



Päevakeskuse tantsurühma Elulõng tantsijad Ida Bolakova (vasakul) ja Endla Kõll

Elurõõm on sinu enda teha

Olen alati öelnud, et kui te tahate näha elurõõmsaid inimesi ja sära-vaid silmi, siis ühinege päevakeskuses tegutsevate naistega – nii palju särtsu ja energiat on peidus nendes eakates naistes, kes paljud on kahekümnendates ja selle ligi.

Palun Endla Kõlli, kes just jõudis tagasi kepikõnnikäigult, et ta näitaks, kuidas siis õige kõndimine ka käib. Vanaproua võttis varmselt kepid kätte ja õpetas, kuidas ikka käsi ja jalga peavad vastasendis liikuma. Selline asi tahab ju treenimist! "Pole viga, see ju meilgi alles esimene kord!" on Endla optimistlik.

Endla Kõlliga (s. 08.03.1926) tulin aga puhuma juubelijuttu. Nõo peal kärmelt ringi liikuv vanaproua sai naistepäeval 80!

Päevakeskuse kohvilaas jagasid rühmakaaslased õnnitlusi ja küla-lisduo Elvast pühendas ühe laulu juubilarile.

Kes on siis meie Endla Kõll?

Endla sündis Kolgal, käis Luke algkoolis. 1948–1950 õppis ta Tartu Meditsiiniakadeemias õendust. Seejärel oli kaks aastat Otepää lastesõime juhataja. Elva maale siirdus ta 1952. aastal. Kaksteist aastat töötas ta Elva Lastesõime juhatajana, seejärel kolm aastat Elva Väikelastekodus. 1966. aastast töötas ta Elva Haiglas medaani ja seda 30 pikka aastat.

Nõkku asus Endla 1996. aasta juulis.

Endla abikaasa on maamullas juba 16 aastat. Tütar Merry elab Tallinnas ja töötab põllumajandusministeeriumis. Tütrepõlv on lõpetanud kaitseväe akadeemia ja on ohvitser. Teine tütar Sirje elab oma perega Pärnumaal Tahkurannas, kasvatab poega ja tüdrit ning tegeleb aia-saaduste kasvatamisega. Vanaemal on veel jõudu külas käia ja heal meelel võtta ta alati lapsi koos peredega vastu.

Juba Nõo-perioodi algusest peale on Endla väga toimekalt juhendanud ja korraldanud vaibakudumisingi tööd.

Eakas naine tellib küttepuud, muretseb Sindist toormaterjali, püüab olme-probleeme lahendada. Seiran teda kõrvalt ja ei usu oma kõrvu – miks peaks üks 80-aastane selliselt rabelema?!

"Mida see Teile annab?" ei taha ma ebaviisakas olla.

"Meil on tore koos käia ja koos olla. Ja nüüd ühines meiega ka kaks noort inimest (kahekümnendate aastate ringis). On tore, et saame oma oskusi edasi anda. Meie vaipadest on rõõmu olnud kõikidel kingisaajatel. Müüsimegi, kui oleks mingi koht!"

Päevakeskuse juhataja Krista kommenteerib kõrvalt, et Endla on absoluutselt kõigest üritustest ja ekskursioonidest osa võtnud. Ta hindab proua Endla vaimu- ja humoorikust ja rõõmu olnud kõikidel kingisaajatel. Müüsimegi, kui oleks mingi koht!

Vanaproua on ka aktiivne rahvatantsija olnud. Neli aastat lõi ta kaasa kohalikus rühmas Elulõng, kuid pidi haige selja pärast loobuma. Ta ise viskab nalja, et selgroog on lausa sik-sakiline. Ja tema õnneks ei ole aastatetagusest rinnavähi operatsioonist saati saatuslik haigus enam märku andnud.

Oma positiivset ellusuhtumist ja raskustest väljatulemise oskust seostab Endla oma kristlaseks olemisega, mis tema arvates annab inimesele hingejõudu. Ta laulab ka juba kaksikümmend aastat Nõo kiriku-kooris.

Minu vestluspartner on aktiivse ja ladusa jutuga, selge mälu-ga, oskab olukordi analüüsida ja hinnata. Viskab sekka nalja ja välgutab südikalt silmi.

Päevakeskuse juhataja Krista tuletab vaimustusega meelde, kuidas Endla tuli hiljuti koosolekule, lõhnastanud end prantsuse parfüümiga. "No kas ma pean siis nagu narts välja nägema!" on Endla enesekindel.

Nii kaua kui Endla ennast mäletab, on ta ikka kuskil tegev olnud, laulu-, tantsu- ja näiteringist osa võtnud. Oma põhitöö – õenduse – eest on tal mälestuseks pakk akuriju.

Selline elu on elamisväärt. Aitäh, Endla, et Sa selline oled ja jätkugu Sul ilusaid vanaduspäevi!

MILVI PENZA

Nõo Päevakeskuses 1. aprillil kell 10

KÜBARAPIDU

NÕO VALLA

PUUETEGA LASTE VANEMATELE.

Kaasa võtta peakate
(mida naljakam, seda parem!).

Peakatte tutvustamiseks tuleb rääkida lugu.

Alati on võimalik tugevamaks saada

Juba kaks korda laupäevastel hommikutundidel kell 10–14 on Nõo Päevakeskuse saalis kokku saanud koduvalla erinevate puuetega laste vanemad. Kogunenud on kodanikualgatuse korras. Kokkukutsujaks on olnud Eda Puusepp (42) Järjestel, kellel endal on peres puudega poeg. Eda tunnistab, et ta lihtsalt pidi oma kogunenud teadmisi ja oskusi kellegagi jagama, edasi andma. Kellele siis mitte veel kui saatusekaaslastele, st emadele-isadele, kelle peres on puudega lapsi. Samalaadsete probleemidega inimestel on kergem lävida, üksteist mõista ja toetada. Südamelähedane oli alustada oma lähikonnast, kodukandi rahvast.

Eda Puusepp on kindlasti juba kogunud ja vabariiklikus plaanis arvestatav eestvedaja. kümne aastat on ta Eesti Tsüstilise Fibroosi Ühingu tegevjuht. 2003. aasta kevadest kuulub ta Eesti Puuetega Laste Vanemate Liidu juhatusse. Juba seitsmendat aastat korraldab ta tsüstilise fibroosi haigetele ja nende peredele suvelaagrit. Laagrite korraldamist hindab ta tõeliseks tiimitööks ja on väga tänulik oma pere mõistvale ja toetavale kaasloomisele.

"Tänu nendele ma suudangi teisi aidata!" tõdeb Eda.

Oleme tänulikud iga meile kingitud aasta eest!

Päevakeskusesse kogunejaid on olnud 6–8 inimest. Haiguslood on väga erinevad (liikumispuue, vaimupuue, allergilisus, astmaatilisus, suhkurtõbi jne).

Kõik need kokkutulnud emad elavad paljuskal samalaadset elu: kõikide igapäevaste suuremate-väiksemate peretoimetamiste ja põhitööga paralleelselt peab ekstra tähelepanu jagama pereliikmele, kes üht või teistmoodi omal jõul kuidagi toime ei tule. Vestlustest selgus, et emad võtavad neid lisatoimetamisi kui iseenesestmõistetavaid igapäevatoimetusi, mis sest, kui need küündivad paranematute haiguste puhul kasvõi elupäevade lõpuni välja.

"Aga nad on ju meie lapsed! Miks me peaksime neid häbene-ma?" hüüatas üks ema, kui rääkisime, kas mainida nimesid või mitte.

"See on ju meie elu, me oleme tänulikud iga meile kingitud aasta eest!" oli üks ema tänulik, kui haige laps oli järjekordselt kriisist välja tulnud.

Noor ema, kellel on juba 18-aastane tütar, rääkis loo oma 6-aastasest pojast. Juba sünnituseelne periood kulges vaevustega ja ta pidi palju haiglas viibima. Keisrilõikega sünnituse järel ei näinud ta poega kaheksa päeva. Arstid ka midagi selgitavat ei rääkinud. Ta tunnistab, et jälgis kadedalt ja südamevaevas teisi imetavaid emasid ja käis ennast WC-s tühjaks nutmas. Kõige rängem oli teadmatust. Esimene oma beebi nägemine oli alles Lastehaiglas, kui ta tohtis last pudelist sööta. Ka siis ei hinnanud arstid lapse olukorda kriitiliselt. Mainiti, et hapnikuvaeguse tõttu võivad tagajärjed alles aastate pärast ilmneda.

Nüüdseks on aga pojal kujunenud liikumispuue. Ema organiseeris endale lausa töökoha Tartusse, et laps hommikul erivajadustega lasteaiarühma toimetada, pärast tööpäeva lõppu jälle poeg koju võtta. Seda kõike ikka poja tervise edendamise nimel.

"Alguses kindlasti olin ka mina masenduses, et miks küll ei

vedanud ja miks minu lapsele ter-vist ei kingitud. Kurbusehetki oli küllaga. Nüüdseks on aga meele-rahul saanud. Need lisakohus-tused ja lisatähelepanu kuuluvad minu igapäevahoole alla. On kujunenud toimetuste rutiin. Saame hakkama!"

Naine lisas, et kõik tervenda-mise võimalused tuleb kindlasti läbi proovida – ei või iial teada, kus paranemine peidus. Ja vastasel juhul jääb ka süda kripel-dama, et pole teinud kõike, mis võimalik.

Teistegi emadega rääkides võis tõdeda, et kindlasti on nad kurvad olnud, et nende lastele pole täit tervist antud. Kuid need lapsed on vaieldamatult täis-õiguslikud ja arvestatavad pere-liikmed. Nende jaoks on lihtsalt rohkem aega vaja pühendada, ilmutada mõistvat suhtumist, sal-livust ja tasakaalukust. Aga see kõik on omandatav. Vaja on ainult tahtmist.

Nendel emadel, kes päeva-keskuse tugirühma tööst on ot-sustanud osa võtta, paistab olevat nii töökust, abivalmidust kui opti-mismi ja elujõudu. Nende-sugustel lihtsalt peabki seda just-kui topelt olema, sest väetima-d peab ju ka edasi turgutama.

Eda Puusepa juhitud tugirühma töö on eelkõige planeeritud just vanemate endi vaimseks ja emotsionaalseks arendamiseks, et säilitada vastupidavus ja meelekindlus. Eda: "Kellel aga soovi, võib alati meiega liituda. Kokku saame iga kuu esimesel laupäeval kell 10 Nõo Päeva-keskuses."

Viibinud nende naiste keskel, pean tunnistama, et nii palju siirast avameelsust, aga ka süda-mest tulnud naeru ja nalja olen üpris harva kohanud. See annab kinnitust nende emade elujõust ja eluarmastusest.

Kõige tähtsam on uskuda iseendasse

Energias pakatav Eda Puu-sepp on Nõo ühenduse ellukut-sumiseks juba toredaid ettevõt-misi pakkunud.

Esimesel laupäeval oli külas kolm külalislektorit.

Esimene esineja oli Silja Krapp, Pärnu Kolledzi sotsiaaltöö korralduse eriala üliõpilane, kes rääkis stressi ja läbipõlemisega seotud probleemidest.

Tema ema, Ave Palm, Jõgeva haigla ja Jõgevamaa Nõustamis-keskuse psühholoog ning ka Töö-turuameti Jõgevamaa osakonna karjäärinõustaja, rääkis enesehin-nangust, selle kujunemisest, pa-randamisest ja tõstmisest.

Veel esines Teet Jüring, kes on töötanud juba 11 aastat Pärnu karateklubi Zen peainstruktorina. Ta pidas põneva loengu karate võimalustest ja mõjust, sh ka puudega inimestele.

Tema üleskute sisu oli, et kõige tähtsam on uskuda ise-endasse. Me kõik õpime vigadest, et järgmine kord vähem eksida. Ükski valitud tee ei tõuse kohe üles, vaid teeb siksakke. Alati tule-leida halbade asjadest ka head. Oma haigele lapsele on vaja teadlikult leida rakendust.

Iga tegevuse startimise puhul on vaja seada 5 prioriteeti ja neid siis järk-järgult täita.

Et Teet Jüring on ise tegelnud paljude erinevate spordialadega, siis julgeb ta väita, et karate on üks otstarbekamaid ja õigustatu-maid alasid, et saada tugevamaks nii kehalt kui vaimult.

Teet Jüring pani kuulajad ka hirmu ja õudust tundma. Ta pa-lus ühel emal tulla ja katusekivi



Eda Puusepp on Eesti Tsüstilise Fibroosi Ühingu tegevjuht ja Eesti Puuetega Laste Vanemate Liidu juhatuse liige



Kolm külalislektorit (vasakult): Ave Palm, Silja Krapp ja Teet Jüring

pooleks lüüa. Võimatu! Tubli nai-ne siiski üritas ja – kivi raksti pooleks! Tegemist oli poorse materjaliga.

See harjutus oli mõeldud eneseusu proovikiviks.

Nii esinejad kui lapsevane-mad maalid veel toredaid pilte pudelite-purkidele, mis kingi-tustena koju viidi.

Teist kogunemist sisustas Eda Puusepp oma loengumaterjalide-ga positiivsest-negatiivsest mõtle-misest. Polemiseeriti lastekasva-tustemadel. Arvati, et vahel me teeme oma täiesti tavalistest nor-maalsetest lastest vaimsed inva-liidid tänu ülepoputamisele ja liigsele lubamisele. Sellistest kas-vavad elukauged ja vähesallivad inimesed. Tegelikult peaks lask-ma lastel õppida oma vigadest ning kasvada iseseisvaks!

Koos arutleti tegevusplaani üle ja kavandati juba suviseid väl-jasõite koos lastega.

Jutuks tuli ka rahaline pool. Eda ise on kirjutanud valla oma-algatusfondist raha taotlemiseks projekti, mida ta naljatledes kut-sub "Lapsevanemad särama!", seda just eesmärgiga lisada ele-vust ja elurõõmu puudega laste

vanemate südameisse. Eesmärk on nimelt iseendaga paremini ja reipamalt hakkama saada.

Ka sellel kogunemisel võeti jälle maalimistarbed välja ja iga-üks võis kujundada klaasimaali.

Rühmakaaslastele Liidiale, kellel hiljuti oli operatsioon, maaliti ühistööna tulbikimp ning läkitati see talle tervenemise puhul.

Kõik naised tunnistasid üks-meelselt, et sellises seltskonnas on tore koos olla – üksteiselt saadakse positiivset energiat ja õhkkond annab hea tuju. Rõõm läheb kodudesse kaasa. Ja aitab kasvõi sellisest kogunemisest, et päev jälle päiksulisema ja rõõm-samana tunduks.

Järgmisel korral kavatsevad meie valla puuetega laste vane-mad kokku tulla 1. aprillil – ap-rillinalja tegema ja kübaramoodi demonstreerima. Nad tegutsevad põhimõttel: kes see ikka teeb, kui ise ei tee!

Ja mina teen ettepaneku anda nende seltskonnale nimi – Avatud Südame Klubi.

MILVI PENZA