudma ka suuremasse valda.“ Senised liitumised on näidanud, et liitunud valdades on külaseltsid tugevamad, kuna peavad rohkem enda eest seisma, räägib Anneli. Nüüd enam ei pea iga Jüri ja Maie või Mari ja Jaak minema ükski kaugele vallamaja küla asju ajama, vaid küla seisab tervikuna oma huvide eest.

Üle Eesti, ka Harjumaa käivad haldusreformi-teemalised arutelud. Kodukant Harjumaa otsustas võtta arutelud enda kanda ja pärast külades toimunud arutelusid korraldatakse maakondlik arutelu 22. oktoobril Kiisa uues rahvamajas. Lisaks muudele aruteludele tahetakse seal kõnelda külaseltsi ja külainimeste rollist suurenenud omavalitsuses. „Tahame anda läbi kolme erineva ettekande kolm vaadet haldusreformile,“ räägib Anneli Kana. „Need on optimistlik, realistlik ja fatalistlik vaade. Optimistlik vaade tuleb kas liitumise poolt või sellise piirkonna poolt, kes on liitumisprotsessi õigsuses ja headuses veendunud. Realistlikku vaadet esindab mõni külakogukond, kes juba tegutseb liitunud vallas. Fatalistlikku vaadet esindavad need inimesed, kes arvavad, et ah, niikuinii teevad ära, mis siin ikka arutada.“ Fatalistlikku vaadet kutsutakse analüüsima poliitikauuringu-

te keskuse Praxis esindaja, kes avaks põhjusi, miks inimesed hakkavad käega lööma, ja veenaks, et kõik pole nii fataalne, kui vaid ka ise sõna sekka ütled ja asju liigutad.

Annelid kui erialalt psühholoogi huvitab eriti just see fataalne vaade – miks küll isegi külaelu sädeinimesi ähvardab tihtipeale läbipõlemine ja käegälöömine. Ta selgitab oma kogemuste najal, et suure koormusega vabatahtlik tegevus hakkab ükspäev segama nii tööelu kui ka isiklikku elu, inimele tunneb, et ta lihtsalt ei jõua enam. Pealegi on ka inimeste vastutustunne erinev, juhatuse liikmedki võivad teinekord üsna kergekäeliselt öelda, et nad ei saa ühel või teisel põhjusel kaasa lüüa, see aga ajab teiste kaasalööjatega suhted sassi, sassi võivad minna ka peresuhted (Anneli räägib muigamisi, kuidas nad on kõnelnud, et külaasjadega saavad teelda vaid need naised, kellele mehed Soomes tööl). Niisiis on esialgu küll pilootprojekti kavas kutsuda kokku need vabatahtliku töö tegijad, kes sõandavad tunnistada, et nad on selle tegevusega läbipõlemise äärel, teha neile eneseabikoolitusi, pakkuda arutelusid ja loenguid. Lisaks ka mingit lõõgastavat tegevust – tulemaks välja igapäevast ja tänutäheks tehtu eest.

Haldusreformi kõrval on teine riigitasandil teema turvalisus. Anneli Kana oli tegev Kodukandi katusorganisatsiooni koostööprojekti Politsei- ja Piirivalveametiga, mis kujutab endast koostööd piirkonna politsei ja kohaliku kogukonna vahel. Tehti uurimusi vastastikutest ootustest ja koostati piirkonna politseid ja kogukonna ühiselt kokkulepituid käitumisreeglid ehk hea tava. Kui aga rääkida veel Kodukant Harjumaa tegevusest, siis püütakse seal struktuurifondide toetusel kehtutada inimesi kohapeal töökohti looma, toetatakse noorte ettevõtlikkust, turismi arendamist jm. Anneli ise on hea näide kui endale töökohta looja, õigemini peab tema FIEs hakkamisest kõnelemist alustama kõigepealt sellest samast temal nii hingepeal olevast nähtusest – sädeinimese läbipõlemisest, ning alles seejärel vabatahtliku töö toel töökohta loomisest.



Kontsert kell 6 hommikul.

Kuidas see siis juhtus? „2010. aastal, peale tööaastaid Sakus ja Tallinnas, mille kõrvalt olin aidanud käivitada Metsanurme MTÜd - kirjutanud projekte ja neid ellu viinud, korraldanud kõrvõimalikke üritusi jms, tundsin üha enam, et olen kõigest väsinud,“ meenutas Anneli. Samal ajal mängis ta mõttega, et kunagi pensionieas tuleb ta Metsanurme tööle – oli ju talle öeldud, et siin, Metsanurme MTÜs on tegelikult sees 3 töökohta. See oli tulevikuvision, momendil kandideeris ta hoopis töökohtale ühte rahvusvahelise turismifirmasse. 10 kandidaadi vahelt valiti välja tema, see aga tähendas minetut Kanaari saartele koolitusele ja seejärel tööle Mehikosse või Indiasse. „Aga kui tulid konkursilt koju tagasi, tundsin, et olen sedavõrd põhjamaa inimene, et ei suuda sinna minna. See tähendas otsust valida oma elus täiesti uus suund ja hakata ettevõtjaks – tegin külaseltsist endale töökohta. Siia maani pole kahetsenud.“ Metsanurme külast, selle MTÜ mehised juhatusest ja inimestest räägib Anneli siira sümpaatiaga, nüüd külaseltsis toimetatades teenib ta üheltpoolt endale leiva lauale, teine pool aga on endisel vabatahtlik töö – ent nüüd on oma töö ja vabatahtlik töö omavahel seotud, ühes kohas, ei ole igapäevast tormamist ühelt kohalt teise. Ja see on suur energia kokkuhoid, mis hoiab ära kardetud läbipõlemise.

Ent kuidas on siiski lood külaelu häbumisega? Anneli leiab sellel hinnangul olevat kaks otsa. Külaliikumise esindajana on ta ikka käinud külades, kus inimesed on aktiivsed. Ta ei arva sugugi, et kõik inimesed peaksid olema aktiivsed külaelu arendajad, on ju inimesed erinevad ja mõni näiteks on just selleks maale kolinud, et saada vaikust ja rahu. Aktiivne saab olla ikka südame sunnil. Seejärel ta inimesi nende

passiivsuse pärast ei hurjuta. Puudust tunneb ta aga sellest, et meie külaliikumise aktiivsus on valdavalt suunatud ühistegemistele, toredatele sündmustele, nagu külapäev, jaanituli või mõni pidu, võib-olla ka mõni koolitus, palju vähem aga öeldakse sõna sekka suuremates asjades, nagu majandus, keskkond, metsandus jms. Näiteks tuli Saku valla arengukava arutelule kohale ainult üks vallalaenik (sealjuures on Saku vallas 10 000 inimest ja 13 külaseltsi). Niisiis on külaliikumine jäänud liiga pehmeks, arvab Anneli.

Heade näidete najal ei saa aga teha üldistust, nagu oleks meie küla tervikuna elujõuline – Eestimaal on mitmeid piirkondi, mida ähvardab väljasuremine, 4-5-6 elanikuga küla pole sugugi haruldus. Inimesed liiguvad linnadesse või linnadele lähemale, saamaks töökohta, neile lisanduvad need, kes üldse Eestist lahkuvad. „Oleme omavahel rääkinud, et kui ettevõtlikkuse kasv ja arenev külaliikumine tekitaksid olukorra, et väljaliikumine maapiirkondadest peatuks, siis oleks juba päris hea,“ räägib Anneli. Praegu elab maal vaid väike osa eestlastest, nii et maarahvaks meid enam nimetada ei saa. Ent ometi näeb Anneli rõõmustavat tendentsi, et mingil perioodil läbinisti linnaelanikuks olnud noored on hakanud maale tagasi tulema. Ja eestlase sünnipärest maalähedust näitavad sellised pisikesed asjad nagu näiteks loodusravi või põllumeeste ja väikeettevõtjate otsetooted tarbijale või siiani säilinud maakodu-ihalus, möödab on ka see buum, et kõike saab poest, nüüd varutakse jälle talvevarusid ja lapsed tahavad seda moosi, mis hallitama läheb.

Lisan meie jutuaajamisele omalt poolt optimistlikke noote, ja räägin, kui südantliigutavalt ilusa, hoolitsetud ja heakorrastatud mulje jätab Eestimaa siin turistina ringiliikujale. Tõepoolest, Eestimaa on haruldus ilus, oleme Anneliga ühel nõul. Anneli hinnangul on aga taga rohkem tõestusmaterjali: nimelt on ta Kodukandi esindajana väga palju maailmas ringi rännanud, ja seda mitte linnades või turistile väljapakutavates kõige kaunimates kohtades, vaid näiteks Šotimaa, Walesi või Balkanimaa pärapõrgutes, „nii maal kui veel maal olla saab, kus talunikud kannavad kalosse, peavad kolme lehma ja ütlevad, et nad on farmerid,“ räägib Anneli. Ja pärast niisuguseid reise,

eriti Balkanimaa maakohadest tagasi tulles, saab ta tegelikult aru, kui äge koht see Eestimaa on ja kui hästi me tegelikult siin elame. Mis muidugi ei tähenda, nagu poleks enam vaja edasi areneda - meist palju parematega võrreldes on arenguruumi veel küll ja veel. Ja siia lisaks räägib Anneli oma elus kogitud kolmest igaveseks meelde jäävast hetkest, mis tõendavad, et ta on läbinisti põhjamaa, konkreetselt just Eestimaa inimene. Üks hetk oli augustikuus Metsanurmes, kui ta väikesest rehetoa uksest välja astudes nägi taevast palju musti pilvi ja nende vahelt veidi päikest paistmas, ning kusagilt metsa tagant tuli vikerkaar ja maandus otse keset õue. Vapustav pilt! „Kohal, kus vikerkaar maandub, pidi rahapada olema – ju on see siin minu elamiseks ja töötamiseks õige koht,“ selgitab Anneli. Teine hetk oli Metsanurmes augustikuusel rukkimaarjapäeval kell 6 hommikul päikesetõusu ajaks planeeritud kontserdil, kus Marek Sadam laulis ning söödi hommikuputru, ja publikuks oli tulnud üle 100 inimese (paljud ütlesid, et tulid kohale, et näha, kas teisi hulle veel tulnud on)...Ja siis ma istusin seal, päike tõusis ning Marek laulis, ja ma mõtlesin, et issand, ma oleksin siit ära minnes end kõigest sellest ilma jätnud,“ kõneles ta. Ja kolmas hetk oli pärast jõulupidu kell pool 12 õhtul, kui väljas oli 15 kraadi külma, kottipimedat ümbrust valgustas täiskuu, kogu külaplatsil säntendas ja krudises valge puhast lumi. „Istusin külamaja trepil ja mõtlesin: appi, kui äge! Ja tundsin, et olen ikka läbinisti põhjamaa laps. Ära võid käia, ent mulle meeldib väga ütlemine, et kõige parem reisisiht maailmas on oma kodu!“ teeb Anneli kokkuvõtte. See on kindlasti parim lause meie jutuaajamise lõpetamiseks.

Ene VEIPER



Piknik Valgemetsas.

Projekti „Orbude toetuseks“ kirev kava

Swedbanki ning Heateo Sihtasutuse annetuskonnas „Ma armastan aidata“ rahastatava Vanurite Eneseabi- ja Nõustamisühingu projekti „Orbude toetuseks“ suveprogrammi kuuluvad ekskursionid on projekti hoolealuste hulgas juba aastaid väga populaarsed olnud. Need suvised väljasõidud on teeninud eesmärki pakkuda lastele meeleolukat puhkust ning selle kõrval tutvustada ka Eestimaa vaatamisväärsusi ja kaunist loodust. Sellesuvine kahepäevane väljasõit viis bussitäre lapsi ja nende vanaemasid/vanaisasid Pühajärve spaasse, kus spaa-mõnude nautimise kõrval tutvuti giidi juhendamisel suvise kauni Lõuna-Eestiga. Külalasti Otepääd ja sealset Lipumuseumi, käidi vaatamas kuulsat Tehvandi talispordikeskust, nautiti Valgemetsa lummavat loodust, käidi Intsikurmu lauluväljakul, tutvuti Sangaste lossiga, tagasiteel aga ka Paide Vallimäe Ajakeskusega jpm.

Teine ekskursion viis Põhja-Eestisse ja andis kaasa uusi, mõneti hoopis teiselaadseid teadmisi ja muljeid. Nimelt viis marsruut kõigepealt Kukruse polaarõisasse, kus võis tunda end möödunud sajandite aadlikuna, ja seejärel uuendatud Kaevandusmuuseumi. Lõuna-Eestist hoopis erinevaid loodusmuljeid pakkus meie kaunis põhjarannik koos efektse Valaste joaga.

Saabunud sügis aga annab projektile teise sisu: suviseid ekskursionid asendavad erinevad kultuuriüritused. Nii käidi vaatamas klounide Piip ja Tuut etendust „Piip ja Tuut Hamlet“, oktoobri algul on kavas külastada „Estonia“ muusikali „Mees La Manchast“ ja osaleda suures Horse Shows Saku Suurhalls. Traditsioonilist jõulupidu on seekord otustatud täiendada Juri Nikulini jõuluhõngulise tsirkuseetenduse külastamisega. Kõige selle kõrval on kavas juba regulaarseks kujunenud kinokülastused.

Sügis toob kaasa kooliõpingud ning suvel vaheajaga pidanud huvitegevuse, see aga tähendab vanavanematele uusi täiendavaid kulutusi. Projekt „Orbude toetuseks“ on peetud ka siin oma hoolealuseid toetada, olgu tegemist riiete hankimise või erinevate huvialade harrastamisega.

Niisiis on projekti tegevushaare lai, mille eest tuleb ikka ja jälle öelda suur aitäh lahketele annetajatele üle kogu Eestimaa.



Kukruse polaarõis sai end kaugete aegade aadlikuks kujundada.

Seitsmes vanemaealiste festival

Esmakordselt peeti Eestis eakate festivali Tallinnas Salme kultuurikeskuses 2010. aastal. Festivaliga tähistatakse rahvusvahelist eakate päeva, mis kalendri järgi on 1. oktoobril. Ka esimesel festivalil oli võimalik osaleda tasuta seminaridel ja loengutel, saada osa meelelahustuslikust programmist, tutvuda messil pakutavaga ja teha sisseoste. Täna on festivalist kasvanud välja suurim oma vanusegrupile suunatud avalik üritus. Mullu külastas festivali ligi 4500 inimest. Juba seitsmendat korda üle kogu Eesti kokku tulevate vanemaealiste seas populaarseks ürituseks kujunenud festival toimub tänavu 5.–6. oktoobril Tallinnas Salme Kultuurikeskuses. 2016. aasta on Eestis kuulutatud merekultuuri aastaks, sellest lähtuvalt kannab MTÜ Inkotuba ja ajakirja 60+ korraldatav seitsmes festival pealkirja „Meri kõneleb“.

Nii harivat kui ka meelelahutuslikku eesmärki kandva ainsa vanemaealistele suunatud suurürituse raames saab kuulata loenguid, võtta osa töötubadest ja võimlemistundidest ning saada osa tantsuetendustest ja meeleolukast muusikast. Loengud ja seminarid keskenduvad vanemas eas esilekerkivatele olulisematele küsimustele ja ka aktuaalsele ühiskondlikele teemadele. Festivalil on väljas paljud ettevõtted ja firmad, kes tutvustavad ja müüvad oma tooteid ja teenuseid. Teiste seas esinevad loengutega Hiina meditsiini arst Rene Bürkland ja meditsiinidoktor Mihkel Zilmer, kohal on ka näiteks MTÜ Eesti Abi- ja Teraapiakoerte Ühing. Kavas on mitmeid terviseteadmalisi loenguid tohtritel: „Eakas ja vesi“, „Unest ja vanema ea uneprobleemidest“, „Terved hambad, terve elu?“, „Söömine vanuses 50+ kuni 100+“, „Taimeravi võimalused enesetervendamisel- immuunsüsteem, närvisüsteem“, „Ortopeedilised käeprobleemid“ jt. Lisaks osaleb festivalil umbes 40 seenioride taidluskollektiivi.

Mittetulundusühingu Inkotuba juht Eha Topolev ütles, et seenioridele mõeldud festival on igati positiivne sündmus ja mitme tuhande inimese oodatud kohtumispaik. „Eelmistel aastatel on festivalil osalejad meilt küsinud, miks festivalil on selline nimi – eakate festival, me ei ole ju veel eakad! Nüüd muutsimegi ürituse nime – „60+ festival“, kuid sisu on meie festivalil ikka sama! Saab loenguid kuulata, toredaid

esinejaid vaadata ning kuulata ja kel vähegi tahtmist, siis ka oma isetegevuskollektiiviga esineda!“

2015. aastal toimus vanemaealiste festivali raames esmakordselt telesild otsepildis Portugali ja Šotimaale, neist viimases South Lanarkshire aktiivse vananemise konverentsil osalejatele. Telesild sai teoks koostöös Eesti Olümpiakomiteega ning andis eakate festivalile ühtlasi rahvusvahelise mõõtmee.

Festivali ellu kutsunud MTÜ Inkotuba on kuulutanud välja konkursi „Aastaid täis sära ja väärikut“, tunnustamaks neid, kes on panustanud eakate elu väärkamaks ja aktiivsemaks muutmisele, olgu selleks ürituste korraldamine, sportimis- või suhtlemisvõimaluse loomine, kooskäimiskoha rajamine, traditsioonide algatamine vms. Seitsmendat korda toimuv konkurs „Aastaid täis sära ja väärikut“ ootab eakate inimestega seotud särkevaid algatusi ja ideid, et tunnustada neid vääriliste auhindadega. Ettepanekute laekumise tähtaeg oli 19. september 2016. Konkursi eesmärk on tunnustada positiivseid tegusid, mis tehtud eakatele mõeldes või neilt endilt kogukonnale, kuid on teenimatult tähelepanuta jäänud, selgitas MTÜ Inkotuba juht Eha Topolev, ja lisas, et näiteks on see konkurs hea võimalus öelda tänusõnu omastehoolijatele. „Me kõik jääme vanaks ja ilma omaste hooleta ei vana- meist ilmselt keegi. Kuigi oma inimese hoolitub meile nii loomulik, on omastehoolijate

töö tegelikult väga oluline ja raske,“ lisas ta. Konkursi kategooriad on: eakad hoolivad, eakalt kogukonnale, tegu eakale, eakad kui kultuurikandjad, eakad ja keskkond, eakad ja maailm, elutööauringid.

Alates 15. augustist on Apotheka apteekides ja Inkotubades saadaval tasuta kutsed 60+ festivalile. Kutsed tagab vaba sissepääsu, saamaks osa Salme kultuurikeskuses toimuvatest esinemistest, töötubadest ja messist. Kohapeal on võimalik soetada 2-eurose pileti ka eriprogrammist osasaamiseks. Et selleaastane festival kannab loosungit „Meri kõneleb“, on eriprogrammis muu hulgas võimalik nautida Marko Matvere esituses merelaule ja kuulata tema meenutusi merereisidest. Salme kultuurikeskuse ukseid on festivalipäevadel avatud kl 9.30-17.00.

Iiris TOOTS,
MTÜ Inkotuba



Sõprusring.

EMSLi XVII suvekool

Eesti Mittetulundusühingute ja Sihtasutuste Liit (EMSL) on koos taasiseseisvunud Eesti Vabariigiga saanud 25-aastaseks. Niisiis on EMSL olnud juba meie vabariigist, seega siis kodanikuaktiivsuse sünni juures ning tegutsenud nüüd juba veerand sajandit tugeva kodanikuühiskonna kujunemise nimel. Täna on EMSLi ridadesse 101 erimeelist vabariigist kogu vabariigist. Arukalt aktiivsed kodanikud on need, kelle nimel vabariigist liit töötab ja keda ta oma ridadesse ootab.

EMSLi tegevushaare oma liikmete esindajana ning kogu kolmanda sektori arengu eest seisjana on lai. Olgu siinkohal märgitud vaid mõned silmapaistvamad ettevõtmised, nagu kodanikuühiskonna parimate tunnustamine (aasta tegija), üle aasta korraldatav rahvusvaheline kodanikuühenduste konverents, mis 2013. aastast on asendunud arvamusfestivaliga, iga-aastane suvekool, kevadkool, põletavamate küsimuste arutamiseks kokkukutsutavad käärajad jpm.

EMSLi suvekoolid kujutavad endast kindlale teemale keskenduvaid koolitusi, näiteks on arutluse all olnud sellised teemad nagu „Kodanikuühiskond ja kolmas sektor“, „Euroopa võimalustest Eesti ühendustele“, „Tulu teenimisest“, „Juhiks kasvamine“, „Kuidas viia ellu muutusi“ jmt. Tänavune, arvult 18. suvekool oli sünnipäevahõnguline, seega siis varasematega võrreldes uhkem ja esinduslikum. Nii oli EMSL kutsunud seekord oma liikmed suvepäevale luksuslikku Vihula mõisakompleksi Lahemaa Rahvusparkis, mis lisaks silmailule pakkus kokkutulnuile nii parimaid töötingimusi kui ka kena puhkust. Kui tavapäraselt harrastatakse sünnipäevade puhul ikka teha oma tegevuses tagasisaateid, siis oli EMSL elujõulise organisatsioonina otsustanud seekord heita pilk hoopiski tulevikku ja kuulutanud suvekooli teemaks „Vabakond 2041: mis juhtuks kui...“. Ennustamine on küll riskantne tegevus, ent tänaastele ja eilsetele arengujoontele toetudes on siiski võimalik ja lisaks muidugi huvitav tulevikumaailma üle mõtiskleda, ja kui pidada silmas neid tohtuid muutusi, mida Eesti vabariik on viimase 25 aastaga läbi teinud, ei peaks olema kahtlust, et ka järgmine veerandsada paneb meid, nii riiki kui ka üksikisikuid suuri muutusi kaasa elama ja kaasa tegema. Esimese päeva põhietekandes rääkis Endo Viires (MTÜ Mertsanurga kunstilaat) teemal „Tuleviku olevikustamine“ ja nentis, et meie tulevikujoonised ei ole sageli tõepärased, kuna neid luues lähtume ikka tänasest. Tulevikuinimeselt lootis ta rohkem vastutuse võtmist, oskust enesele hinnangut anda, julgust mõelda teistest erinevalt ja ka naerusoont. Teisel päeval kõneles Okupatsioonimuuseumi noor juhataja Merilin Piipuu teemal „Kuidas muutust ette näha ja julgeks jääda“, toetudes oma mõtisklustes ägedale diskussioonile, mis tõusis seoses muuseumi sooviga muuta Okupatsioonimuuseumi nimi Vabadesemuseumiks, mille käigus sai selgeks, kui tähtis on oma seisukohtade esitamisel arvestada vastaspoole

psühholoogiat, tunnustada enda tehtud vigu, ent selle juures mitte hirmuda, vaid jääda oma seisukohtade julgeks kaitsjaks. Noore muuseumijuhataja arutelu- dele kaasa elades jäi küll mulje, et konkreetsel juhul oleks kõige õigem kompromiss ja panna muuseumi nimeks näiteks Okupatsioonist vabadusse.



EMSLi juhataja Maris Jõgeva suvekooli juhtimas.

Suvekooli kandvaimat osa kandsid töötoad, kus kõne all olid muutused tulevikühiskonnas ning sellega koos ka inimestes ja organisatsioonides. Arutelude sisu kajastavad ilmekalt juba välja pakutud teemad, nagu näiteks „Kuidas näha, mõista ja suunata muutust iseeneses?“, „Võtame isiklikult – minu otsusest globaalsete muutusteni“, „Kuidas püsida konkurentsis masinaga“, „Kuidas kaasata vabu radikaale?“, „Mida õppida start-upidelt“, „Kuidas kujundada avalikku arvamust ühiskonnas“ jmt. Silmahakkavalt palju oli arutelusid, mis käsitlesid inimese enesetunnet ja psühholoogiat - kuidas vastu pidada pidevates muutustes, kuidas säilitada aktiivsust, sealjuures läbi põlemata, kuidas hoida end kursis kõigi muutustega, võtta neid vastu ja jääda sealjuures iseendaks jne. Teemadevalik on loomulik, sest kes muu kui vabariigis ise on see, kes hoolitseb oma inimeste hea enesetunde eest. Suvekoolis osalejate huvi ja ergast kaasa elamist kehutasid aga veelgi sisukate küsimustega mälumäng ning EMSLi kiirkohtingumäng, mis tähendas spontaansid vastuseid kõigile osalejale esitatud ühiskonnateemalistele küsimustele.

Suvekooli lõppedes võttis EMSLi juhataja Maris Jõgeva kõik osalenud sõprusringi, kus määratleti peamised suunad EMSLi tegevuses, mida peaksid kandma kodanikuühendus, suutlikkus ja koostöö kogu vabariigis.

Oli sisukas suvekool.

Ene VEIPER

VANAVANEMATE PÄEVAKS KALLILE VANAEMALE



- Kui kogu maja on täis tegutsevaid inimesi ja näib, nagu poleks seal minu jaoks üldse ruumi, otsin ma su üles ja sa nihutad end natuke ja leiad mulle koha enda kõrval – koha, kus ma tunnen, et mind vajatakse.
- Mul on meeles see sõnadeta armastuse ookean, sügav ja salapärane väljavalamine, kui su silmad minu omadega kohtusid, nagu valitsenuks meie vahel täielik arusaamine, ajatu ja eatu.
- Vanaemadel on aega, mida neil emadena polnud – aega juttu rääkida, aega saladusi kuulata, aega kallistamiseks.
- Vanaemadel on haruldane võimalus anda meile asju, mida raha eest kuskilt osta ei saa: kestvust, usaldust, püsivust, armastust, mõistmist ja tingimusteta toetust.
- Vanaema maja on mälestuste varakamber; mälestusesemed võtavad enda alla kõik pinnad ja katavad kõiki seinu. Õhku täidab värske küpsetamisõhn ning kõikjal valitseb armastuse ja rahu õhkkond. Igaugune mure, valu ja kurbus kaovad varsti iseenesest. Vanaema maja on nagu hiigelsuur kallistus.
- Mulle meeldivad mu vanaema kortsud. Igaühel neist on oma lugu.
- Iga kord, kui vanaema mind nägi, imestas ta, kui palju ma olen kasvanud, kui ilusaks ma olen muutunud ja kui targaks ma olen saanud. Ja kui ta oli seda öelnud, siis sai see tõeks.
- Vanaemad on teinud täisringi. Nad proovisid täiskasvanu olemist ja otsustasid uuesti lapseks hakata.
- Vanaema kolm soovi: 1. et maailmas valitseks rahu; 2. et iga häda vastu oleks rohtu; 3. et ma sööksin kõiki kõõgivilju.
- Kui ma teda ilusti palusin, võttis vana oma hambad suust välja ja naeratas mulle. Ma pole oma elu sees



midagi nii naljakat näinud!

- Isegi kõige väiksemast lapselapsest võib palju kasu olla. Ta oskab näidata, kuidas neid elektriasju tööle panna.
- Lapsel, kellel on vanavanem, on pehmem ellusuhtumine, ta teab, et elus on rohkem asju kui see, mida me näeme, midagi enam, kui saamine ja saavutamine, võit ja kaotus. Et on olemas armastus, mis ei nõua midagi.
- Vanaemade erialaks on asjad terveks teha. Katkised põlved. Nukud. Elud.
- Vanaemadel on võime näha pilte, mida sa telefoni teel maalid.

Kinkeraamatust „Väike raamat vanaemale“.

LUGEMISELAMUS

MIS ON ÖNNE VALEM?

„Nagu armastuski, on õnn inimese üks ürgseid otsinguid. Kuidas seda otsida ja ka leida – sellest käesolev raamat ongi. Kõik need inimesed on Raadio 2 saates „Hallo, kosmos!“ julgenud läbi raadio- eetri kümnete tuhandete inimestega jagada killukeksi oma isiklikest õnnetustest...“ Ja nüüd on selles saates räägitust pandud kokku raamat „HALLO, KOSMOS! PALJU ÖNNE“. Avaldame täna mõningaid näiteid sellest raamatust – kõiki inimesi puudutaval teemal „Mis on õnn?“



Õnne valem juurde kuulub üks tingimus – õnne valem, nii nagu igasuguste eriti heade valemite tingimus on, et see on salastatud.

Agaga kuna ma olen kaua aega jälgi ajanud, siis ma arvan, et õnnelik olemine on seotud mõistega Homo amans ehk armunud inimene. Seda ei ütle mitte mina, vaid seda on öelnud paljud autoriteetidid. Elage ja käituge selliselt, et te leiaksite igas hetkes – või vähemalt paljudes hetkedes – võimalust kogeda armunud olemist. Armastus töö vastu, armastus oma paleuse vastu, armastus kosmoseagentuuri vastu, armastus oma lähedaste vastu, armastus oma järglaste vastu jne. Otsige ja te leiategi, et õnn ümbritseb teid, ja valem on see, kui te oskate ta kätte saada.

Me oleme kõik ühest küljest väga tavalised, aga teisest küljest oleme kõik täiesti erinevad. Niikaua, kui me oleme inimesed. Siit soovitus: olge ja säilige inimestena ning kui te üldse millegi pärast muretsete, siis katsuge olla head. Ma tean, et headus on üks kosmiline seadus. See on nagu gravitatsioon. Kui gravitatsioon on kvantitatiivsete suuruste kategooriast, siis headus on kvalitatiivne. Jah, tuleks liikuda headuse suunas.

Igor VOLKE,
ufoloog

Õnn on olemasolemine. Inimene tunneb rõõmu sellest, mida ta kogeb ja näeb – naermine, naeratamine, avatud olek, lahke olemine ja kindlasti endast millegi andmine. Selle tähele panemine, et mitte ainult inimesed, loomad, vaid ka puud, põõsad, kivid, paigad ootavad suhtlemist meiega ja kui me suudame nendega suhelda neile midagi anniks andes, joigu või regilaulu ümisedes, või lihtsalt kõneledes nendega, siis vastutasuks nad kingivad meile rõõmu ja õnne – kinnitust, et oleme olemas.

Mikk SARV,
rahvaluuleteadlane, kirjutaja, muusik

Ma olen kuulnud ühte õnne määratlust ja minu meelest on see vaimukas: õnn on see, mida kunagi ei ole, aga mis ühel päeval sulle selja keerab. Kunstnik Edgar Valter ütles, et õnn on see, kui hommikul ärkad ja näed, et võid veel kolm minutit teki all olla.

On kahesuguseid inimesi: ühed on need, kelle elusündmused valgustavad nende elu, teevad õnnelikuks, ja teised on need, kes valgustavad oma elusündmuse, ja saavad niimoodi õnnelikuks.

Ma arvan, et see sõltub suuresti sellest, kui palju inimesel endal seda valgust kaasas on, et oma elusündmuse valgustada. Olla õnnelik selle üle, et ta siia maailma on sündinud, et tal on ainulaadne võimalus siin päikese all elada, ja ma ei saa öelda, et rõõmu tunda, sest elu võib paljudele olla väga valulik ja väga vaerikas.

Raske on vastata sellele küsimusele hästi... Ma ei saa öelda, et käige metsas, siis te saate aru. Ja tehke tuld, ja vaadake pilvi, kuulake ojasid – ja siis olete õnnelikud. Võib-olla see mõjub kellelegi hoopis vastupidiselt. Minule on need asjad õnneliku elu üks väljendus, see kõik kuulub endastmõistetavalt õnnelik olemise juurde. Aga jah, see on väga isikuomane, mis teid õnnelikuks võib teha.

Mida teha selleks, et olla õnnelik? Elada avatult, olla usaldav... see toob ka valu, no aga mis elu see ilma valutaga on siis?

Fred JÜSSI,
loodusemees

Ma arvan, et õnnelik on inimene siis, kui ta armastab ja austab oma peret ja oma sõpru. Kui on olemas sõbrad ja ehk ka partner, keda armastada ja kelle jaoks olemas olla. Õnn seisneb meie suhetes, olgu need siis meie sõbrad, meie pere või meie kolleegid.

Nick POPE,
publitsist, lektor

Tähtis on enda jaoks see küsimus, et kuidas olla õnnelik, ükskord korralikult läbi mõelda. Ükskõik, kas see võtab siis tundi aega või päeva, või võtab see mitu aastat, või võtab see aastakümne. Aga ma arvan, et iga inimene on võimeline enda jaoks otsustama. Hästi oluline on lihtsalt kõigepealt endale väga selgelt öelda: mitte keegi väljastpoolt ei saa meid õnnelikuks teha; mitte keegi väljastpoolt ei tule ütleva meile, mis on elu mõte: ei ole mingisugust universaalset elu mõtet, on ainult loodusest antud tegevused – paljunemine, äraelamine – ja kõik ülejäänud on ainult meie enda teha.

Mart NOORMA,
füüsik, tehnikateadlane

Et olla õnnelik, peab inimene olema õnnelik. Seda ütles loomulikult ulmeline, puhtkirjanduslik tegelane Kozma Prutkov. Tahad olla õnnelik – ole! Väga hea vastus minu meelest.

Ma ei tea, mis asi see õnn on. Teadlikult ei ole ma iial seda otsinud ega taga ajanud, aga täiesti võimalik, et ma olen elanud suhteliselt õnneliku elu. Võib-olla sellepärast, et kõik minu hobid on seotud minu elukutsega ja on minu erialaga kooskõlas. Mul on terve eluaeg olnud ja on tänaseni huvitat.

Mis on õnne valem? Anna asjadele asu. Anna asjadele, nähtustele ja loomulikult eelkõige teistele inimestele ja ka endale võimalus saada sinu jaoks huvitavaks. Ja siis saad õnnelikuks. Loodetavasti.

Aleksi TUROVSKI,
loodusteadlane ja zoosemiotik

Selleks, et olla tõeliselt õnnelik, peab enda meelele tegema väga palju tööd. Õnn ja õnnetus on sisuliselt üks ja sama, nende erinev tajumine tekib suures osas meie meeles. Ja kõnealune taju sõltub meie vaatest maailmale, fookusest, mida me nähtustele ja asjadele asetame.

Tuleb taltsutada oma meelt, mõelda rohkem teistele ja vähem iseendale ning rõõmustada iga päeva üle, mis on meile antud. Meist keegi ei tea, kuna saabub surm ja kuigi millegipärast enamik inimesi armastab nendel teemadel mõtlemisest hoiduda, siis suremise eest ei ole võimalik ära põgeneda. Mida rohkem teadustame endale, et oleme surelikud ja meie kõigi elu on väga habras ning väga eriline, seda enam me saame väärtustada aega, mis on meile antud. Ja mida rohkem suudame näha endid kui mitte eraldiseisvaid üksusi, vaid osana kõigest ümbritsevast, seda enam suudame pöörata tähelepanu ümbritseva ja teiste heaolu nimel tegutsemiseks ja lõppkokkuvõttes see tekitabki täiesti arvestatava rahu ja õnnetunde. Selline on üks õnne retsept.

Roy STRIDER,
kirjanik, Eesti ökoriigi idee eestvedaja

Ilmus Gerontoloogia õpik

Augusti lõpus ilmub Tartu Ülikooli kirjastuses Gerontoloogia õpik kõrgkoolidele. Õpik on esimene eestikeelne selles valdkonnas, 460-leheküljelise raamatu 17 peatükki kirjeldavad õpetust inimese vananemisest väga erinevate nurkade alt. Raamatu toimetajal dotsent Kai Saksal tuli põhjendada, miks ei võetud tõlkida mõnd olemasolevat võõrkeelset õpikut, vaid otsustati kirjutada originaalõpik. „Maailmas on gerontoloogia valdkond pikalt arenenud ning kirjandust antakse välja alateemade kaupa sügavuti,“ selgitas toimetaja. Eestis tuli kuskilt alustada ja panna kõik erinevad teemad ühte raamatusse, sest meil on vaja ühte baasi, et asjadest ühtmoodi aru saada.“ Lisaks teooriatele ja teadustulemustele on peatükkides käsitletud Eestis toimuvat, toodud on näiteid ja viiteid Eesti kohta.

Raamat on küll välja antud kõrgkooliõpikuna, kuid on mõeldud kõikidele, kes vananemise küsimustega kokku puutuvad. Kai Saks osutas tõsiasjale, et vähe on neid alasid, mis ei hakka tööle vanemate inimestega. Huvitavat ja vajalikku infot on siin aga veelgi laiemale lugejaskonnale, sõltumata erialast või vanusest. Tekstides on kasutatud erialatermineid, aga need on lahti seletatud ja seetõttu peaks info olema mõistetav kõikidele inimestele, kes on saanud vähemasti keskhariduse.

Kõik, kellel on õnnestunud sündida, pole õnnestunud surma vältida, ja kes elavad piisavalt kaua, need saavad ka vanaks, ütleb toimetaja Kai Saks. Täna-

päeval on vananemise-uuringute peamine eesmärk tervena elatud aastate arvu kasvatamine. Selleks tuleb aga vananemist õppida juba noores eas.

Õpiku teemad ja autorid:

Inimese elukaar(Kai Saks); Edukas vananemine ja vanaea haprus (Kai Saks); Elukvaliteet (Kai Saks); Vananemise bioloogia (Toivo Maimets); Vananemise ja pikaealisuse geneetikast (Riin Tamm); Vananemine ja immuunsüsteem (Raivo Uibo); Kehalise võimekuse ealised muutused (Mati Pääsuke); Vananemise psühholoogiast (Tiia Tulviste); Eakate tervise toetamine tasakaalustatud toitumisega (Anneli Soots); Rahvastiku vananemine (Luule Sakkeus); Diskrimineerimine vanuse alusel (Tiina Tambaum); Haridusgerontoloogia (Tiina Tambaum); Keha vananemine. Sagedasemad vanaea terviseprobleemid ja nende ennetamine (Kai Saks); Kognitiivse funktsiooni ealised muutused. Dementsus (Kai Saks); Igakülgne geriaatriiline hindamine (Kai Saks); Omastehoolduse korraldus: hoolekandeteenused ja hea praktika (Marju Medar, Taimi Tulva); Hooldamise ergonomika – praktilised juhendid voodihaige abistajale (Anne Murov).

Eestikeelset Gerontoloogia õpikut esitlesid autorid 22. augustil Tartus. Täispikka ülekannet esitlusest saab vaadata aadressil: <http://www.uttt.ee/naita?id=24531> (60 min).

Tiina TAMBAUM



Lagedi tamm.

Seeniormehed istutasid tamme

Tartu seniormeeste klubi liikmed koos Nõmme vanameestega korraldasid maikuus juba neljanda üleriigilise meesteklubi kokkusaamise. Eelmisel kohtumisel Lagedil Eesti Vabadusvõitluse Muuseumis tegi muuseumi asutaja Johannes Tõrs ettepaneku istutada järgmisel korral sellise vabariikliku ürituse auks tamme alleele tammepuu. Nii korraldaski Tartu seniormeeste klubi koos Nõmme vanameeste klubi esindajatega selle aasta kokkusaamise järele Lagedil, et istutada oma puu tamme alleele. Kohal olid Tartumaa Haaslava klubi, Haabersti 65+klubi, Tallinna Raavise vanaisad, Viimsi Rannamees, Nõmme vanamehed, Tartu klubi jt, kokku 64 meest. Kokkutuleku avas Tartu klubi president Kalev Jahnson, kes andis eelmise aasta kokkutulekut tähistava medali Vabadusmuuseumi rajajale Johannes Tõrsile, nii nagu olid selle saanud kõik sõprusklubid. Lipu heiskasid Nõmme, Tartu ja Haabesti 65+ klubide väärikad esindajad sõbraliku meespere laulu saatel. Muuseumi rajamist tutvustas ja tamme istutamist juhendas Johannes Tõrs. Ühislauluga „Ma tahaksin kodus olla...“ jäeti tamm kasvama. Seejärel ühine lõuna, vestlused, klubide esinemised ja ühislaulud. Tagasiteel Tartusse külastasid Tartu mehed Põltsamaa Veinikeldrit, degusteeriti veine, et kiita kodumaist toodangut, ja kavandati uusi üritusi.

Kirjutas ja pildistas Rein PARM

VANEMAEALISTE POLIITIKA KOMISJON

LIIKMESORGANISATSIOONID:
RIIGIKOGU SOTSIAALKOMISJON
SOTSIAALMINISTEERIUM
EESTI PUUETEGA INIMESTE KODA
TALLINNA ÜLIKOOL (ÜTI)
TARTU ÜLIKOOL (ÜTI)
MTÜ 65B
EESTI GERONTOLOOGIA JA GERIAATRIA AS-
SOTSIAATSIOON / TÜ KLIINIKUM
EESTI SOTSIAALTÖÖ ASSOTSIAATSIOON
EESTI PENSIONÄRIDE ÜHENDUSTE LIIT
MTÜ EESTI SOTSIAALASUTUSTE JUHTIDE
NÕUKODA
EESTI PEREARSTIDE LIIT
MTÜ EESTI OMASTEHOOLDUS
VANURITE ENESEABI- JA NÕUSTAMISÜHING
MTÜ SEENIOR
TARTU SEENIORMEESTE KLUBI
MTÜ PURUVANAKESED
AJALEHT ELUKAAR

Toimetaja ENE VEIPER
Sotsiaalministeeriumi Vaneamealiste poliitika komisjoni väljaanne
Tallinn 15027, Gonsiori 29, tel. 5649 0494
e.veiper2@gmail.com
Trükitud trükikojas SPIN PRESS
Regati pst. 1, 11911 Tallinn
Tell.nr. 13753, 2000 eks.
Elukaare väljaandmist rahastab
Hasartmängumaksu Nõukogu