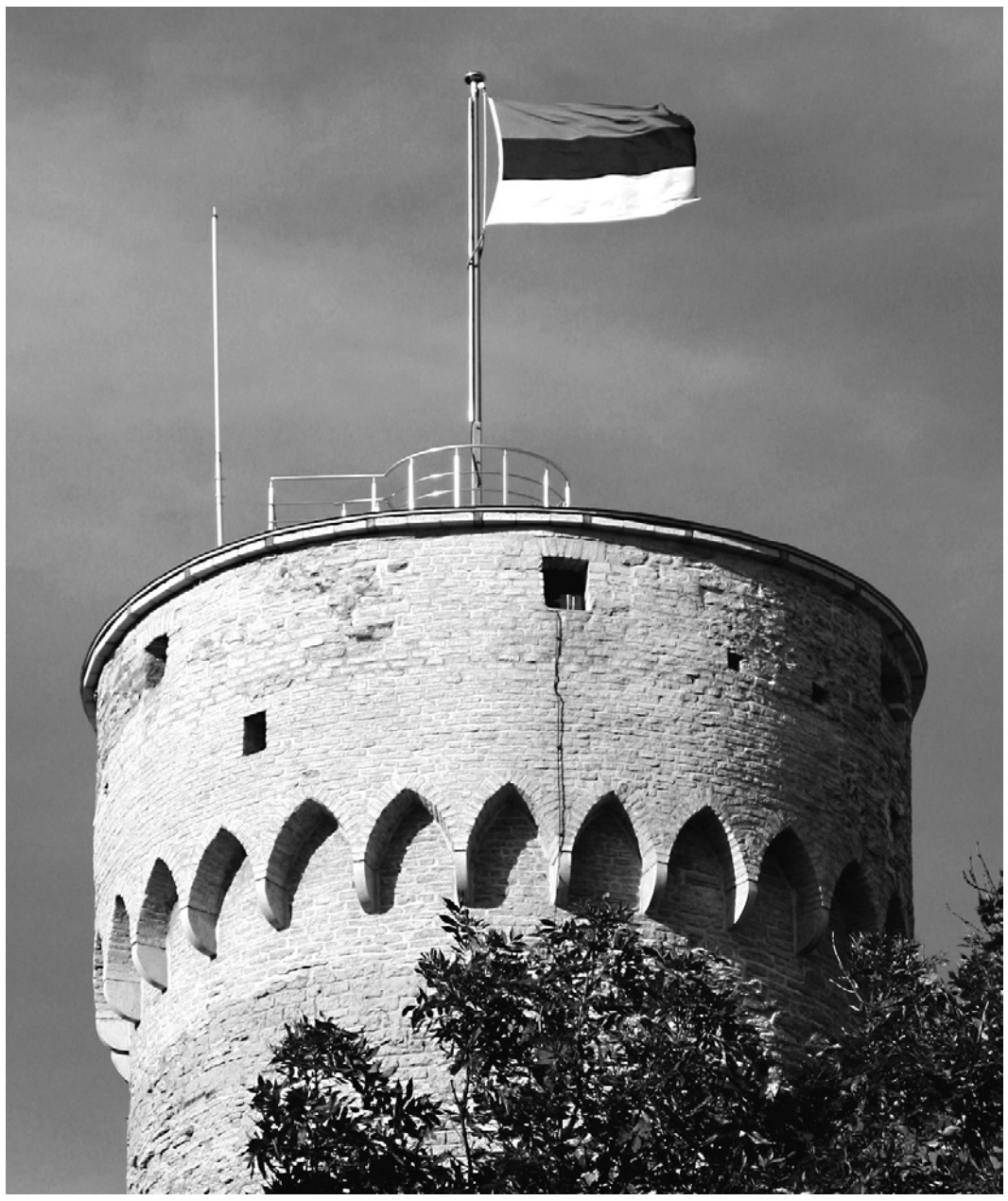
ELUKAAR

VEEBRUAR 2017 Nr. 02 (192)



24. veebruaril sai Eesti 99-aastaseks! Palju, palju õnne, Eestimaa!

KAS SA KA TEAD, ET OLED ÕNNELIK?

- Kui sul on toit laual ja riie seljas, katus pea kohal ja voodi, milles magada – oled sa rikkam kui 75% kogu maailma rahvast.
- Kui sul on tibake raha pangas, natuke rahakotis ja mõni münt ka säästupõrsas – kuulud sa maailma rikkamate inimeste hulka, keda on 8%.
- Kui sa võid pöörduda palves oma jumala poole ja käia kirikus, ilma et sind tõrjutaks, arreteeritaks või tapetaks, oled sa paremas olukorras kui 3 miljardit inimest mujal maailmas.
- Kui sa ärkad hommikul rohkem terve kui haigena, on su asjad paremad kui miljonil inimesel, kes sel nädalal enam hinges ei püsi.
- Kui sa ei tunne sõjaõudusi, vangistust ega nälga, läheb sul paremini kui 500 miljonil inimesel kogu maailmas.
- Kui sinu vanemad elavad ja on praegugi veel abielus, oled sa haruldane isegi Eestis, samas on sul midagi, millele tänutundes toetuda.
- Just selliselt, püstipäi ja naeratus suul, võiksime me kõik väljendada oma tänulikkust, ent vaid vähesed märkavad seda teha.

Nüüd sa tead, kui sa juhtumisi pole tähele pannud, et tegelikult oled sa õnnelik inimene.

- Ja lõpuks – kui sul on veel keegi, kelle käest kinni hoida, keda kallistada, kelle õlale toetuda või kelle eest hoolitseda, siis võid end lugeda eriti õnnelikuks inimeseks.

SOTSIAALMINISTEERIUMIS

Kavandatav pensionireform tagab pensionisüsteemi elujõulisuse

Kunagi varem pole Euroopa ajaloos olnud vanu inimesi noortest arvuliselt rohkem. See tähendab, et meilgi tuleb hoolikalt läbi mõelda, kuidas muutuva olukorraga hakkama saada.

Hooliv ja vastutustundlik riik mõtleb erinevaid prognoose arvesse võttes ette, mis juhtub tänase süsteemi jätkudes kümne ja ka 20 aasta pärast. Üksnes nii saab tagada pensionisüsteemi elujõulisuse ja ennetada paljude vanemaealiste langemist vaesusriski. Sellepärast ongi pensionireformi tegemine nüüd ja kohe vajalik.

Eesti pensionisüsteem koosneb kolmest sambast, millest kaks esimest moodustavad riikliku pensioni ja kolmas on erapension. Riikliku pensioni esimest sammast rahastatakse samal ajal töötavate inimeste sotsiaalmaksust, mistõttu on oluline, kui palju on iga pensionäri kohta maksumaksjaid ja kui palju laekub maksu. Esimese samba vanaduspension koosneb Eestis kolmest osast: baasosast, mis on kõigile võrdne, staažiosast (koguti kuni 31.12.1998. a) ja alates 1999. aastast ka kindlustusosast, mis on seotud töötasuga.

Teise sambasse koguvad praegused töötegijad oma pensioniks raha ette: inimene maksab oma palgast 2% pensionifondi ning riik lisab sellele töötaja palgalt arvestatava sotsiaalmaksu arvelt 4%. Kolmandasse sambasse sissemaksete tegemise ja nende suuruse otsustab inimene ise.

Solidaarsem süsteem hoolib Eesti inimestest

Ligi kolmveerandi Eesti tööealiste inimeste jaoks on praegune pensionisüsteem ebasoodne. Kuidas? Üle poole miljoni inimese teenis 2016. aasta andmetel alla keskmise palga. Mullu kolmandas kvartalis oli keskmine brutopalk Eestis 1119 eurot.

Kuna ka teine sammas sõltub palga suurusest, siis palkade suur erinevus, sh Eesti erinevate piirkondade vahel, kanduks üle pensionitesse. Paljudele tähendaks see toe otsimist sotsiaalabist, mis pole õiglane aastakümneid kohusetundlikult tööd teinud inimeste suhtes ning lööb ka maksumaksja rahakoti pihta. Ühiskond vajab kõigi töötajate pingutust.

Näiteks, kui praegu saab 40-aastase staažiga ja täiskoha, kuid miinimumpalgaga inimene pensioniks 29% keskmisest palgast, siis juba 2050. aastal saaks ta ilma pensionireformita kahe samba peale kokku pensioniks 21% riigi keskmisest palgast. Reformiga moodustab tema pension ka 2050. aastal 29% keskmisest palgast. See osakaal ei tohiks mingil juhul langeda.

Seepärast on valitsus võtnud sihi muuta alates 2020. aastast riikliku vanaduspensioni arvestust. Pensioni suuruse määramiseks hakatakse pensioni esimeses sambas uuesti arvestama staažiga. Üleminekuperioodil ehk aastatel 2020–2036 koguksid inimesed esimesse sambasse pensioniosakut, millest pool sõltub palgast ja pool töötatud aastatest. Alates 2037. aastast arvestataks vaid puhast staažiosakut, st üks töötatud aasta annab ühe kindlustusosaku sõltumata palga suurusest.

Seos palgaga säilib reformijärgselt teises sambas, mis sõltub täielikult töötasu suurusest ja makstud sotsiaalmaksust. Kuivõrd teise sambaga liitumine oli seni kohustuslik 1983. aastal ja hiljem sündinutele, on plaanis taasavada kogumispensioniga liitumine ka aastatel 1970–1982 sündinutele, et üleminekuperioodil oleks võimalik teise samba pensioni kogudes investeerida oma tulevikku.

Midagi ei muutu seega üleöö. Praeguste pensionikogujate esimese samba pension jääb sõltuma nii staažiosast kui ka palgast, sest juba kogutud kindlustusosakuid ümber ei arvestata.

Pensionile paindlikult

Lisaks muudatustele pensioni esimese samba suuruse arvutamises on pensioniiga plaanis 2027. aastast siduda keskmise oodatava elueaga. Pooled Euroopa Liidu riigid on praeguseks seda juba ühel või teisel moel teinud.

2015. aastal valmis Emori ja Praxise koostöös uuring Eesti vanemaealiste ja eakate toimetulekust, kust selgus, et tööd tegevatest vanemaealistest üle kolmveerandi kavatseb enda sõnul töötamist jätkata ka vanaduspensioniea saabudes. Ka praegu töötab veidi üle viiendiku Eesti pensioniealistest. Seega on elukestev õpe ja hoiakute muutumine vanemaealiste töötajate suhtes järjest olulisemad.

Kõik ei ole muidugi nii lihtne, sest tööturult lahkutakse ka enne pensioniea saabumist. Praegused pensionärid selgitavad seda kõige sagedamini terviseprobleemiga, aga ka raskustega uue töö leidmisel. Nii ongi riigile suurim väljakutse aidata inimestel püsida hea vormi ja tervise juures, nõustada uue töö leidmisel ning toetada vajadusel ümberõppel. Aktiivne, tervisest hooliv eluviis ja osalemine ühiskonnaelus pakub eneseteostust ning vähendab survet maksumaksjate arvust sõltuvale tervishoiu- ja sotsiaalsüsteemile.

Edaspidi saab igaüks ise valida pensionile mineku ea, saada pensioni osaliselt, lasta oma pensioni maksmine peatada, näiteks tasuva töö leidmisel, ja sobival hetkel taas jätkata. Paindlikum pensionisüsteem arvestab nii inimeste sooviga pensionieas töötada kui ka võimalusega, et inimene soovib minna pensionile ennetähtaegselt. Milliste reeglite järgi täpselt see kõik toimima saab, hakkame nüüd sotsiaalpartneritega üheskoos eelnõuks vormima.

Tuleviku pensionid peavad väärtustama kõiki inimesi, arvestama rahvastikuprotsessidega ja olema piisavalt paindlikud, et inimene saaks ise valida pensionile jäämise aja. Eesti peab otsima viise pensionivaesuse vältimiseks. See on väljakutse, mis sõltub poliitilistest otsustest, mida ei saa enam edasi lükata, aga mis tuleb ellu viia piisavalt pika üleminekuperioodiga.

Kaia IVA,
sotsiaalkaitseminister

Näited 40-aastase tööstaaži korral reformiga ja reformita:

2030. aastal pensionile
Kui täna 54-aastane Ain, kes on teeninud miinimumpalka, läheb pensionile 2030. aastal, hakkaks ta ilma reformita pensioni saama 551 eurot, reformiga aga 590 eurot. 54-aastane Tiiu, kes on teeninud kaks keskmist palka, hakkaks 2030. aastal pensionile minnes ilma reformita saama 1239 eurot, reformiga aga 1250 eurot.

2050. aastal pensionile
Helduri tütar, kes täna on 30. eluaastates ja teenib miinimumpalka, jõuab pensioniikka 2050. aastatel. Reformita hakkaks ta saama 980 eurot pensioni ja pensionireformiga 1323 eurot. Ene poeg, kes täna on 30. eluaastates ja teenib kaks keskmist palka, jõuab samuti pensioniikka 2050. aastatel. Tema hakkaks reformita saama 2734 eurot ja pensionireformiga 2856 eurot.

*Toodud mudelites on summad ligikaudsed, kuid näitlikustavad reformi ühte olulisemat eesmärki, mis on ennetada pensionivaesusesse langemist. Mudelites on arvestatud pensioni mõlemat sammast.

Vanemaealiste poliitika komisjonis

Vanemaealiste poliitika komisjoni veebruarikoosoleku peamiseks arutlusteemaks olid omastehoolduse seotud probleemid, konkreetselt omastehooldajate hoolduskoormuse leevendamise võimalused. Sotsiaalministeeriumi hoolekandeosakonna peaspetsialist Ketri Kupper tutvustas hoolekandeosakonna seisukohti sel teemal ning palus komisjoni liikmetel teha omapoolseid teemakohaseid ettepanekuid. Lisaks koosolekul kõlanud mõtetele või nende kinnitamiseks ootab sotsiaalministeerium komisjoni liikmetelt veebruarikuu lõpuks vastavasisulisi ettepanekuid.

Esimese teemana tõsteti üles, milliseid teenuseid peaksid kohalikud omavalitsused omaste-hooldajaile pakkuma. Eelmisel aastal kuulutas ministeerium välja taotlusvooru kohalikele omavalitsustele intervallhoolduse, päevahoiuteenuse, isikliku abistaja teenuse, tugiisikuteenuse ja koduteenuse rahastamiseks, kavas on välja kuulutada täiendav taotlusvoor intervallhoolduse- ja päevahoiuteenuse toetamiseks. Komisjoni liikmetelt oodatakse ettepanekuid, milliseid teenuseid ja millises mahus tuleks veel toetada ja arendada. Ühe ettepanekuna pakuti välja kolme spetsialistiga - isikuhooldustöötaja, koduhooldustöötaja ning koduõde – hooldusbussi teenus maakonnas. Eraldi vajab arutamist teenuste osutamine dementsetele. Komisjon pidas vajalikuks vastava kompetentsikeskuse loomist, kus dementse eest hoolt kandev inimene saaks vajalikku konsultatsiooni, kuidas oma hoolealusega toime tulla. Kõne alla võeti ka mälukabinettide loomine Soome eeskujul.

Eraldi teemana on üles tõstetud vabatahtlikud kui kasutamata ressurss – kuidas võiksid vabatahtlikud olla rakendatud omastehooldajate tugisüsteemis. Ühe võimalusena nähakse vabatahtlikke nn abisotsiaaltöötajana, näiteks puudega inimese või eaka saatjana arsti juurde minekul, ametiasjade ajamisel, apteegis käimisel jms. Tähtis teema on eelarve vahendite jaotamine. Sotsiaalministeerium toetab kohalike omavalitsuste paindlikkust raha kasutamisel, eeldusel, et omavahel tehakse koostööd, et kindel summa läheb teenusteks, selle kõrval võib maksta ka rahalist toetust. Arutluse all oli hooldajate rahaline toetamine: kui suurt tasu maksta hooldajale, kas tuleks maksta toetust ka hooldatavale, kui jaa, siis milliste kriteeriumide alusel seda teha? Mismoodi organiseerida hooldajapuhkust? Eraldi teema on hooldekodukoha eest tasumine, perekonna roll hooldust vajava inimese abistajatena ning nende sissetulekute arvessevõtmine. Hooldekodude kõrge hind ning pereliikmete raskused selle tasumisel on pikka aega olnud üldine arutlusteema, et tegemist on perekonnaseadusest tuleneva ülalpidamiskohustusega, siis tähendaksid muutused siin ka seadusemuudatust. Ketri Kupper pidas õiglaseks, kui ööpäevaringne hooldusteenus jääks kohalike omavalitsuse kanda, teenust saav inimene maksaks aga majutuse ja toitlustuse eest, nii nagu ta teeks seda ka omas kodus. Toodi näiteks ka juhtumid, mil inimene on võtnud endale hooldada mitu vanainimest, kes tasuvad enda ülalpidamise eest oma pensioniga, leiti, et samasugune süsteem võiks olla ka kohalikes omavalitsustes, nii et lastelt enam mingit lisaraha ei nõutaks. Samas leiti, et majanduslikult heal järjel oleva hoolealuse omaosalus võiks olla suurem. Omastehoolduse teema pakub arutlusainet kindlasti ka järgmistel koosolekutel.

Koosolek otsustas, et tänavune ministri tänuvastuvõtt leiab aset 24. augustil Estonia teatri Talveaias ning seekord jagatakse tunnustust vanemaealistele vabatahtliku töö tegijatele.

EPÜLi uus kodu

Juba oma pool aastat asub Eesti Pensionäride Ühenduste Liit uuel aadressil – Paldiski maanteelt on kolitud Sõle tänavale majja nr 40. Sealsamas majas teevad oma igapäevast tööd kaks kooli – Hilari kool ning Vene erakool. Ent suures majas jätkub ruumi kõigile: EPÜLi käsutuses on mahukad ruumid juhatuse esimehele, tegevjuhile, juristile, raamatupidajale, sealtsamast koridorist viib uks ka Tallinna Pensionäride Ühendusse. Tööruumidele lisaks on mõlema organisatsiooni käsutuses avar saal, kus saab läbi viia nii oma suuremaid ja rahvarohkemaid üritusi kui pakkuda kooskäimise võimalusi ka teistele organisatsioonidele, eks põhiliselt ikka eakatele inimestele. Uue üritusena on EPÜL lükanud oma saalis käima eesti olmekeele õpetuse vene rahvusest pensionäridele.

EPÜLi tegevjuht Rein Tölp peab uusi ruume endistest mitmes punktis paremaks. Ruumid on vastselt remonditud (kui saaliesine koridor välja arvata, mille remont veel ees seisab), kaasaegselt mööbleeritud, asukoht on hea – bussipeatus päris maja juures, ning erinevalt eelmisest elukohast ei tule pensionäridel treppi mööda üles kõndida, kuna uus kodu asub alumisel korrusel.

Kes ei ole veel EPÜLi uut elukohta üles leidnud, siis öelgem selgituseks, et Pelgulinna buss nr 40 viib peaaegu maja ette ning bussi sõidugraafik on tihe.

(Vasemalt) EPÜLi tegevjuht Rein Tölp, president Arnold Rüütel ning EPÜLi juhatuse esimees Andres Ergma uute ruumide soolaleivapeol.

Loomisel on eakate nõukogud

Eesti Pensionäride Ühenduste Liidu viimase aja tegemistes on kesksel kohal kohalike omavalitsuste juurde loodavate eakate nõukogude vajalikkuse selgitamine ning nende ellukutsumine.

Palusime EPÜLi juhatuse esimehel Andres Ergmal kõnelda, mida kavandatavad eakate nõukogud endast kujutavad ning miks nende loomine vajalik on. Andres Ergma selgitas, et kohalike omavalitsuste juurde loodavate eakate nõukogude vajalikkus tõusis eriti esile seoses praegu elluviidava haldusreformiga: kohalike omavalitsuste territooriumid suurenevad, kasvab ka elanike arv, samas on teada, et volikogusaadikute arv kahaneb – kui senini oli saadikute kohti oma 2400, siis tulevikus peame arvestama poole väiksema kohtade arvuga. Uutes haldusüksustes katkevad eakate kontaktid kohalike sotsiaaltöötajatega. Andres Ergma märkis ka, et „teatavasti saavad nüüd valimisõiguse 16-aastased noored, sel puhul on teoreetiliselt täiesti võimalik, et 16-aastane 9nda klassi õpilane valib kohalikku volikogusse 12nda klassi poisi, mitte eluski aga ei vali ta sinna pensionäri. See aga tähendab, et pensionärid jäävad nö infosulgu, tähtis on, et oleks tagatud spetsiifilise informatsiooni liikumine nii volikogusse altpoolt üles kui ka volikogu poolt allapoole, mis jõuaks pensionärideni.“ Eakate nõukogu idee ongi selles, et kohaliku omavalitsuse juures oleks mingi institutsioon, kes esindaks selle piirkonna pensionäre, et pensionärid saaksid osaleda nende eluolu puudutavate probleemide arutamises ja vastavate otsuste vastuvõtmises.

Eakate nõukogu loomise idee tuli Soomest, kus need on juba mõnda aega olemas. Soome pensionäride ühenduse esimees käis 1914. aastal Eestis, sel puhul organiseeris meie pensionäride organisatsioon väikese seminari, kus kuulati infot, mismoodi Soomes eakate nõukogud kohalike volikogude juures töötavad. Soomes peavad kohalikud omavalitsused oma plaane ja otsuseid esitama ka eakate nõukogule, meil on nõukogu otsused soovituslikud. Mõeldud on, et eakate nõukogusse kuulub üks kohaliku omavalitsuse liige, üks volikogu liige ning 3 – 4 pensionäride organisatsioonide esindajat. Viljandis on juba selline nõukogu loodud, tänaseks on EPÜL saanud kokkuleppele Põhja-Tallinnaga, et linnaosavalitsuse juurde tuleb eakate nõukogu, nõusolekut on avaldanud ka Pärnu.

Andres Ergma märkis, et probleeme hakkab tekitama ka haldusreformiga seoses sisseviidav sunddigitaliseerimine, mis vanemate inimeste hulgas kindlasti arusaamatusi ja segadust toob. Kindlasti tekib probleeme uute perearstikeskuste loomisega – kuidas sinna jõuda jpm. Neid ja paljusid teisi probleeme aitaksid selgitada ja lahendada eakate nõukogud. Uutes omavalitsustes võtab spetsiifilise info levimine aega ning pensionärid jäävad niimoodi tähelepanuta. Eakate nõukogud aitavad kuidagigi seda üleminekuperioodi pehmendada. Andres Ergma tuli eakate nõukogu ideega välja Vanemaealiste poliitika komisjonis 2016. aasta jaanuaris. Sellest ajast saati on EPÜL selle probleemiga tegelnud, tulevikus loodetakse jõuda ka seadusemuudatuseni, mis aktsepteeriks eakate nõukogusid ja sel moel paraneks suuresti pensionäride positsioon haldusreformi kontekstis.

Ene VEIPER

Eesti mälutreenerid Leedus ja Soomes

Vanemaealised inimesed kurdavad sageli, et mälu pole enam nii usaldusväärne nagu see oli noores eas, et nn mäluaugud on päris sagedased külalised. Kuidas oma mälu treenida? Ja kes oleksid selle juures treeneriteks? Eestis on mälutreenereid mitmel puhul ette valmistatud ja nad on vanemaealiste inimeste hulgast oma treeningtundidesse juba üsnagi palju huvilisi kokku meelitanud. MTÜ 65B astus siit sammu edasi: selleks et oma väärtuslikke kogemusi mitte ainult endale hoida ja et saada lisaks rahvusvahelist haaret, sai hakatud otsima koolituste tegemise võimalusi ka lähinaabrite juures. Meiega koostööst huvitatuid leidsime nii Soomest kui Leedust, polnud seal ju varem vanemaealistele mälutreenereid koolitatud. Toetuse saime tänu Nordplus Adult programmile, mis rahastab Põhja- ja Baltimaade täiskasvanuhariduse projekte. Projekti nimeks sai valitud „Old Memory Shake“ ehk akronüüm OLMES. Projekt algas eelmise aasta septembris ja lõpeb 2017. aasta detsembris. Partneriteks on meil Soomes Laurea Ammatikorkeakoulu ja Leedus Vilniuse Väärikate Ülikool. Projekti eesmärk on arendada seeniorite mälu treenerite koolituste kaudu eakate õppimisvõimeid ja -võimalusi nii Eestis, Leedus kui ka Soomes.

Tänaseks on meil tehtud kaks 40-tunnist koolitust nii Vilniuses kui Helsingis. Koolitajateks on olnud Anu Jonuks, Reet Trei ja Riina Enke. Koolituse lõpus hinnatakse testi abil omandatud teadmisi. Vilniuses läbis koolituse edukalt 18 õppurit, Helsingis 16. Võrdluseks: Eestis on analoogse koolituse edukalt läbinud juba üle kolmekümne inimese.

Koolitatavate seltskond on olnud nii vanuse kui ka ametite poolest väga kirju. Esindatud on olnud nii pedagoogid, sotsiaaltöötajad, füsioterapeudid, meditsiiniõenduse tudengid kui ka aktiivsed pensionärid. Osalejaid on olnud nii eakate päevakeskuste kui ka hooldekodude personali hulgast, aga on olnud ka neid, kes tulnud eesmärgiga kasutada saadud teadmisi lihtsalt oma lähikonnas.

Koolituste tagasiside on olnud väga positiivne. Ainsaks probleemiks on olnud mõnedele eakamatele õppuritele keele probleem, kuna koolitused toimuvad inglise keeles.

Projekti järgmiseks astmeks on eakate mälu treeneritele käsiraamatu koostamine, mis peab sisaldama harjutusi nii grupitööks kui ka iseseisvaks harjutamiseks. Kõigi partnerite kogutud harjutused modifitseeritakse vastavalt iga maa keelele ja kultuurile. Elektrooniline käsiraamat valmib neljas keeles - eesti, vene, soome ja leedu keeles. Soome partneril on plaanis valmistada ette ka juhendmaterjal koolitajatele tahvelarvutites kasutamiseks .

Eestis teeme koostööd ettevõtte SENTAB OÜ-ga (www.sentab.com/ee), kes on töötanud välja vanemaealistele sobiva virtuaalse keskkonna nii suhtlemiseks kui ka enesearendamiseks. Läbi virtuaalse keskkonna on plaanis hakata levitama projekti käigus välja töötatud mälutreeningu materjale. See annab võimaluse osaleda TV ekraanil mälutreeningu ja mälutehnikate töötubades, kus saab individuaalselt oma mälu treenida. Ärgem unustagem, et nii nagu lihased vajavad treenimist, nii ei tohi me ka oma ajurakke unarusse jätta.

Koolitajad ja õppurid Vilniuses pärast edukat eksamisooritust.

See oli lühiülevaade MTÜ 65B tegemistest OLMES-projekti raames. Pikemalt juba siis, kui projekt on edukalt lõppenud.

Eestis hakati vanemaealiste mälu treenereid koolitama juba 2004. aastal ja koolitajaks oli siis Dana Steinova Euroopa vanemaealiste võrgustiku EURAG mälutreeningu keskusest. Sellest ajast on meil Eestis tegutsenud ka üks staažikamaid mälutreenereid Anu Jonuks. Vahepeal möödus kümme aastat ja siis oli Dana uuesti tagasi, et koolitada uut gruppi mälutreenereid, sellest grupist kasvasid välja juba nii meie oma mälutreenerite koolitajad kui ka MTÜ 65B.

Riina ENKE,
mälutreener, Nordplus Adult
OLMES projekti koordinaator

Juttu käsitööst ja elust enesest

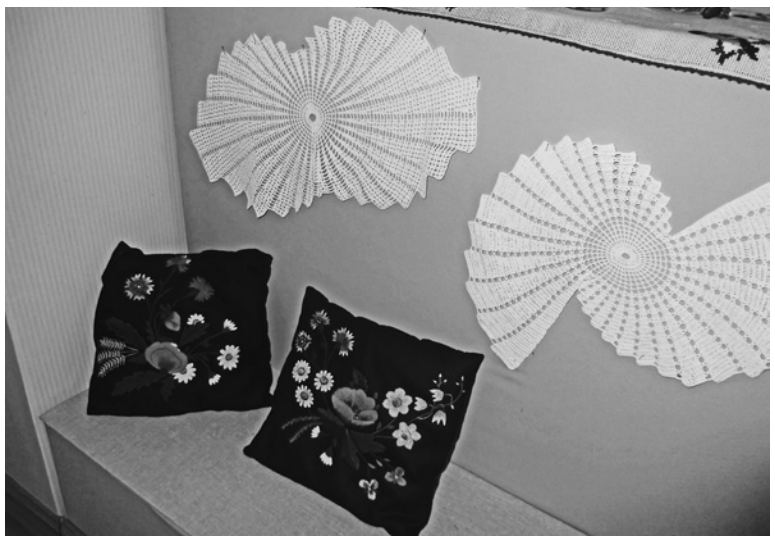
Istume koos Aime Põlendikuga Vanurite Eneseabi- ja Nõustamisühingu käsitööruumis. Kui siia ruumi järjekordne käsitöönäitus huvilistele vaatamiseks ülesse pannakse, saab sellest toast näituseruum. Sel puhul näib tuba justnagu avaramaks muutuvat. Nii ka seekord, kui toaseintele, laudadele, nagidele ja riiulitele on üles seatud VENÜ käsitööringi juhendaja Aime Põlendiku hämmastavalt žanririkas käsitööloom-ing. Mida siin kõike ei ole – tikitud vaibad ja padjad, tikitud ning viltimistehnikas pildid, heegeldatud pontšod ja linikud, heegeldatud kübarad, haapsalu sallid, rikkalikus valikus kootud esemeid, kauneid postkaarte, mitut sorti miniatuurseid loomakesi ja mida kõike veel. Aime ütleb, et siin on eksponeeritud vaid tema käsitöö jäägid, sest enamiku tehtust on ta ikka ära kinkinud. Ega kogu tema looming ühte ruumi polekski ära mahtunud, aga juba need tegija sõnutsi „jäägidki“ panevad siiralt imetlema, kui ilus ikka on see meie eesti käsitöö.

„Kust on pärit sinu käsitööoskus ja –armastus?“ küsin Aimelt ja saan vastuse, mis ehmatab pikkadeks minutiteks unustama äsja just suurt imetlust tekitanud näituse ja mõtlema tänaseks juba kaugeks jäänud aastatele - meie vanema põlve eestlaste elusaatusele. „Eks ikka kodunt. Ent mingis mõttes oli see siiski nö oludest sunnitud oskus,“ on Aime vastus. Nimelt oli Aime 9-aastane, kui kogu nende pere kulakuks kuulutati ja Siberisse küüditati. Hoolimata sellest, et isa oli invaliid. Nimelt oli isa heinavankrilt nii õnnetult kukkunud, et vigastas selgroogu ja suutis seejärel liikuda vaid kahe kargu najal. Ja hoolimata ka sellest, et ema oli seitsmendat kuud beebiootel. Siit läks teele kahelapseline pere, Siberis sündis juurde kolmas õde.

Hakkaja eesti naisena pani pereema käiku oma käsitööoskused, kudus ja heegeldas, valminud esemed aga läksid kohalike inimestega piima, munade ja muu söögikraami vastu vahetusse. Kõige vanema lapsena hakkas ema kõrval ka Aime kitsekarvast tehtud lõngast salle, kindaid ja sokke kuduma, just sealt jäigi külge soov ja oskus igasugust käsitööd teha. Eestis oli Aime käinud koolis kolm aastat, Siberis tuli uuesti minna esimesse klassi, ja kui seal oli ka kolm klassi lõpetatud, leidis 13-14-aastaseks saanud neiuhakatis, et nüüd on tarkust küll ja tuleb tööle minna. Eestisse tagasi tuli ta koos sügisel esimesse klassi mineva õega 1956. aastal, ema, isa ja kolmas õde tulid järele hiljem. „Olin 17 aastat vana ja pagasiks 3 klassi haridust. Mida sellisena küll peale hakata?“ rääkis Aime. Peas tagus vaid mõte, et tuleb kooli minna. Neljandasse klassi väikeste laste juurde minna ei saanud, õhtukoolis nii madalaid klasse ei olnud, jäi vaid kaugõpe, mis algas 6ndast klassist. Niisiis tuli kaks klassi üle hüpata ja 6ndasse klassi minna. Sel ajal tutvus ta oma tulevase abikaasaga, kes oli keskkooli lõpetanud ja kes teda õppimises igatmoodi aitas. Ja nii tegi Aime ka keskkooli läbi kiirendatud korras – ikka kaks aastat korraga.

Vahepeal oli ta läinud vabrikusse Keila ketraja õpilaseks ning seejärel sai ketrajana tööle. Keskkooli diplom käes, otsustas ta minna Tallinna Polütehnilisse Instituuti majandust õppima, ülikooli kõrval aga töölisena töötada ei lubatud, ja nii sai Aimest peagi sealsamas vabrikus algul ökonomist, varsti plaaniosakonna juhataja, siis peaökonomist, aeg-ajalt tuli täita direktori asetäitja kohustusi...

Kuulan teda ja mõtlen, mida küll arvaksid Aime Põlendiku elukäiku kuulates need ligi 30 000 Eestimaa tänast noort, kes ei tunne vajadust ei õppida ega töötada. Otsustasin siiski mitte alustada ühiskonnaelu lahkamisega ja minna tagasi kõigilt seintelt vastu naeratava ilusa teema juurde – Aime käsitööarmastuse juurde. Sest käsitöö on teda saatnud kogu elu, lapsepõlveaastatest tänaseni, mil 80nda eluaastani vaid paar aastat aega. Iseseisva õppimisega harjunud Aime pole ühelgi käsitöökursusel käinud, kõik oskused on tulnud raamatutest. „Kui raamatus mõnd huvitavat käsitööeset või –võtet näen, tahan seda kohe ise järele proovida. Ja kui ma midagi juba tegema hakkan, siis ma lihtsalt ei saa seda käest ära panna, ma pean selle lõpuni tegema. Neid käsitööasju on lõputult palju, mida tahaksin teha, kui mõnes raamatus või ajakirjas midagi ilusat näen, lähen elevile ja tahan kohe ise tegema hakata. Mulle lihtsalt meeldib käsitööd teha. Minule on käsitöö niisamasuguse mõjuga, nagu mõnele öeldakse olevat jooga - käsitööd tehes tunnen end lihtsalt hästi, kusagilt midagi ei valuta, pähe tulevad vaid helged mõtted,” selgitab Aime. Eriti meeldib talle kudumine, sest kududa saab ka televiisorit vaadates – tal lihtsalt peab mingi käsitöö näppude vahel olema. Ent tal on ka teine hobi – söögitegemine. Nagu käsitööski, tahab ta ka siin kõiki uusi retsepte ise proovida, et seejärel ilusast lauakatmisest ja teistele pakkumisest rõõmu tunda.



Viimased 21 aastat on Aime oma rikkalikke käsitööoskusi VENÜ käsitööringi juhendajana ka teistele käsitööhuvilistele jaganud. „Kuidas sai sinust õpetaja?“ küsin. „Mind kutsus ringijuhendajaks VENÜ kunagine käsitööringide töö koordineerija ja kirglik käsitöötegija Renate Pukk. Vaidlesin algul ägedalt vastu – polnud ma ju kunagi kedagi õpetanud ega isegi ametlikult kusagil käsitööd õppinud. Lõpuks jäin siiski nõusse, ent kutsusin endaga koos õpetama kogemustega käsitööõpetaja Hayde Kurski. 3 aastat õpetasime koos, siis lõime ringid lahku ja sellest ajast olen üksinda ringi juhendanud. Minu ringis on 12 käsitööhuvilist, rohkem ei tohikski olla, siis läheks jututoaks. Režiim on meil vaba, igaüks valib ise, mida konkreetselt teha tahab, tavaliselt teevad paar-kolm inimest ühte asja, teised aga midagi muud. Seni oleme kenasti hakkama saanud.“

„Kõigele lisaks oled ju ka veel aiapidaja,” räägin mina. „Mingil määral. Mul on Kiisal suvekodu, aedoad, maasikad, kurgid ja tomatid tulevad sealt. Ma ei kujuta ette, et peaksin suvel linnas olema – juba maikuus läheme maale ja sügisel hilja tuleme linna tagasi.“

„Sinu praegune elukaaslane on rahvuselt soomlane, kelle elukoht oli Rootsis. Kas sind pole peibutanud võimalus minna Rootsi elama?“ „Ei kunagi, minu tingimus oli, et elama jääme Eestisse – siin on

minu sugulased ja sõbrad, ja ka mina kuulun ainult siia. Käin koos temaga heameelga nii Rootsis kui ka Soomes, kus on tema suvekodu, ent olnud seal paar nädalat, tahan juba kindlasti koju. Kohtusin temaga siis, kui olin kaks aastat olnud lesk, nüüd oleme koos olnud juba 18 aastat. Arvan, et inimene on loodud nii, et tal peab keegi lähedane olema, eks niisama arvab ja tunneb ka tema...“

Ja ikka jääb mind huvitama, mida arvaksid Aime eluteest need 20 000 noort, kellest eespool juttu oli. Kas nad oskaksid selles näha üht õnne retsepti, mis on üles ehitatud Tammsaare „Tõest ja õigusest“ tsiteeritud mõttele: tee tööd, siis tuleb armastus!

Ene VEIPER

EESTI TOIDU MUUSEUM

Söö mis küps, räägi, mis tõsi
/eesti vanasõna/

Eesti toiduga seotud ettevõtmisi on mitmeid. Nii näiteks on saanud traditsiooniks iga-aastane Eesti toidukuu, mis toimub septembris. Eelmisel aastal liitus teiste septembrikuiste toredate üritustega ka just äsja, septembrikuu keskel ellu kutsutud toidumuuseum.

Mõned naljaninad on küsinud, et kas eesti toit on tõesti juba nii haruldane, et seda peab muuseumis hoidma ja näitama. Tegelikult oli Eesti Toidu Muuseumi sünd vajadusest tulenev paratamatus. Meile kaugemalt ja lähemalt külla tulnud inimesed küsivad tihti, et mis see eesti toit on ja kus nad seda maitsta saaksid. Tihti on nii, et eestlane hakkab sellele küsimusele palavikuliselt vastust välja mõtlema ja osavamad siis teatavadki, et kama ja rukkileib ongi need ainsad eesti toidud. Mõni lisab juurde veel vürtsikilu ja siis saabki piltlikult öeldes mõistus otsa. Tegelikult on eesti toit tõeliselt valikute ja maitsete rikas. Me peame lihtsalt ise seda paremini tundma ja hinnata oskama.

Eesti toit peegeldab kõige enam meie puhast loodust. Liigirikkad rohumaad, viljakad põllud, külluslikud metsad, rabad ja sood, meri, järved ja jõed on juba sajandeid olnud oluliseks toiduallikaks. See tagab, et eestimaalaste toidulaual leidub head ja ehedat toitu kõigil neljal aastaajal.

Eesti Toidu Muuseum asutatigi selleks, et meil kõigil oleks koht, kuhu tulla koos kaugete külalistega, oma pere ja sõpradega. Eesti Toidu Muuseumis saate vaadata toiduteemalisi näitusi, võtta osa erinevatest eesti toidu õpitubadest, kus proovida mitmesuguste lihtsamate või traditsioonilisemate eesti toitude valmistamist.

Kiluvürtsi õpituba.

Toidumuuseumisse on külla oodatud kõik osavad kodukokad, kes tahaksid oma oskusi ja teadmisi teistega jagada. Koos saame mõelda, kuidas neid, tihti põlvest põlve edasi antud nippe kasutama õpetada või õppida. Oluline on, et sellised oskused ei kaoks koos inimestega, kes neid oskusi ja teadmisi valdavad ja täna igapäevaselt kasutavad.

Kama ja kilu.

Nüüd, Eesti Vabariigi 99. sünnipäeva eel saab toidumuuseumis osaleda kahes õpitoas. Esimene neist on kiluvürtsi õpituba, kus koos tehakse valmis traditsiooniline kiluvürts ja pannakse kenasti karpidesse, et seda siis koos sõprade või perega pidulauas nautida. Kiluvürtsi õpituppa saavad tulla kõik huvilised. Õpitoa hind on 10 eurot inimese kohta, pensionäridele ja lastele kehtib soodushind. Õpituppa tuleb end registreerida telefonil 6717 110 või 5550 7494.

Teine õpituba on trühvlite õpituba, kus koos tehakse marjamaitselisi kamatrühvleid ja mõnusaid kilutrühvleid. Mõlemaid tegema õppides saate edaspidi külla minnes oma külakosti ise valmis meisterdada - mis küll oleks veel toredam kingitus kui see, mis tehtud oma kätega ja sooja südamega. Nii et - sõbrannad kokku ja õpituppa!

Toidumuuseumisse saate tulla ka niisama uudistama. Meil on võimalik vaadata kahte näitust. Üks on fotograaf Toomas Tuule toidufotode näitus-müük ja teine Meremuuseumist laenuks saadud “Kilulinn Tallinn”. Näitusetel pole piletit, küll aga ootame teid kaasa ostma meie toredaid marjamaitselisi kamasegusid.

Et nüüd on Toidumuuseumis avatud ka kohvik Kama ja Kilu, siis saate meile külla tulla esmaspäevast reedeni kella 11.00 – 17.00 ja laupäeviti 11.00 – 15.00. Suurema seltskonna puhul tasub alati telefoni teel tuleku soovist ette teatada.

Toidumuuseumi ruume on võimalik erinevateks üritusteks ka rentida, asume ju kergesti kättesaadavas kohas Tallinna bussijaama lähedal aadressil Masina 20. Aitame siin teie sünnipäeva või muu olulise sündmuse nii korraldajale kui külalistele toredaks sündmuseks muuta.

Kohtumiseni !

Siiri LEHTMETS,
Eesti Toidu Muuseum

EAKATE KLUBI REMMELGAS

Meie klubil on küllalt pikk ajalugu – käesoleval aastal saab juba 38 aastat!

Kuigi liikmeskond on pidevas muutumises (kes vahetab elukohta, kes taandub tervislikel põhjustel, kes lahkub hoopis toonela teele), jätkub klubi tegevus ikkagi oma toredate ja mitmekülgsete ettevõtmistega.

Nii palju kui on aastaid klubil, on aastaid ka tantsuringil „Kanarbik“. Alates 1994. aastast kuni tänaseni on ringi juhendajaks olnud Mall Moor.

Koos käiakse kolmapäeviti. Esinemiste jada on kirev: tähtpäevad omas majas, küllasõidud naabritele, iga-aastased maakondlikud seeniortantsupäevad. On osaletud ka Kaera-Jaani võistlustantsimisel, Vanalinna päevadel Tallinnas, tantsupäeval Jurmalas jne.

Aegade vältel on tantsinud ka 4 paariga segarühm ning karaktertantsijad. Praegu tantsib rühmas 8 agarat memme. Kõige pikem staaž – 24 aastat, kõige lühem – 1 aasta.

Tegutsenud on ka väga erineva koosseisuga naisansambleid. Praegu tegutsev koosseis (6 lauljat) tähistab sügisel oma 5ndat aastapäeva. Esinemisi on samuti tihedalt – küll oma maja üritustel, väga mitmetes teiste majade eakaaslaste klubides, külapäevadel, jaaniõhtutel jne. Ansamblit juhendab Reet Alavere.

Aga kõik ju ei mahu tantsima-laulma, sestap oleme leidnud mitmeid väljundeid elu huvitavaks muutmiseks.

Nii on traditsiooniks saanud korraldada üks kord kuus koosviibimisi, mida nimetame kolmapäeva kohvilõunaks. Siis tähistame rahvakalendri tähtpäevi, õnnitleme kuu sünnipäevalapsi, kohtume teiste klubide eakaaslastega, kuulame külalisesinejaid jne, jne. Loomulikult ei toimu ükski kohvilõuna ilma tantsuta, sageli kutsub tantsupõrandale kapell „Reilender“ naaberklubist Viru-Jaagupist või siis oma maja pillimees, rahvamaja juhataja Tarmo.

Remmelga rahvas on ka üliaktiivne ekskursioonidel käija. Saame seda endale lubada tänu Vinni vallavalitsuse mõistvale suhtumisele ja toele – transpordikulud ei pea tulema eaka rahakotist.

Nii oleme sõitnud Eestimaa risti ja põiki läbi, ka suuremad saared. Meeldejäävad on olnud reisid Saaremaale, sealjuures Vigala Sassi talu ja pere külastamine, kahepäevane reis Hiiumaale, Pärnumaa Tamme Talu ürdiaed ja Vene Talu oma kombestiku ja tohutu külalislahkusega, Piirissaare, Peipsi, Tamula, Värska, Karujärv – loetelu võiks lõpmatuseni jätkata.

Sellised koossõidud viivad alati mõtted ja mured eemale, kuulad uudiseid, viskad sõpradega nalja. Meil on väga tore bussijuht Heldur, kes oskab alati rääkida huvitavaid lugusid külastuspaikadest, samuti on tal varrukast võtta lõbusaid anekdoote. Miks siis ei peaks kodunt välja tulema ja kõigest sellest mõnu tundma! Teeme seda kõike seni, kuni tervis vähegi lubab.

Remmelga klubi tugevust ja jätkusuutlikkust iseloomustab meie kõige esimese presidendi Linda Nirgi kirjutatud luuletus:

VANA PAJUPUUD HÜÜTAKSE REMMELGAKS
JA AASTATES INIMEST EAKAKS,
NEIS MITMESKI MÕTTES ON PALJUGI ÜHIST,
NII JONNIS KUI SITKUSES – ISEGI RÜHIS.
REMMELGAS VISA JA VINTSKE PUU,
REMMELGAS, EKS SEDA TE TEATE KÕIK JU!
TA KOOR ON KROBE JA PALJUGI NÄINUD,
KÕIK TUULED JA TORMID ON ÜLE TAST KÄINUD,
KUID IKKAGI PÜSIB TA VÄÄRIKALT PÜSTI
JA RASKUSI TROTSIB TA JONNAKALT SIISKI.
REMMELGAS, VISA JA VINTSKE PUU,
REMMELGAS, EKS SEDA TE TEATE KÕIK JU!
IGAL KEVADEL KOLLASES ÕITEMERES,
SEALT ESIMEST TOITU SAAB MESILASPERE.
TA KÕIKJAL ON TUGEVALT KINNITAND KANDA
JA ANNAB VEEL ENDAST, MIS SUUDAB TA ANDA…

Remmelga kollektiivi nimel
Reet ALAVERE

“Toru”, mis teeb elu huvitavaks

Mis on YouTube (hääldus /juutuub/, otsetõlkes „sinu toru“)? Veebientsüklopeedia ehk Vikipeedia ütleb: YouTube on veebikeskkond, kuhu kasutajad saavad videoid üles laadida, neid levitada ja vaadata. Mastaabid on selles keskkonnas tõesti suured. Vaatajate arvu viimase aja rekordeid purustanud üks videotest on lugu “Gangnam Style”, mida 2016. aasta detsembri seisuga oli vaadatud 2,7 miljardit korda. Sellest muusikavideost tekkis maailmas suur uudismüra. Inimesed üle maailma hakkasid videos tehtud tantsuliigutusi jäljendama. YouTube’i muusikavalik on lõputu.

Tänapäeval peetakse loomulikuks, et igal inimesel on YouTube’i konto, kuhu ta laeb ülesse videolõike oma igapäevastest tegemistest. Sellist tegevust nimetatakse vlogimiseks (kirjutamine veebis on blogimine, videote esitamine veebis on vlogimine). Eestis pole vlogimine veel väga laialt levinud, kuid esimesed kiiremad on juba alustanud.

Üks populaarne videoliik on ülevaadete tegemine. Noorte seas, eriti noormeeste seas on populaarsed erinevate arvutimängude ülevaated, kus *youtuuber* (/juutuuber/, YouTube’i materjali looja) kommenteerib mängu sisu ja annab sellele hinnangu. Tüdrukute seas on aga populaarsed meikimisvahendite ülevaated. Videod annavad sulle võimaluse võrrelda erinevaid tooteid. Vanemate inimeste seas on populaarsust kogunud raamatute ülevaated ja kokandusvideod.

Kolmas levinud videoliik YouTube’s on *making* (/meiking/) ehk loomine või parandamine. Nendes videotes õpetatakse midagi tegema. Näiteks tuleb mul endal meelde juhus, kus ei saanud hakkama ukselingi kokkupanemisega, ning piisas 45-sekundilisest videoklipist, et tehti asjad puust ja punaselt selgeks. Näited: kuidas teha aknapeenart , kuidas teha pannkooki jm.

Tänapäeval on oluline, et kõik inimesed oskaksid kasutada maailmas üldlevinuid veebilehti. See lihtsustab meie elu väga palju! Kui esialgu tundub asi segane, küsige teistelt abi. YouTube’i kasutama õppida on tegelikult väga lihtne.

MTÜ 65B Seinaleht nr 4,
Sten Perillus,
Paide Gümnaasiumi õpilane

LUGEMISELAMUS MIDA ME KAHETSEME KÕIGE ENAM?

„ „5 LEVINUMAT SURMAEELSET KAHETSUST“ annab lootust paremaks maailmaks. Bronnie helged mälestused on kogutud julgesse ja südantliigutavasse raamatusse, mis ühest küljest õpetab, kuidas suhelda viimast tuge vajava lähedasega, ja teisalt innustab elama just niisugust elu, nagu igaüks oma südames soovib,“ loeme BRONNIE WARE teose „5 LEVINUMAT SURMAEELSET KAHETSUST“ tagakaanelt. See emotsiooniderikas raamat on sündinud elulise materjali, autori enda elukogemuse baasil ja sellisena paneb lugeja kaasa mõtlema ning siiralt kaasa elama.

Austraalia kirjaniku, laulja, laulukirjutaja ning laulukirjutamise õpetaja Bronnie Ware enda elu on tähendanud pidevat eneseotsingut ja sellisena olnud erakordselt kirev, seikluslik ja emotsiooniderohke. Oma elumõtte otsingutel jõudis ta surmale määratud haigete hooldajaks, nendega suhtlemine ja nende surmaeelsetele mõtetele kaasaelamine muutis kogu tema ellusuhtumist ja määras tema tulevase elu. Bronnie Ware avas ajaveebi, kajastamaks oma igapäevatööst saadud kogemusi ja kujutamaks viimaseid elupäevi elavate inimeste mõtteid. Blogi sai väga suure tähelepanu osaliseks, juba esimesel ilmumisaastal oli seda jälginud üle kolme miljoni inimese. Raamat „5 levinumat surmaeelset kahetsust“ on ilmunud selle blogi alusel, tänaseks on teos bestselleriks kujunenud ja tõlgitud 29 keelde.

Mis on need 5 levinumat surmaeelset kahetsust, mida oma viimaseid elupäevi elavad inimesed talle nende omavahelistes vestlustes pihtinud on ning mille avamiseks on hargnenud pikad ja sisukad filosoofilised vestlused? Need on:

Esimene kahetsus: oleksin pidanud julgema elada oma südame, mitte teiste soovide järgi.
Teine kahetsus: oleksin pidanud vähem töötama.
Kolmas kahetsus: oleksin pidanud julgema oma tundeid väljendada.
Neljas kahetsus: oleksin pidanud sõpradega sidet hoidma.
Viies kahetsus: oleksin pidanud lubama endale rohkem õnne.

Olgu siinkohal toodud mõned mõtteavaldused sellest omalaadsest raamatust, andmaks aimu raamatu tonaalsusest, oma viimaseid elupäevi elavate inimeste mõtetest ning ka autori mõtteavaldustest, mida need omavahelised avameelsed vestlused vorminud on.

****

- Ainus viis, kuidas meie kõigi elu paraneks, on mõista meid kõiki ühendavat vastastikust sidet. Üksinda ei saa mitte midagi head korda saata. Kui me vaid õpiksime kõigi hüvangu nimel koostööd tegema, selle asemel et omavahel võistelda ja üksteist peljata.
- Muidugi on oluline teha tööd eesmärgi nimel ja anda oma panus, aga õnne ei saa panna sõltuma lõpptulemusest. Tänulikkus iga elatud päeva eest aitab teadvustada ja nautida õnne käesoleval hetkel, mitte siis, kui tulevad tulemused, või kui sa jääd pensionile, või kui see ja teine juhtub.
- Kui olin oma loo Grace´ile jutustanud, muutusime iseenesest veelgi lähedasemaks. Ta oli nõus, et igale perekonnale on määratud mingi õppetund. Ta ei suutnud meenutada ühtegi peret, millele poleks antud pähkleid pureda, ja uskus, et suurem osa inimesi saab väärtuslikke õppetunde just pereelust. Rääkisime armastusest, kuidas ainus viis armastada tähendab leppimist inimestega sellistena nagu nad on, mitte koormata neid ootustega. Olgugi et seda on palju kergem öelda kui teha, on see kõigist võimalustest kõige armastavam.
- Üksildus tekitab südamesse tühjuse, mis võib füüsiliselt tappa. Valu on väljakannatamatu ja mida kauem see kestab, seda rohkem koguneb meeleheidet. ..Üksildus ei tähenda inimeste puudumist. See on mõistmise ja tunnustuse puudumine. Suur hulk inimesi üle maailma on kogenud üksildust suures rahvahulgas. Õigupoolest rõhutab rahvahulgas viibimine üksildust veelgi ja muudab selle täbaramakski. ...Üksildus erineb väga palju üksinda olemisest, millest olen väga palju lugu pidanud. Üksinda olles võid olla üksildane või ka õnnelik. Üksildus on igatsus sind mõistvate inimeste järele. Mõnikord on üksinda olemine ja üksildus sarnased, kuid väga sageli nad seda ei ole.
- Suurte muutuste tegemine nõuab meelekindlust. Mida kauemaks jääd väärasse keskkonda ja muutud seeläbi oma ümbruse nägu, seda pikemalt röövid endalt võimaluse õppida tundma tõelist õnne ja rahuldust. Elu on liiga lühike, et jälgida, kuidas ta sinust möödub. Kui hirmule otsa vaadata, siis saab hirmust võitu.
- Sinu elu on sinu, mitte kellegi teise oma. Kui sinu loodud elus pole õnnekilde, kuid sa ei võta asja parandamiseks midagi ette, siis on iga uus sulle kingitud päev raisku läinud. Üks tilluke samm või väike otsus on suurepärased alguspunktid. Neile lisandub veel vastutuse võtmine oma õnne eest. Õnnelikuks eluks ei ole vaja oma kodust välja kolida või teha midagi muud äärmuslikku oma füüsilises keskkonnas. Õnnelikuks eluks on vaja muuta oma taju ja olla piisavalt vapper, et austada muuhulgas ka oma soove. Mitte keegi teine ei saa teha sind õnnelikuks või õnnetuks, kui sa seda ise ei luba.
- Tõelist väärtust ei kätke see, mida sa omad, vaid see, kes sa oled. Surijad teavad seda. Neile kuuluvatel asjadel pole lõpus enam mitte mingit tähtsust. Mida teised inimesed neist arvavad, või mida neil on õnnestunud endale hankida, ei tule lõpus neile enam kordagi mõttesse. Lõpuks läheb inimestele korda see, kui palju õnne on nad toonud oma lähedaste ellu ja kui palju aega on nad veetnud tehes endale midagi meelepärast. Paljude surijate jaoks muutus üliolulisekс, et nende omaksed ei tunneks eluõhtul samasuguseid kahetsusi. Mitte ükski surija, kelle juures olen olnud, ei soovinud elule tagasi vaadates, et oleks ostnud või omanud veel rohkem. Mitte ükski. Selle asemel täidavad surijate meeli kõige enam mõtted sellest, kuidas nad oma elu elasid, mida tegid, ja kas nad on avaldanud head mõju mahajääjatele – pereliikmetele, kogukonnale või veel kellelegi.
- On aeg mõista enda ja teiste inimeste väärtust. Jäta hukkamõist seljataha. Ole lahke enda vastu ja ole lahke teiste vastu. Kuna mitte keegi meist ei ole olnud kellegi teise nahas, näinud kellegi teise silmadega ega tundnud kellegi teise südamega, siis ei tea me ka seda, kui palju keegi on kannatanud. Isegi veidi empaatiat viib kaugele.
- Iga loomult andja teab, et andmine pakub suurt rahuldust. Aga kui oled andja, ilma et lubaksid endal ka midagi vastu saada, siis takistad asjade loomulikku kulgu ja tekitad tasakaalutust ning lisaks sellele röövid kelleltki andmisrõõmu. Nii ei luba sa ka teistel endale anda. Suutmatust vastu võtta põhjustab kas uhkus või madal enesehinnang, kuid igaüks meist väärib headust.
- Kui su teele veeretatakse takistusi ja sa mõtled, kuidas küll on üldse võimalik kõik jälle korda saada; kuidas leida teatud inimsuhtes rahu; kuidas jõuavad sinuni vajalikud kontaktid; või kuidas saada raha, et midagi korda saata; siis pea meeles, et see, mida ihkad sina, ihkab ka sind. Mõnikord tuleb lihtsalt tee pealt ära astuda. Tee, mida võid ja lase siis lahti. Ära ole endal tee peal ees.

VANEMAEALISTE POLIITIKA KOMISJON

LIIKMESORGANISATSIOONID:
RIIGIKOGU SOTSIAALKOMISJON
SOTSIAALMINISTEERIUM
EESTI PUUETEGA INIMESTE KODA
TALLINNA ÜLIKOOL (ÜTI)
TARTU ÜLIKOOL (ÜTI)
MTÜ 65B
EESTI GERONTOLOOGIA JA GERIAATRIA ASSOTSIATSIOON / TÜ KLIINIKUM
EESTI SOTSIAALTÖÖ ASSOTSIATSIOON
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