

HARJU ELU

**Reede,
18. september
2026**

Nr 19 (2468)
Hind 2,99 eurot

Perpetum mobile: Hilly-Helena Tammessaar

Naine, kes magusat ei armasta, kuid naudib kaunite tellimustortide meisterdamist ja seda oma põhi- ja vabatahtliku töö kõrvalt. lk 2-3



Kinnisvaraturust

Piirkondlikult väga suured hinnavahed; üürihindade tõus; kas airbnbtada või üürida pikaajaliselt. Kogemuslugu: beebiga 120-aastasesse maja. lk 6-7, lk 12-13

Kaaslane agentuuri või äpi kaudu

Matchmaker'i või kohtinguäpi kasutamine on üha levinum ja suur osa kasutajatest on 50+. lk 10-11

HOMER
Ehitusmaterjalid
www.eHomer.ee

Klienditoe telefon 600 7207
E-R 8.30-17.00
Eesti suurima laoga e-pood!
www.eHomer.ee

KODU SOOJAKS, VAIKSEKS JA KUIIVAKS!

SOOJUSTUSMATERJALID PIR • EPS • KIVIVILL • KLAASVILL



HELIISOLATSIOON SEINA • LAKKE • PÕRANDALE



RESKIT -31% KATUSEPARANDUSKOMPLEKT



VAATA VALIKUT >

eHomer.ee

Nädala PARIM HIND

15.09.-21.09.2026

SELVER
Hea mõte



2,99
6,27 -52%

Juust Atleet Kuldne 29%, viilutatud
Valio, 500 g, 5,98/kg



1,59
2,59 -38%

Või 82%
Tere, 200 g, 7,95/kg



7,99
10,59 -24%

Philadelphia ja tuunikala uramakid
Selveri Köök, 430 g, 18,58/kg



4,99
7,99 -37%

Maitsestatud seapraad
Rakvere, kg

Puuvilja- reede!

Kogu tavahinnaga puu- ja köögivilja

-15%

Pakkumised kehtivad, kuni kaupa jätkub. Pildidel on illustreeriv tähendus.

• Toodetud Eestis

• Pakkumine kehtib Partnerkaardiga.

OLE NÄHTAV – TELLI REKLAAM
5660 8202 või myyk@harjuelu.ee

2.10.2026
Harju Elu

2.10.2026
Jõelähtme Vallaleht

9.10.2026
Kiili Leht

9.10.2026
Kose Teataja

Hilly-Helena Tammessaar: pidu ilma tordita on lihtsalt koosolek

ASTRID SIRKEL

astrid@harjuelu.ee

Hilly-Helena (Hilly) on naine, kelle elus näivad käsikäes käivat nii õnnistused kui kannatused. Kuigi ta on oma elus kogenud väga palju raskeid hetki ja perioode ning on pidanud oma elu eest korduvalt tõsiselt võitlema, on ta suutnud sellest kõigest justkui (ehk välisel vaatlusel) puutumatuks jääda.

Kuid ometi on ta säilitanud selle kõige juures elurõõmu ja -jõu, oma nii sise- kui välise ilu ja sära ning suudab ka täna, vanuses 51, teha oma elus kannapöördeid, kui vaja. See kõik räägib imetlusväärselt vastupidavusest, elujõulusest, suurest tööviimist ja minu arvates ka erakordsest eluenergiast.

Kolme lapse, kellest noorim on 14aastane, ja nõudliku töö kõrvalt on tal jagunud energiat tegeleda erinevate hobide, renoveerimisprojektide ja vabatahtliku tööga, aga tegelda ka enda täiendkoolitamisega. Hilly karjäär on sisaldanud nii inimeste kui protsesside juhtimist ja see – juhtimine –, meeldib talle väga.

Lisaks on ta pikka aega teinud Vaikuse Lapsed MTÜ juures vabatahtlikuna tööd, praeguseks on ta ühingu ka juhatuse liige. Lisaks, ja üldse mitte vähem oluliselt, valmistab Hilly vabal ajal tellimustööna kauneid ja maitsvaid torte ning makroone. Sakus, kus Hilly elab, on tema tordid juba hästi tuntud, kuid tellimusi saab ta ka mujalt Harjumaalt.

Kohtusin Hillyga täiesti juhuslikult ühel õhtusöögil, kuhu ma väga minna ei soovinud, kuid hea sõbra kutsel siiski läksin. Kuigi õhtusöögil oli umbes 40 naist, torkas Hilly mulle kohe silma. Istusin nii, et meid jäi lahutama üks tool, kuid mõne aja pärast istus Hilly juba minu kõrval. Ja juttu jätkus ning pärast õhtusööki oli süda rahul, et end siiski kodust üle pika aja suutsin välja ajada. Kuidagi lihtne on omaenda loodud muga-

vas kookonis elades unustada, kui erinevad on inimesed ja kui äge see on. Ja kui tähtis on vahel siiski rutiinist välja astuda ja teha midagi, mida sa reeglina ei tee: õhtustada hulga võraste naistega.

Aga seda, kas Hillys on peidus mingi salajane patareid või aku, mis talle järjekindlalt toetust ja toidet lisab, tahtsin kangeti välja uurida. Nii käisin tal eelmisel nädalal Sakus külas, ent ka pärast seda pea nelja tundi lahkusin tõdemusega, et tegemist on siiski lihast ja luust päris inimesega ja mingit trikki ehk lisatoidet ei ole. Lihtsalt ongi üks inimene selle erilise miskiga.

Sinu elu on nagu ameerika mäed – ei ole asja, mida sa ei ole kogenud. Kuidas sa kõigest neist katsumustest hoolimata suudad olla endiselt elujaatav ja naerata?

Ma ei oskagi öelda. Ise ma otseselt ju seda ei taju, mis mulje ma inimestele jätan. Ma arvan, et asjad juhtuvad inimese elus mingil põhjusel, aga kohe ei saa sa sellest põhjusest aru. Usaldan elu ja kõigega, mis elu saabub, tuleb tegeleda. Ega virisemine või ohkimine aita tegelikult kedagi.

Aga mind on läbi elu aidanud tegelikult väga palju ka kohalolu – mida iganes ma teen, kas oma tööd või torte, renoveerin köögid vms, siis üldiselt teen ma neid asju nii, et millelegi muule ma sel hetkel ei mõtle. See aitab mul eemalduda ka kõigest muust ning omakorda asetab mu sellesse paljukiidetud flow-staadiumisse, mille üks positiivne aspekt on ka see, et leevendab valu, mis siis parasjagu on.

Kas kohalolu on miski, mis on sinu elus alati olnud või oled seda õppinud?

Arvan, et nii ja naa. Kindlasti ei ole see alati nii olnud, kuid mida aeg edasi, seda loomulikum osa minust see on. Kui ma pea kolm aastat tagasi sain insuldi, siis ma suutsin ise autoga haiglasse sõita, kuidagi registratuuri liibata, kuigi kõik käis läbi udu, parkimisega sain vaevalt toime ning eks haigla uksest sissesääminegi oli keeruline – üks näopool oli sel hetkel mul juba halvatud, ent kõige keerulisem oli just koordinatsioon ja ka mõtlemine, õigemini asjadest aru saamine. Ma ise usun, et just tänu meditatsioonidele, mida järjekindlalt olin enne insulti teinud,

„Ikka ja jälle tabasin end mõttelt, et ma ei oleks pidanud nii ütlema ... või kui ma poleks nii vaadanud, siis ta poleks ... jne. Mina aga ei ole vastutav teise täiskasvanud inimese käitumise eest. Keegi pole! Inimene ise teeb selle valiku, kas ta märatseb ja peksab või mitte.“

mida teen, justkui üheks muutun. Samas ei tähenda, et ma ei suudaks mitut asja vajadusel korraga teha, aga siiski – kui teen torti, teen torti ja sel ajal ma näiteks eelarvet ei koosta ning kätel ei kõnni.



Hilly oma kunstiteostega ehk martsipanist ja suhkrupaberist struktuuritortidega, millest absooluutselt kõik on söödav. Oma tortides kasutab Hilly vaid naturaalseid koostisosi.

FOTO: Astrid Sirkel

Huumor on ilmselt ka üks asi, mis aitab?

Hea nali aitab alati ja huumorist pean lugu, seda meeldib endalgi teha. Viimati lõbustasin end sellega nädal tagasi töö juures, mil pärast seda, kui terve nädal kestnud uputuse probleem ühe maja juures sai lõpuks lahendatud, tulid mõttele, et võiks nüüd hooldejuhti veidi nartitada. Hõikasin talle, et kuule, raamatupidamises on vesi maas. Hooldejuht tõmbas end mõistagi kohe käima ja jooksis raamatupidamisse, kust leidis maast veepudelid. Võtsin selle vaikselt videosse ja kõigi leebel nõusolekul laen ka Facebooki. Meeleolu kontoris läks kohe väga rõõmsaks ja vingerpussist räägiti veel esmaspäevalgi. Minu arust on nali ja naer väga head rohud ning lõbusus ei pea ära lõppema ühestki vanusest alates ...

Aga ega nali üksinda tööta. Kui hing on ikkagi valus, tuleb sellega tööd teha. Mida kauem oma tundeid väldid, seda rohkem nad lõpuks liiga teevad ja

võivadki ka füüsiliselt välja lüüa nii, et jääd haigeks. Usun küll, et olen elu jooksul liiga palju jätnud enda sisse, alla surunud ja kuhugi karpi ära pakkunud.

„Aga mind on läbi elu aidanud tegelikult väga palju ka kohalolu – mida iganes ma teen, siis üldiselt teen ma neid asju nii, et millelegi muule ma sel hetkel ei mõtle. See asetab mu sellesse paljukiidetud flow-staadiumisse, mille üks positiivne aspekt on ka see, et leevendab valu, mis siis parasjagu on.“

Oled Vaikuse Laste MTÜ-s aktiivne liige. Kuivõrd see töö sinu enda kaotust aitab leevendada?

Tegemist on kurbade kogemustega ägedate naiste organisatsiooniga, mida läbivalt saavad suured eludraamad. Sarnaste kogemustega inimestega rääkimine ja koosolemine mõjub pigem toetavalt. Päris üksinda jääda oma sellise kaotusega oleks väga raske.

Kogemusnõustajaks õppisin just seepärast, et suudaksime

neid naisi ja peresid, kes on lapse kaotanud, paremini aidata. Meil peab olema ju kogu aeg valmidus reageerida, kui mõni naine, mees või paar helistab, sest nad on just oma lapse haiglas kaotanud. Või helistavad, kuna meditsiinilistel põhjustel tuleb neil rasedus katkestada. Need on kõik keerulised ja valusad kogemused ning meie MTÜ-s on olemas valmidus meie poole pöörduvate inimestega rääkida ja kohtuda. Toetame just neid, kes on haiglas ja püüame teha ka haiglatega suu-remat koostööd, mis ei ole alati lihtne.

MTÜ on loonud mälestuskarbi, mida sellisel puhul perega jagame. Karbis on küünal, käsitsi tehtud haldjas või ingel, väike tekike ja kaart, kuhu saab beebi käejälje teha, et jääks lapsest mingi mälestus.

Täna on minu hinnangul nõrgaks kohaks see, et meil ei ole seoses mälestuskarbiga haiglates ühtset tegutsemisviisi. On lugusid, kus asjad võetakse karbist välja ja sinna asetatakse hoopiski laps. Või pered avastavad karbi alles mitu nädalat hiljem kodus, kuna haiglas nad ei suutnud seda laua peale ilmunud karbikist tähele panna. Selles karbis on aga ka praktilised juhised selliseks olukorrale, millised õigused sul on, nt seoses lapse lahkamisega, vanemapuhkusega jms.

Antud teemal ei ole võimalik teha ju ennetustööd, see on alati tagantjärele reageerimine.

Vaikuse laste rahupaik on Harju-Risti koguduse juures, sel aastal täitis selle loomisest 15 aastat. Käin seal ise ka, kuigi minu Rasmusel kohta, kuhu ta maetud oleks, ei ole, sest tol ajal käidi selliste asjadega sootuks teistmoodi ümber. Täna registreeritakse alates 22. nädalast imiku surm, enne seda nädalat on tegemist raseduse katkemisega. Varem küsiti vaid seda, kas tahad last näha või mitte ja kogu lugu. Paljud saavad sünnitusel trauma ja ei suuda kohe mõistlikult reageerida, ei näe last ja hiljem kahetsevad. Täna tuleb vahel ette, kus pere küsib meie käest, kas me soovime last näha või mitte, haiglat alati ei usaldata. Täna naseks on see kõik palju mõistlikumalt ja südamlikumalt korraldatud ja üha enam maetakse vaikselt sündinud lapsed oma pere hauaplatsile ning Harju-Risti rahupaiga tähtsus väheneb.

Aga kaks korda aastas korraldame MTÜ-ga siiski talgud ning värskemate traumadega inimesed tulevad siis enamas kohale, kuna neil on rohkem tuge vaja.

Sinu tütar sündis ajal, mil põdesid vähki

Jah, kui sain 20selt vähi-diagnoosi, siis vaid mõni nädal hiljem selgus, et olen rase. See oli keeruline aeg. Alustuseks nutsin, et mul on vähk ja ei saa lapsi. Siis nutsin, et olen ootamatult rase. Seejärel öeldi mulle aga, et vähihaigena ei ole mul võimalik last lõpuni kanda ning soovitati raseduse katkestamist. Katkestamisel öeldi aga, et see on üldse suur ime, et ma last ootan ja sellist imet ei saa katkestada. See kõik oli tohutu emotsioonide virvarr, palju segadust ja tõblemist. Enamus raseduse ajast olin haiglas säilitamisel. Tütar sündis nõrkade südamelöökidega tõttu erakorralise keisriga ning teda oli vaja ka elustada, ent tänaseks on ta mul armas 30ndates noor naine. Ja ongi ime!

Kui laps oli sündinud sõitsin Hollandisse operatsioonile ja sain vähist lahti.

Sa oled olnud vägivaldses suhtes. Näid nii tugeva naisena, et minus tekib kohe küsimus, kuidas see võimalik oli?

Üks aspekt on ilmselt see, et ma ise võimaldasin seda. Piirid tuleb seada. Ja kui need ei tööta, siis lahkuda. Vägivald suhtes ei alga ju kohe ning alati ei ole see ka väga selge, vaid varjatud. Lisaks on suured ja ilusad tunded ning ka kaunid omavahelised hetked, mis teist välja vabandavad. See kõik hiilib vaikselt kohale, järkjärgult harjud, annad andeks ja nii see spiraal keerleb, kuni juhtub midagi, mis ei lase enam sul pilku iseenda ja ka suhte juurest eemale pöörata. Siis ei saa ise ka aru, kuidas asjad said nii hulluks minna. Või kus ma varem olin ...

Kõige hullemad on tegelikult süümekad, kuidas ma lasin end sellisel koheldal, aga elu on näidanud, et ega enda süüdistamisega kuhugi ei jõua, sest me teeme valikuid lähtuvalt oma selle hetke võimekusest, valmidusest ja oskusest.

See on olukord, kus ühte tõe tegelikult ei ole. Küll aga tean tagantjärele, et kui kord juba see möte, et ma ei peaks siin olema või peaksin lahku minna, tuleb, siis on tegelikult aeg edasi liikuda. Kahjuks ei lähe kohe kergemaks, sest vägivaldne pool terroriseerib ju edasi.

Mind aitas sõbrannade kaasamine. Andsin neile teada, et olen raskes kohas ja võib tekkida olukordi, kus vajan neid ning olgu nad mind valmis toetama ka siis, kui olen võimeline saatma vaid väga lühikese sõnumi. See toimis. Kaasasin sellesse ringi kümme naist. Vahel läksime metsa, mõni tuli kohvile, teisega helistasime. Nii oli mul olemas tugi ja sõpradel teadmine, kuidas nad mind aidata saavad. Enamasti ei olegi vaja suurt hals-

mist, vaid tunnet, et ma pole ükski.

Mis on sinu n-ö õppetund sellest kogemusest?

Kui rasked hetked on üle elatud, siis saad aru, kui hea on elada ilma hirmuta. Ja see, et teine vihastab ja on sinu suhtes vägivaldne, ei ole sinu süü. Jah, sa eksid vahel, kes meist seda ei teeks, ja jah, see võib teist vihastada, aga(!) vägivaldsemises on süüdi vaid see pool, kes ei suuda oma viha talitseda. Selle taipamiseni kulus mul aega. Ikka ja jälle tabasin end mõttelt, et *ma ei oleks pidanud nii ütleva ... või kui ma poleks nii vaadanud, siis ta poleks ...* jne. Mina aga ei ole vastutav teise täiskasvanud inimese käitumise eest. Keegi pole! Inimene ise teeb selle valiku, kas ta määrab ja peksab või mitte.

Tööl ei ole mul enesekohetustamisega mingeid probleeme. Töö on minu kindlus – kui midagi läheb nassu, siis selle harutamine ja lahendamine on tohutult rahulduspakkuv. Mõtlengi, et mulle meeldib tohutult asju timmida, nt tortide retsepte milligrammi pealt paika sättida, tööl töötajatega protsesse lihvida, räägid üle ja üle, timmid ja püüad ideaaliselt seadistada. Mõneti ehk püüdsingi suhtes ka end liigselt timmida lootuses, et ..., aga nii need asjad ei käi.

Sa juhid CityHaldus OÜ-d. Kinnisvara on suhteliselt mehelik valdkond, kas see, et oled naisjuht, seab ka takistusi?

Vahel ikka, sest tuleb ette olukordi, kus olen siiski naisjuht, mitte lihtsalt juht. Kui miski aga õnnestub väga hästi, siis on tunne seda ägedam. Ja ma olen väga huvitatud sellest, et meie töötajad oleksid pika-

ajalised. Haldus on väga keeruline teema. Meie hallata on 114 ühistut, kus igaühes on keskmiselt 80 korterit ja igas korteris keskmiselt kaks täiskasvanut – vaid tugevad töötajad tulevad sellega toime. Lihtne on minna ära. Just katseajal juhtub seda eriti, sest nakk ei ole veel piisavalt paks ning kellegi käest sellest ühistu 80st korterist ikka söimata ju saab (*muigab*).

Ma küll ei saa väita, et see on puhtalt naisjuhi omapära, aga minu jaoks on väga tähtis töö ja pere aeg lahus hoida. Peale tööaega me tööd ei tee. Selleks on avariimeeskond. Nii hoiad iseend ja kolleege, kes ehk peavad sind ühel hetkel asendama.

Töötasin varem pikalt äriklendi valdkonna juhina, hetkel olen aga klienditeeninduse valdkonnas ja siin on tõesti neid tavakliendi emotsioone omajagu. Meie töö juures (kinnisvarahaldurite puhul – *toim.*) on väga tähtis aja planeerimi-

se oskus, ilma selleta ei ole võimalik seda tööd teha. Niisama tagumikutundide tegemist ma ei poolda, aga töö tuleb ära teha ning asjade edasilükkamine maksab karmilt kätte.

Haldur on korteriühistu juhatus parem käsi, n-ö sekretär, kuid ta ei ole kogu töö ära tegija. Klient ei ole meil kunigas, vaid koostööpartner ja ka meie teenus saab toimida, kui töötame koos.

Sinu hobi ehk tortide tegemine on sinu teine karjäär. Kuidas sa üldse tortide tegemiseni jõuadsid?

Huvitav on ehk see, et ma ei armasta väga magusat ja ega ma ise enda torte üldiselt väga ei söö. Kuid kui minu noorim laps sai aastaseks, siis tahtsin teha midagi erilist ning hakkasin katsetama. Üllatuslikult tuli see väga hästi välja ning selgus, et kuigi torti ma ei armasta, siis selle tegemine meeldib mulle väga. Seejärel käisin ka tortide valmistamise kursustel.

Ka tortide valmistamise juures on minu insult oma-moodi kasuks tulnud, sest pidin taastumise käigus palju savi voolima, iga päev ja pikalt, ning see andis päris hea vilumuse. Martsipanist kujukesi on keeruline teha ja see võtab aega, täna olen kiirem ja osavam voolija kui enne insulti. Muidugi, sellise tordi tegemine võtab oluliselt rohkem aega ja ressurssi ja hind läheb väga kalliks ning ega selle jaoks väga turgu ei ole. Aga vahel on end väga mõnus torditegemisse unustada ja tundide kaupa näiteks õrnu söödavaid luigetiibasid luua.

Kuidas sa oma tervist hoiad?

Tead, kõik räägivad, et toitu tervislikult, tee trenni jne, küll see või too annab hea tunde. Jah, seda küll, aga alati ei viitsi. Kuid trenni ma siiski püüan teha – käin jõusaalis. Toitun mõistlikult ja meeletusi ei tee ei üht- ega teistpidi. Teen igal hommikul päikesetervituse ehk venitan joogamatil oma keha lahti ja nädalavahetusel teen veidi intensiivsema joogatrenni. Kui olin 40ndate alguses avastasin mingi hetk, et hommikul on omajagu raske end liikuma saada, aga pärast joogaga alustamist selgus, et see ei pea nii olema. Ja enam ei olegi, ka 50+ saab hommikul kenasti üles, kui viitsib end painutada ja venitada. Joogaga hakkasin tegelema, kuna mind huvitas kogu jooga olemus, mitte vaid füüsiline külg – jooga on ka aidanud kaasa minu teadvoleku võimekuse arendamisele.

Ja mulle meeldib lugeda raamatuid, kohe väga – neelan neid kilomeetrite kaupa.

Enesehoiu juures on oluline seegi, et luban end olla enda peale tige, aga annan endale ka andeks. Mul on endaga aktiivne suhe. Vahel tuleb teha midagi selleks, et järgmine asi saaks tulla. Ja enamasti ei olegi selge, mis millenigi viib. Aga ehk just see teeb elu ka elamisväärseks. ♦

Maardu laat meelitas kohale tuhandeid

ANASTASSIA MERIMAA
anastassia.merimaa@harjuelu.ee

12.–13. septembril Kellamäe pargis toimunud Maardu etno-laat tõi tänavu kokku rahvamassid üle terve Eesti – kohale tuli nii kaupmehi, esinejaid kui külastajaid Tallinnast, Narvast, Rakverest, Haapsalust, Keilast ja Tapalt, lisaks ka Lätist ja Leedust.

Kohalike sõnul jäi mitmes kohas isegi parkimiskoht puudu ning kogu ala läbimiseks kulus mitu tundi.

Maardu linna teabejuht **Olga Petrova** ütles, et laadal astus kahe päeva jooksul lavale kokku üle 480 esineja enam kui 40 kollektiivist – tantsu-, teatri- ja vokaalrühmadest. Kauplejaid oli kohal üle 450 nii Narvast, Rakverest kui Haapsalust, aga ka Lätist ja Leedust. „Müüdi kõike, rahvast oli väga palju, ilm oli hea, nii et kõik oli suurepärase,“ naeratas Petrova. Laupäeva õhtul astus kell 19.45 lavale pärimusmuusikaansambel Zetod ning kell 21.00 laulja **Alika Milova**, õhtu lõpetas kell 22.00 ilutulestik.

Petrova sõnul oli tegemist Maardu linna kõige massilise- ma üritusega, mis kogub traditsiooniliselt palju külalisi ja oli alati mõneti etno-formaadis – tänavu astusid üles muu hulgas Kasahhi ja Valgevene kollektiivid. „See oli väga oluline üritus ja mitte ainult linna jaoks – me nägime, kui palju oli inimesi, parkimiskohti nappis, kõikide toidupunktide juures olid järjekorrad,“ lisas ta.

Maardu Etnolaat on aastate jooksul kujunenud üheks linna oodatumaks sügissündmuseks.

Mis muutus võrreldes eelmise aastaga?

Petrova sõnul suuri erinevusi eelmise aastaga polnud – laat oli nagu alati mõneti etno-formaadis ja kogus traditsiooniliselt palju külalisi. Külastaja **Vladimiri** sõnul oli tänavune ilm parem kui varasematel kordadel. **Olesja** sõnul, kes müüs laadal ka ise, on viimased aastad olnud pigem rahulikud ning tema hinnangul eelmise aastaga võrreldes suurt muutust ei olnud.

Kultuuriprogramm oli mõlemal päeval tihe ja mõeldud kõigile vanuserühmadele – laupäeval astusid lavale erine-



Maardu laat meenutab mõne külastaja sõnul nõukogudeaegset turgu – heas mõttes.
FOTO: Anastassia Merimaa

vate rahvuste muusika- ja tantsukollektiivid üle Eesti ning peaesinejad, pühapäev kuulus suuresti Maardu enda kultuuritegijatele.

Vladimir märkis, et ilm oli tänavu parem kui varem ja päikesepaisteline, ning et ta oli laadal käinud sellest ajast, kui selle korraldas kunagi **Bõstrov**. „Ma ei näe ainsatki miinust, ausõna,“ ütles **Sirli**.

Külastajate sõnul meenus osa laadast pigem nõukogudeaegset turgu – riideid proovitakse eesriide taga seistes –, kuid heas mõttes: paljude eri rahvuste koosseistestrimine ilma negatiivsuset. Müügil oli riideid, mänguasju, kodukaupu ja muud vajalikku, samuti käsitööd, talutooteid, hooajalisi saadusi, maiustusi, ehteid ja suveniire ning eri rahvaste köökidest inspireeritud toidupakkumisi. Mitu külastajat mainis, et laadal ei olnud kohta poliitikale – kõik rahvused olid koos.

Kauplejad olid müügiga rahul

Tallinnast pärit **Erkki Malm** firmast Herbalist OÜ ütles, et Maardu laat erineb teistest, kus ta tavaliselt käib, sest müüki on siin vähem. Malm leidis laadalat aga mitmeid kliente, kes tellivad tema tooteid jõulude, naistepäeva ja sõbrapäeva ajaks suuremas koguses.

Esimest korda Maardu laadal osalenud **Toomas** firmast Estada K OÜ ütles, et müük läks normaalselt ja kõik oli hästi. „Seda laata kiidetakse väga, seepärast otsustasin lõpuks ise ka siia oma tooteid müüma tulla,“ ütles ta. Tema

firma müüb Kreekast toodud oliivipuust köögitarbeid. Toomase hinnangul oli eestlasi laadal umbes kümme kuni viisteist protsenti, kuid see talle probleeme ei valmista, sest ta räägib vene keelt.

Haapsalust pärit ettevõtte FIE Sergei Jegoritšev esindaja **Olesja** ütles, et nad on laadal osalenud juba palju aastaid. „Väga meeldiv rahvas, kliendid olid väga head ja ilm oli super,“ rääkis ta. Müük oli tema sõnul hea ning võrreldes eelmiste aastatega suurt muutust ei olnud. Olesja sõnul toodavad nad oma kauba ise ja nende hinnad on hoitud kroonaeel- sel tasemel.

Külalised kogu Eestist

Sirli, kes käib koos Vladimiriga laadal kaks korda aastas, ütles, et tänavu ostsid nad peekonit ja liha, samuti kotte ning salle ning Lāti ja Leedu puittooteid. „Me juba tunneme neid kõiki,“ ütles Sirli müüjate kohta ning kinnitas, et laadal sai hindade üle ka kaubelda.

Keilast pärit Johanna, kes käib laadal koos sõbranna Anette'iga igal kevadel ja sügisel juba aastaid, nimetas seda peaaegu traditsiooniks. „Seal oli nagu hästi palju riideid, toite, seal tegelikult ikka nagu elu oli,“ kirjeldas Johanna. Anette omalt poolt arvas, et ehkki endale ta midagi ei leidnud, oli laadal kaupa peaaegu igale maitsele. Ta soovis, et laadal oleks rohkem riideid just noortele.

Rakverest pärit tüdruk **Mia** müüs laadal isevalmistatud küpsiseid koos isaga ning ütles: „See on kõige ägedam laat, kus ma seni olen käinud.“ ♦

REPLIIK

Käärime käised üles!

ASKUR ALAS

Harju Elu ajakirjanik



Pühapäeval, 20. septembril toimub üleilmne maailmakoristuspäev, mis on alguse saanud Eestist ja mille üle tasub uhke olla.

Kuid Eesti roll selles loos ei peaks tähendama ainult minevikusaavutuse meenutamist, vastupidi! Kui üks väike riik suutis 2008. aastal näidata, et inimesed on valmis oma kodukoha heaks ühiselt tegutsema, siis peak-sime ka nüüd välja paistma nende seast, kes käärivad käi-sed üles ja lähevad välja.

Kuid mitte vaid seda: see on päev, mis tuletab meelde, et park, metsarada, rand ja külatee on meie kõigi ühine ruum. Kui sinna tekib prügi, on lihtne mõelda, et küll kee-gi selle lõpuks ära koristab. Just niisugustest mõtetest ko-gunebki lõpuks suur prügihunnik.

Eestist üleilmseks

Eestis sündinud idee näitas juba 18 aastat tagasi, kui pal-ju saab ära teha siis, kui inimesed otsustavad korraga te-gutseda.

2018. aastal toimus esimene üleilmne maailmakoris-tuspäev ning tänaseks on algatus jõudnud rohkem kui 190 riiki ja territooriumile. Seda liikumist koordineerib alates 2019. aastast Eestis tegut-sev Let's Do It World. 2024. aastal tunnustas ÜRO maa-ilmakoristuspäeva, lisades 20. septembri oma rahvus-vaheliste päevade kalend-risse.

Viie protsendi ambitsioon

2025. aastal osales maailma-koristuspäeval 25 miljonit inimest 190 riigis ja territooriumil. Alates 2018. aastast on liikumisega ühinenud kokku 139 miljonit inimest 211 riigist ja territooriumilt ning koristatud on rohkem kui 870 000 tonni jäätmeid. Iga sellise numbri taga on aga inimene, kes otsustas midagi teha.

Tänavuse maailmakoristuspäeva keskne mõte on eri-ti ambitsioonikas: kokku võiks tegutsema tulla vähemalt viis protsenti maailma elanikkonnast. Sest just viie prot-sendi puhul räägitakse kriitilisest massist, mille ühine te-gutsemine võib aidata kaasa püsivale ühiskondlikule muu-tusele. Kui piisavalt paljud inimesed muudavad ühe päeva jooksul oma käitumise nähtavaks, hakkab muutuma ka arusaam sellest, mida me oma kodukoha ja keskkonna eest vastutades teha saame.

Eesti eriline võimalus

Just siin on Eestil eriline võimalus. See on meie lugu ja üks Eesti kodanikuliikumisi, mis on kasvanud ülemaailmseks. Kui 2008. aastal suutis 50 000 eestimaalast näidata, mi-da tähendab ühine tegutsemine, siis võiksime küsida, mi-da suudame teha nüüd.

Leia veidi aega ja tahtmist. Piisab paarist tunnist, kin-dapaarist ja kotist. Mine oma kodukandi metsa, randa, par-ki või tee äärde. Kutsu kaasa pere, sõbrad, naabrid või töö-kaaslased.

Koristamine ei peaks aga lõppema hetkega, mil prügi-kott prügikasti jõuab. Iga leitud ese annab põhjust küsida, miks see üldse sinna sattus. Kas midagi visatakse maha har-jumusest? Kas saaksime ise vähem jäätmeid tekitada? Ko-ristuspäev on hea hetk vaadata prügi asemel ka selle põh-justele.

Vähem nähtav tulemus

Üheskoos tegutsemine loob kontakte ja nii kogeb kogu-kond, et probleeme saab lahendada ka ise, mitte ainult ametiasutustelt lahendust oodates.

Maailmas tegutsevad maailmakoristuspäeva meeskon-nad ka paikades, kus inimesed peavad toime tulema sõ-dade ja looduskatastroofidega. See võib olla ka kogukon-na tugevdamise viis: inimesed saavad kokku, jagavad tead-misi ja õpivad üksteisele toetuma.

Seepärast võiks 20. september olla Eestis rohkem kui lihtsalt üks kalendripäev. See võiks olla praktiline meelde-tuletus, et kodanikuks olemine tähendab ka valmisolekut oma ümbruse eest tegutseda. Käärime siis käised üles! ♦

Elu tuleb jaatada. Muud võimalust ei ole

ASTRID SIRKEL

Harju Elu peatoimetaja



Lähedase inimese kaotus on midagi äärmiselt rasket ja lein võib kesta pikalt. Seda on pea kõik meist kogenud. Lähedase kaotus suitsiidile on aga juba täiesti teine teema – see on lein, millest väljatulek on ääretult keeruline ja millele lisanduvad süütunne, kahetsus, ning vahel ka häbi.

36 aastat tagasi oli Eestis erakordne ke-vad. 19. märtsil mängisin koduõue sisehoovis ja joonistasin puupulgaga kõvaks tambitud liiva peale figuure. Päike siras ja ilm oli soe, piisas seelikust ja dressipluusist. Olin üksi ja õnnelik seni, kuni onu auto saa-bus ootamatult hoovi ja täiskasvanud kogu-nesid tõsiste nägudega kõöki. Aken pandi kinni. Kardinad tõmmati ette.

Istusin garaaži lakke kinnitatud kiigele ja puurisin pingsalt kõögi akent, püüdes väl-ja mõelda, mis on juhtunud. See, et midagi tõsist, oli ilmselge ja peast käisid läbi erine-vad stsenaariumid. Kuid seda, mis päriselt oli toimunud, ma välja ei osanud mõelda, sest see oli võimatus, mis juht-ub kusagil eemal, kellegi teisega. Mitte meie peres.

Kui onu ja ta naine lahkusid, kutsuti mind õe ja vennaga tuppä ja saime teada, et vanaisa oli enesetapu teinud. Mi-nu vanaisa, kes teretas mind iga kord nae-ratusega, milles tundsin end maailma täht-sana. Ta oli kõigest 60aastane, tugev ja terve kui härg. Ilus, pikk ja sportlik mees, kes kallistas meid kõiki iga kord nii, et kondid ragisesid.

Vanaisa kirstu täitsime lapselaste korja-tud sinililledega, mis olid juba oma õitsemi-se lõpusirgel. Matused olid ütle mata rasked, nutsin, värisesin, luksusin, oksendasin. Jäl-gisin oma surmtõsist isa kaotanud isa. Kõik olid täiesti läbi – nii suured kui väiksed. Miks? Miks? Miks? Kirja ta endast ei jätanud.

Pikk vaikivate vastusteta küsimuste aeg

Esialgu painas mind kõige enam see, et ta otsustas lahkuda, kuigi tal olin ju *mina*. Kas siis minust ei piisanud? Seejärel liitsin üle-jäänud 14 lapselast ja vanaisa neli last enda-ga kokku. Kui õde kirjeldas viimast korda, kui ta vanaisa vaid mõni nädal varem onu juures peol nägi, siis kahetsesin, et mind en-nast seal polnud. Sest küllap mina oleksin õe sõnul eemalolevalt kõiki kordamööda jäl-ginud vanaisalt küsinud *kuidas sul läheb, sa näed imelik välja*. Ja siis ei oleks ta ju end ära tapnud. 11aastaselt on maailm mõnevõrra lihtsakoelisem. Valu aga sama.

Hiljem tekkisid muud küsimused. Kui 20ndate alguses tänu paar aastat kestnud tervisehädale ma ise ootamatult depres-siooni langesin, tõmbus süda teistpidi kok-ku, sest saabus uus mõistmine/tajumine: *kui halb tal pidi olema*, et ta ... Kokku kestis

vanaisa aktiivsem leinamine pea 30 aastat. Alles viimastel aastatel suudan talle mõel-da ilma, et süda tõmbuks kokku ja silmad lä-heksid märjaks. Tema haua käies ei tule enam iga kord pisar silmanurka. Muidugi, täna seda kõike kirjutades pisar jookseb ja hing on valus.

Suitsiid teeb lähedased katki

Paljud sügavas depressioonis inimesed ilm-selt ei oska või ei suuda mõelda sellele, et kui nemad oma elu läbi lõikavad, siis tabab see lõige väga sügavalt ja jäädavalt kõiki neid inimesi, kellele ta midagi tähendas. See häl-vab ära suure osa tema laste, lastelaste, abi-kaasa, lähedaste sõprade hingedest. Ja sel-lest ei olegi päriselt mitte kunagi võimalik toibuda. Ma siiski mingi piirini usun, et kui inimesed oleksid rohkem teadlikud sellest, mida suitsiid selle sooritanud inimese lähe-daste ülejäänud elule tähendab, siis vähe-malt mingi osa enesetappudest jääks tege-mata ..., sest kes tahaks tappa osakese oma lapsest?

Olen ise kogenud seda maailmast ära-lõigatuse tunnet, kus kogu muu elu käib mi-nust sõltumata ning kus mul puudub selle kõigega igasugune ühendus. Oled justkui välja lõigatud. Nähtamatu. Näed, kuuled, aga ei koge. On tühjus, mis on valus. On tuimus, mis teeb haiget. Ja ei ta-hagi olemas olla, õigemi-ni – tahakski väga mitte olemas olla. Mõneti võib öelda, et teatud piirini ma suudan seda seisundit, mis ilmselt nii mõnelgi sellisele teole eel-neb, ehk mõista. Teisalt – ilmselt võib see siiski veelgi hullem ja valusam olla, et inimene selle teo siiski täide viib. See ei ole lihtne ega kerge tegu. Kes teeb endale sellisel moel haiget? Ja endiselt, *kui halb pidi olema, et ...* Ja se-da ma ei mõista. Seda mõistavadki vaid need, kes suitsiidi on teinud.

Kuidas ja kuhu korjata killud?

Üks tegu, majatäis ohvreid. Matused ja hü-vastijätt lahtise uksega, kust puhub sisse pi-dev tuul. 36 aastat tagasi keegi mingit tuge ei pakkunud, kas seda üldse kusagil lähe-dastele pakuti, ei tea. Kohe järgmisel päe-val meid kooli ei saadetud, kuid juba ülejärg-misel tuli minna.

Mõned aastad tagasi tegi naabripoiss, kellega sai koos üles kasvatud, enesetapu. Pärast enda kogemust, tegi selle juures kõi-ge enam haiget just see, et aimasin, kui va-lus on ta emal ja lastel. Ja mida öelda? Kui-das käituda? Tahaks ütelda *ma tean*, aga ma ju ei tea. Sest tema kaotas oma lapse. Ne-

mad aga oma isa. Nad said veelgi lähemalt pihta kui mina. Nägin ta ema paar kuud hil-jem surnuaias, esi-mene instinkt oli kaduda, kuid õn-neks läksin ta juur-de. Ja nii oli hästi – muidugi, pisarad, aga ma nägin, kui tähtis see oli, et ma läksin, kallistasin ja tunnistasin seda seletamatut kao-tust, mida ta hau-da korrastades rii-

sus.

Selleks aga, et emad ei riisuks suitsiidi-le kaotatud lapse hauda tuleb endiselt veel-gi enam rääkida depressioonist, sellest näh-tamatust halvatuses, mis mingeid eeliseid ei too, sest puuet ju ei ole, kuigi on ... Pea-me rääkima suitsiidist ja sellest, et see ei ole mingi lahendus, vaid oma tohutu valu ja piina laiendamine kolme-, kümne-, kolmeküm-ne kordseks. Oleneb, kui palju on neid, ke-da sa oma elus sügavamalt puudutad.

Peame rääkima sellest, et kui on pahas-ti, siis ühel hetkel laheneb siiski kõik. Ja ühel hetkel saab ka depressioonist jagu, nii us-kumatu kui see ka ei näi. Me peame rääki-ma, et on loomulik, kui inimene tunneb kur-bust, ahastust, ängi ... – et võimalik on leida tuge. Ja me peame rääkima enesetapu mõ-just lähedastele – need on inimesed, kes ekslevad pikka aega valusas *miksides*, süü ning erinevate *oleksite* maailmas ja vajavad toetust, et nad ise omakorda ära ei kukuks.

Ja selleks peame me jagama ka oma lu-gusid – me kõik ei ole midagi rohkemat ega vähemat kui inimesed. See, mida me selles lühikeses elus kogeme, on erakordne ja täiesti tavaline. Sest – me oleme inimesed! ♦



HEA TEADA!

Suitsiiditeemalised abiressursid

Peaasi.ee kodulehelt leiad kiirelt erinevad abimaterjalid, kui avad kategooria *vaimne tervis*, klikid alakategooriale *probleemid* ja valid avanenud rippmenüüst *suitsiidikäitumi-ne*.

Sealt leiab tuge nii inimene, kel on suitsiidimõtted kui ka lähedased, kes on kao-tanud endale kallil inimese suitsiidile.

Lisaks võib liituda peale lähedase kaotust kinnise Facebooki grupiga „Elu pärast enesetappu – toetusgrupp lähedastele“.

Tasuta ja konfidentsiaalsed abiliinid:

Emotsionaalse toe telefon	116 123	Iga päev kell 10–24 (EST, RUS, ENG)
Eluliin	655 8088 (EST) 655 5688 (RUS)	Iga päev kell 19–07
Perearsti nõuandetelefon	1220	24/7 nõu vaimse tervise teemadel

HARJU ARV

330 291
inimest ehk 24% Eesti
rahvastikust on
vanavanemad – nende
päeva tähistati
13. septembril.

LÜHIDALT

**Saku testib uut rahva-
küsitluste keskkonda**
Kohalikele omavalitsustele loo-
dud uus rahvaküsitluste ja hääle-
tuste keskkond *osalen.ee* läheb
esimesena kasutusse kaasava
eelarve hääletusel 16.–29.
septembril Saku vallas. *Osalen.ee*
keskkond võimaldab omavalit-
sustel korraldada ühes süsteemis
nt rahvaküsitlusi, külavanema ja
noortevolikogude valimisi ning
teisi kohalikke kaasamisprotses-
se. (HE)

**Politsei tuvastas
Paldiskis paugutanud
noored**

Augustikuu lõpus sai politsei ka-
hel korral teate, et Paldiskis on
plahvatanud torusiilipommid. 25.
augustil kella 23 paiku visati G4S
valveputkat plastikpudeliga, mis
plahvatas. Järgmise päeva õhtul
sai politsei uue teate, et Peetri tä-
naval garaažide juures käis säh-
vakas ja kuuldi kolme pauku.
Politseinikud on tänaseks tu-
vastanud kaks 17aastast noort,
kes torusiilipomme tegid. Üle-
kuulamisel rääkisid noored, et
tahtsid piire kombata ja nalja te-
ha. (HE)

**Harju maavarade
planeering ootab tutvuma**
14. oktoobrini on avalikul väljapa-
nekul Harju maavarade teema-
planeering, mis määratleb riigi
jaoks olulised alad maakonnas,
kus leidub ehituseks vajalikku
lubjakivi ja liiva. Planeering seab
kindlad tingimused, mille alusel
tulevikus alasid kasutusele võtta
saab. Planeeringu eesmärk on riigile
ehitusmaavara varude taga-
mine aastani 2050. Planeeringu-
ala hõlmab kogu Harju maakon-
da pindalaga 4333 km², sh kõiki
16 kohalikku omavalitsust. Mater-
jalidega saab tutvuda veebilehel
riigiplaneering.ee. (HE)

**Algab metslooma-
õnnetuste riskiaeg**
Kuigi metsloomadega kokkupõr-
gete arv on Eesti teedel viimastel
aastatel vähenenud, hakkab sügi-
se saabudes risk taas kasvama.
Eesti jahimeeste selts soovitab
olla eriti tähelepanelik hämaras
ning kohtades, kus ulukid on ka
varem teele sattunud.
Tänavuse aasta esimese seits-
me kuu jooksul registreeriti
metskitsedega 1518 kokkupõrget.
Maakondadest oli neid kõige rohkem
Harjumaal (230), järgnesid
Tartumaa (203), Saaremaa (174) ja
Pärnumaa (167). (HE)

NÄDALA + JA -

**ÄMARIS ROHKEM
MUSKLIT:**
septembris on Ämari lennu-
baasis lisaks NATO õhukaitse-
üksustele täitvale Türgi
õhuväele ka Hispaania õhu-
väe üksus hävitajatega F-18.

**SÖÖGIKOHTADE
TULEOHUTUS:**
päästeamet kontrollis 48
Harjumaa toitlusasutust, vaid
kolmandikul oli kõik korras.



Vasakult Andrus Umboja, Marek Vainola (Kiili valla vallavanem), Ott Valdma ja Gerli Lehe koostöökokkuleppe allkirjastamisel. Pildilt puudub Saku valla vallavanem Marti Rehema, kes allkirjastas leppe päev varem. FOTO: Rae vald

Harjumaal sündis esimene omavalit- suste ülene kriisikoostöö võrgustik



ASTRID SIRKEL
astrid@harjuelu.ee

Sel nädalal sõlmi-
sid Jöelähtme, Kiili,
Kose, Rae ja Saku
vald koostöö-
kokkuleppe, mille
keskmes on lihtne
põhimõte: kriisi-
olukorras ei jää
ükski viiest oma-
valitsusest üksi.

Kokkulepe loob selged
alused vastastikuseks
abi ja toetuseks. Oma-
vahel hakatakse jagama res-
surssse, teadmisi, oskusteavet,
kogemusi ja infot. Oluline on
tagada inimeste turvalisus ja
elutähtsate teenuste toimimi-
ne ka siis, kui on kriisiolukord.
Rae valla eestvedamisel
väljatöötatud omavalitsuste
ülene koostöömudel loob sel-

ged kokkulepped kriisideks
valmistumisel ja reageerimi-
sel. Tegemist on Eestis esma-
kordse koostöövormiga, mis
aitab naabervaldadel olla hä-
daolukordades paremini val-
mis üksteist toetama.

**Parandab piirkonna
vastupidavust kriisis**

Jöelähtme vallavanem **Andrus
Umboja** rõhutas, et omavalit-
suste vaheline koostöö on hea
platvorm läbi mõtestada ja lei-
da lahendused võimalike krii-
siolukordade lahendamiseks:
„Seeläbi saame olla üksteise-
le toeks nii ettevalmistvas faa-
sis kui ka reaalses kriisiolu-
korras.“

Rae vallavanem **Gerli Le-
he** sõnul aitavad ühised põhi-
mõtted parandada piirkonna
kriisitaluvust. „Kriis ei küsi
omavalitsuse piire. Kui ühes
piirkonnas tekib tõsine proble-
em, võib abi kõige kiiremini
tulla just naabervallast. Kok-
kuleppega loome selged kon-
taktid, ühised põhimõtted ja
valmisoleku üksteist vajadu-
sel toetada. Mida paremini
oleme koostööks valmistunud,

seda kiiremini ja tõhusamalt
suudame kriisiolukorras oma
inimesi aidata ning tagada
elutähtsate teenuste toimimi-
se,“ ütles Lehe.

Kose vallavanem **Ott Vald-
ma** sõnul seisneb kuue valla
ühise leppe pikem vaade just
selles, et kriisi lahendamiseks
vajalik ressursid oleks suures
plaanis ühiselt kasutatav ning
seetõttu suunatud ka õigesse
kohta. Tema sõnul otsitakse
ühiselt ka rahastamisvõima-
lusi kriisivalmiduse arendami-
seks.

„Kriis ei küsi
omavalitsuse piire. Kui
ühes piirkonnas tekib
tõsine probleem, võib
abi kõige kiiremini tulla
just naabervallast.“
Rae vallavanem
Gerli Lehe

**Säästlikum
ressursikasutus**

Rae valla elanikkonna kaitse ja
kriisivalmiduse spetsialisti
Ulvi Põllu sõnul tuleb valmis

olla olukordadeks, kus tava-
pärased teenused või taristu
võivad olla häiritud ja abi ei
pruugi saabuda tavapärasel
kiiruses ja mahus. „Viie valla
koostöö eesmärk on muuta
koostöö süsteemsemaks ja tu-
lemuslikumaks. Ühiselt tegut-
sedes on võimalik kasutada
ressursse säästlikumalt, välti-
da tegevuste dubleerimist ja
suurendada kogu piirkonna
valmisolekut erinevateks
kriisiolukordadeks,“ sõnas
Põllu.

Praktilises plaanis hõlmab
koostöö ühiste kriisiõppuste
ja koolituste läbiviimist, kon-
taktivõrgustiku loomist, kiiret
infovahetust ja elanike koor-
dineeritud teavitamist. Koos-
tööd tehakse selle nimel, et
veevarustus, sotsiaalteenused,
haridusasutused ja teised
kogukonnale olulised teenus-
ed oleksid häirete korral toi-
mepidevad.

Leppe tulemusena suure-
neb kogu piirkonna kriisival-
midus ja paraneb omavalitsus-
te võimekus üksteist hädaolu-
kordades toetada. ♦

PILTUUDIS



**Ülemiste vanake
Tallinna linnaruumis**

Ülemiste Citys sel sügisel valmiv
ligi 5000-ruutmeetiline seina-
maal kujutab legendi Ülemiste
vanakesest, tuues linnaruumi
ühe Tallinna tuntuma muistendi,
kuid seda tänapäevases võtmes,
avaldab kunstnik **Silver „SBoy“
Seeblum**.

Erinevalt maailma teistest
suurtest seinamaalidest, mis on
sageli loodud lihtsustatud graa-
fikas või pintsli tehnikas, on Üle-
miste seinamaal kujutusviisilt
realistlik ning seetõttu kunstniku
sõnul hästi märgatav ka Tal-
linnasse saabuvatele ja siit lah-
kuvatele lennureisijatele.

FOTO: SkyCam

3 KÜSIMUST

**Toidulisandid
sügisel**



KELLI-ELEN UUSELU
Saku tervisekeskuse Benu ap-
teegi proviisor

Toidulisanditest kirjud poe- ja
apteegileid tekitavad sageli
segadust, sest nende kohta
levib palju müüte.

**Milliseid toidulisandeid sü-
gishooajaks valida?**

Päikesevalguse vähesuse
tõttu on soovitatav septembri
lõpust märtsi-aprillini D-vita-
miini toidulisandina juurde tar-
bida. Sügis-talvisel perioodil
on D-vitamiini annuseks 400–
1000 IU päevas.
Täiskasvanu peaks saama
askorbiinhapet toidust 100 mg
päevas. Kõige rohkem C-vita-
miini sisaldavad toiduained on
kibuvitsa- ja astepajumarjad,
paprikad, mustad ja punased
sõstrad, apelsinid ning sidru-
nid.

Kui toidulaud on mitmekes-
sine, siis C-vitamiini eraldi ma-
nustama ei pea. Haiguse ajal
võib C-vitamiini tarvitada lühi-
ajaliselt 1000 mg päevas, kuid
liigsed annused võivad ärrita-
da magu ja põhjustada kõrval-
toimeid.

**Milliste toidulisandite täht-
sust alahinnatakse?**

Tsink on oluline mineraalai-
ne, mis osaleb paljudes täht-
sates ülesannetes organismis.
Tsink toetab haavade paranemist,
juuste ja naha tervist, vil-
jakust ning immuunsüsteemi.
Tsingi puudusele organismis
võib viidata sage haigestumi-
ne sügisperioodil.

Magneesium osaleb lihaste
ja närvide talitluses ning
elektrolüütide tasakaalu säili-
tamises. Keskmisest aktiivse-
mad inimesed peaksid mag-
neesiumile kindlasti rohkem
tähelepanu pöörama. Mag-
neesiumirikkad toidud on
pähklid, erinevad seemned,
rohelised köögiviljad, teravilja-
ja piimatooted, muna, kala
ning mereannid.

Kolmas oluline mikroele-
ment on seleen, mis toetab
kilpnäärme tööd, aitab hoida
naha ja küüned terve ja tuge-
vana ning tagab immuunsüs-
teemi toimimise.

**Millised eksiarvamused le-
vivad toidulisandite kohta?**

Üks suuremaid toidulisanditega
seotud müüte on see, et neid
peetakse täiesti ohutu-
ks, kuna need on loodusli-
kud. Tegelikult see nii liht-
ne pole.

Paljud inimesed manusta-
vad toidulisandeid välja uuri-
mata, kas organism neid päri-
selt ka vajab. Selline lähene-
mine on lühinägelik, isegi oht-
lik. Enne toidulisandi tarvitama
asumist pea nõu arsti või ap-
teekriga.

530 või 3600 eurot ruutmeeter? Kinnisvara hindades haigutab piirkonniti tohutu lõhe

ASKUR ALAS

askur.alas@harjuelu.ee



Tallinna ja Ida-Virumaa korterite ruutmeetri hinnavahe on kasvanud kuni 51-kordseks ning isegi Harjumaal on lõhe Tallinna ja Loksa vahel 5,5 kordne. Miks vahe nii suur on?

Maa- ja ruumiameti tehingustatistika järgi on Harjumaa linnadest korterite ruutmeetri mediaanhind kõige madalam Loksal – 530 eurot, kõige kõrgem aga Kiili vallas – 3600 eurot. Järgnevad Rae vald 3300 euroga ning Tallinna linn, Harku ja Viimsi vald umbes 2900 euroga. See tähendab, et korteri ruutmeetri hind on Kiili vallas 6,8 korda kõrgem kui Loksal. Ehkki vahe pole nii drastiline kui Ida-Virumaaga, on hinnavahe Harjumaa sees siiski tähelepanuväärne.

Kinnisvara24 tegevjuhi **Urmus Uibomäe** sõnul mõjutavad Harjumaa linnade korterihindu selgelt kaugus Tallinnast, kohalike töökohtade olemasolu, korterifondi vanus ja demograafilised muutused.

Rongiühendus ja tööturg mõjutavad palju

„Loksa asub Harjumaa linnadest Tallinnast kõige kaugemal, sinna ei ole rongiühendust ning linna elamufond on valdavalt vanem. Loksa rahvaarv on kümne aastaga vähenenud enam kui kümnendiku võrra, kusjuures eriti on kahanenud tööealiste elanike arv,“ kõneles Uibomäe Harju Elule. „Linnas on madal tööhõive ja palgatase ning napib sobivaid töökohti, mis vähendab nõudlust eluasete järele ning hoiab kinnisvarahindu madalal,“ lisas ta.

Loksale järgnevad Paldiski 866-eurose ja Kehra 967-euro-



Selles Loksa viiekorruselises telliskivimajas müüdava kolmetoalise 60 m² korteri eest küsitakse 35 800 eurot, mis teeb ruutmeetri hinnaks 595 eurot.

FOTO: kinnisvara24.ee



HEA TEADA!

Kus käib kõige vilkam kinnisvaraäri?

Viimaste saadaval olevate maa- ja ruumiameti andmete põhjal on Harjumaa kinnisvaratehingute (Tallinna järel) väärtus kõige kõrgem Rae ja Harku valdades ning Maardu linnas, tehingute arvu poolest on eesotsas Saue, Harku, Rae ja Jõelähtme.

Piirkond	Arv	Väärtus
Tallinn	285	148 796 666 €
Rae vald	124	80 697 419 €
Maardu linn	60	44 629 357 €
Harku vald	183	35 541 788 €
Viimsi vald	117	28 602 994 €
Saue vald	212	23 656 233 €
Saku vald	104	17 806 054 €
Kiili vald	75	14 633 383 €
Jõelähtme vald	124	12 695 514 €
Kuusalu vald	83	6 511 708 €
Kose vald	61	5 633 519 €
Raasiku vald	36	5 310 300 €
Keila linn	20	4 710 512 €
Anija vald	50	3 908 129 €
Paldiski linn	15	641 125 €
Loksa linn	6	89 655 €

se ruutmeetri mediaanhinnaga, mis jäävad samuti Tallinna omast kordades madalamaks, kuid mõlemal linnal on pealinna hea rongiühendus. „See muudab need atraktiivsemaks ka Tallinnas töötavatele inimestele. Paldiski kinnisvaraturgu toetavad kohalik tööstus ja sadamatega seotud töökohad, hinnataset hoiab aga madalal valdavalt vanem elamufond,“ selgitas Uibomäe.

Mida lähemale Tallinnale

Loksale järgnevad Paldiski 866-eurose ja Kehra 967-eurose ruutmeetri mediaanhinnaga, mis jäävad samuti Tallinna omast kordades madalamaks, kuid mõlemal linnal on pealinnaga hea rongiühendus.

„Keila ja Saue kõrgeimat hinnataset toetavad ka uusarendused, mis kergitavad sealset korterite tehinguhinda. Ka üksikute uusarenduste valmimine võib väiksemates piirkondades me-

diaanhinda märkimisväärselt mõjutada. Näiteks tõstis Allika kodude valmimine eelmise aasta novembris Keila korterite mediaanhinna 3524 euroni,“ ütles Uibomäe.

Tohutu vahe Ida-Virumaa hindadega

Eesti kõige odavamad korterid asuvad Ida-Virumaa linnades, Valgas, Kundas ja Tamsalus. Maa- ja ruumiameti tehingustatistika järgi on korterite ruutmeetri mediaanhind Püsis 55 eurot ehk hinnavahe on üle 51-kordne. Pealinna hinnatase ületab Kiviõli oma 33, Kohtla-Järve oma ligi 18 ja Sillamäe oma üle 12 korra. Valga, Kunda ja Tamsaluga on vahe ligikaudu kümnekordne, Narvaga seitsmekordne.

Uibomäe hinnangul peegeldab hinnalõhe Tallinna ja teiste Eesti piirkondade viimase 20 aasta jooksul süvenenud de-

mograafilist lõhet ja suuri majanduslikke erinevusi. „Neis linnades on elanike arv järsult vähenenud, palgatase on madal ning vana ja kohati tühjalt seisvat korterifondi on palju,“ selgitas ekspert.

Harjumaa ja Tallinna ning Valga ja Ida-Virumaa vaheline demograafiline- ja tööturulõhe on aastatega üksnes suurenenud. Statistikaameti andmetel suurenes Harjumaa elanike arv ligi 22%, samal ajal kaotas Ida-Virumaa 28% ja Valgamaa ligi veerandi rahvastikust. Tallinna elanike arv kasvas 15%, Narva, Kohtla-Järve ja Sillamäe rahvaarv vähenes aga veerandi kuni kolmandiku võrra.

Lisaks moodustab Ida-Virumaa mediaanpalk umbes 72% ja Valgamaa oma 70% Harjumaa tasemest. Ka tööhõive jääb mõlemas maakonnas Harjumaale alla. Ida-Virumaa töötuse määr küündib tänavu üle 11%, Eesti keskmine on 7,1%. „Piirkonna palgatase mõjutab seda, kui suurt kodulaenu ostja saab võtta. Ebakindlamad tööturuväljavaated panevad nii ostjad kui ka pangad otsuseid hoolikamalt kaaluma,“ märkis Uibomäe. ♦

Ekspert: üürihindade tõus kiireneb

Tänavune üürihindade reaalkasv olnud prognoosidest mõõdukam, kuid turul on siiski märgid üürihindade üleriigilise kasvu kiirenemisest.

Üürikorterite pakkumishinnad läksid suve algusest üsna järsult üles, mis on suuresti seotud iga-aastaste hooajaliste teguritega. Pärast koolialguse perioodi aktiivsus turul taas järsult väheneb ja üldjuhul lähevad keskmised pakkumishinnad jälle segmenditi veidi alla. Pikemat perioodi vaadates on tänavune üürihindade kasv olnud aasta algusest Tallin-

na näitel ligi 4% juures, mis on sama palju kui 2025. aastal kokku.

Segmenditi on hinnatõus olnud küll veidi erinev – odavamate, näiteks Lasnamäe, Õismäe ja Mustamäe paneelmajade üürihindade muutus on protsentuaalselt suurem seoses madalama lõpphinna ja kõrgema nõudlusega, eriti just 1-toaliste korterite lõikes. Seda toetab üldine majanduskeskkonna ja tarbijaskonna kindlustunde mõningane paranemine ja reaalpalka kasv. Teisalt on ehituslikult uute 2-toaliste üürikorterite hinnatase jät-



kuvalt viimaste aastatega üsna sarnane, viidates püsivale ülepakkumisele.

Keskmiselt võib oodata tänavu aasta lõpuks üürihindade tõusu 4–5%. 12 kuu perspektiivis üürihindade kasv tõenäoliselt püsib ning pigem kasvavad kiiremini odavamate pindade üürihinnad. Üürihindade kasv kiireneb tänavu juba kolmandat aastat järjest ning tasub ka meesle pida, et aastatel 2010–2025 oli keskmine üürihinna aastane tõus 7% tasemel.

MIKKEL ELISTE

kinnisvarabüroo Uus Maa kutseline hindaja

Kas lühiajaline üürimine tasub end 2026. aastal ära?

ANASTASSIA
MERIMAA

anastassia.merimaa@
harjuelu.ee



Kas lühiajaline väljaüürimine on praegu tulusam kui pikaajaline rentimine? Eesti majutajate liidu (EML) hinnangul ei ole sellele võimalik anda ühtset vastust.

Tulemus sõltub väga palju asukohast, konkreetsest objektist, hooajalisusest, nõudlusest ja sellest, kuidas majutust juhitakse. EML-i sõnul võib lühiajalise majutuse ühe öö hind olla pikaajalise üüri päevahinnast kõrgem, kuid sellest ei saa järeldada, et omaniku kasum oleks automaatselt suurem. Lühiajalise majutusega kaasneb oluliselt rohkem tegevuskulusid ja tööd ning täituvus ei ole garanteeritud.

Lisaks tavapärastele kinnisvarakuludele tuleb EML-i hinnangul arvestada koristuse, pesu, külalistarvikute, kommunaalkulude, platvormitasude, halduse, hoolduse ja remondi-

ga ning sõltuvalt tegevusvormist ka maksudega. Seetõttu tuleks võrrelda mitte majutusplatvormil nähtavat öö hinda pikaajalise üüri kuuhinnaga, vaid mõlema mudeli tegelikku netotulemust pärast kõiki kulusid.

Renditulu ja maksud

Maksu- ja tolliameti (MTA) tulumaksu osakonna peaspetsialist **Tiina Kärnsa** sõnul on Eestis kehtiv füüsilise isiku tulumaksu määr 22% ning juriidilise isiku peab väljamakselt kinni pidama tulumaksu summuti 22%. Kui renditulu laekub isiku ettevõtluskontole, on ettevõtlustulu maksumäär 20%. Kärnsa selgitab, et kinnisvara renditulu maksustatakse üldreeglina selles riigis, kus kinnisvara asub, seega maksustatakse Eestis asuva kinnisvara renditulu Eestis, sõltumata sellest, kas tulu on saadud Eesti või välisriigi platvormi kaudu.

Seetõttu tuleks võrrelda mitte majutusplatvormil nähtavat ühe öö hinda pikaajalise üüri kuuhinnaga, vaid mõlema mudeli tegelikku netotulemust pärast kõiki kulusid.

Deklareerimisel tuleb renditulu, kui see ei ole tuludeklaratsioonil eeltäidetud, märkida tabeli 5.4 II ossa „Muu rendi- või üüritulu (kinnis- või vallasvara)“. Kui tulu on saadud välisriigi platvormi kaudu, kuid kinnisvara asub Eestis, deklareeritakse see siiski Eesti tuluna samas tabelis. Soovi korral võib välisriigi platvormi kaudu saadud tulu deklareerida ka tabelis 8.7.1 tululiigiga Välisriigis saadud rendi- ja üüritulu, samas kui välisriigis asuva kinnisvara renditulu tuleb sellesse tabelisse kanda kohustuslikus korras.

Kui välisriigis on renditulut tulumaks kinni peetud või tasutud, saab Kärnsa sõnul toetumaksustamist vältida ja välisriigis tasutud tulumaksu arvesse võtta, kui on olemas tõend selle kohta.

MTA käibemaksu osakonna peaspetsialist **Kaia Toomingu** sõnul kohaldub nii majutusteenusele kui ka majutusteenusele koos hommikusöögiga jätkuvalt käibemaksu määr 13%. Majutusteenuse mõiste tuleb turismiseadusest.

Regulatiivne ebakindlus mõjutab otsuseid

EML-i hinnangul mõjutab omanike otsuseid maksude kõrval järjest rohkem ka regulatiivne ebakindlus. Kui samaaegselt



Airbnb kaardivaade, kus on näha lühiajaliseks üürimiseks pakutavate korterite hinnad Harjumaal. Omanikel tasub hinda kõrvutades meeles pidada, et lõplik tulu kujuneb alles pärast kõigi kulude mahaarvamist.

FOTO: Ekraanipilt Airbnb platvormist

arutatakse nii lühiajalise majutuse uusi reegleid kui ka korteriühistutele võimalike täiendavate õiguste andmist, on omanikel liidu sõnul keerulisem teha pikaajalisi otsuseid.

Ebakindlust suurendab ka Eesti korteriühistute liidu (EKL) ettepanek anda korteriomani- ke üldkoosolekule õigus keela-

ta majas korterite väljaüürimine ja seda mitte ainult lühiajalise, vaid ka pikaajalise üüri puhul. Kui selline õigus peaks jõustuma, tähendaks see EML-i hinnangul veelgi laiemat mõju kui ainult lühiajalise rendi sektorile: piirang puudutaks nii investeerimise eesmärgil korteri ostnud inimesi kui ka neid,

kes soovivad oma kodu ajutiselt, näiteks teise linna või välismaale kolides välja üürida. Nii maksumuudatused kui võimalik ühistute keeluõigus jätavad omanikele praegu vähe kindlust selles, millist üürimudelit pikas plaanis planeerida.

Ühtset üle-eestilist liikumist lühiajalisest pikaajalise üürimise juurde on liidu hinnangul keeruline välja tuua, omanikud liiguvad mudelite vahel sõltuvalt piirkonnast, nõudlusest ja enda võimalustest. EML rõhutab, et lühiajaline majutus ei ole lihtsalt passiivne üüritulu, vaid sisuliselt majutusteenuse osutamine, mis nõuab rohkem igapäevast tööd ja vastutust.

EML-i hinnangul tuleks kõigepealt enda jaoks selgeks teha, kas soovitakse tegeleda majutusteenuse osutamisega või pigem saada stabiilsemat ja väiksema igapäevase töömahuga pikaajalist üüritulu. Harjumaal ei ole liidu sõnul üks ühtne turg, Tallinna kesklinna, vanalinna, äärelinna või mõne teise Harjumaal piirkonna nõudlus võib olla väga erinev.

EML-i sõnul tasub enne otsustamist tutvuda mõlema mudeliga kaasnevate kohustuste, maksude ja riskidega ning mitte teha otsust ainult selle põhjal, milline öö- või kuuhind kuulutustes kõige atraktiivsem tundub. ♦

NURMIKO AIANDIPOES ON EESTI SUURIM TULBI- JA NARTSISSISIBULATE VALIK!

Kokku 250 erinevat sorti

LAUPÄEVAL, 19. SEPTEMBRIL TOIMUB AIANDIPOES SUUR LILLESIBULATE PÄEV,
kus head nõu sibullillede istutamisest ja kasvatamisest jagab aiandusagronoom ja Nurmiko asutaja Jaak Ungerson.

Tähtsa päeva puhul pakume ka kohvi ja kringlit!
Tule saa melust osa!

Nia ja Lillaari
NURMIKO
AIANDIPOOD

Saku elanikke terroriseerib üle aia hüpata armastav koer

ASKUR ALAS

askur.alas@harjuelu.ee



Mõned Saku elanikud on ringihulkuva ja üle tarade teiste inimeste aedadesse hüppava laika moodi koera pärast nii mures, et üritavad peni ise kinni püüda ja loomapüüdjale üle anda.

Vastav üleskutse levis hiljuti Facebooki grupis „Saku valla elanikud“ koos paljude toetavate reaktsioonide ja vastustega. Samas on koera omanik ja elukoht on teada ning tegelikult teda kodutuks pidada ja niisama varjupaika toimetada ei saa. Probleem on aga ületanud nii mõnegi elaniku taluvuspiiri, sest kõik muud katsed looma ohjata on jäänud pikemat aega tulemuseta.

Koer kargab üle aia

„Kuna see koer ei pea paljusk ka kinnistesse hoovidesse hüppata, ei ole vastuvõetav, et me ei saa isegi oma hoovis lasta lastel omapäi mängida, sest üks kodanik ei suuda (loe: soovi) oma koera ohjata,“ kirjutas üleskutse postitaja, kes on oma sõnul varasematel aastatel üritanud koera korduvalt peremeheni viia ja aidata. „Tänaseks on selge, et tema koduhoovis kehtis olles ei ole ta tingimused need, mida ma ühelegi koerale sooviks,“ võttis ta olukorra kokku.

„Omanikuga ammu räägitud, aga teda ei huvita ja sealt tuleb sellist teksti, mida siin pole viisakas kirjutada. Politseid ja valda on ammu teavitatud ja nad kogu aeg menetlevad



Saku „terror-koer“ hüppab üle tarade võõrastesse aedadesse ja paneb elanikud oma väiksemate lemmikute pärast muretsema, sest koer on neid varemgi rünnanud. FOTO: erakogu

ning räägivad,“ selgitas üks valla elanik samas lõimes.

Enamik seal kirjutajaid nõustub, et koer on agressiivsete tunnustega, täiskasvanute suhtes ükskõikne, aga ründab teisi väiksemaid loomi. Konkreetset on üks elanik pidanud tasuma selle koera rünnaku pärast oma väikekoera raviarveid summas u 700 eurot, selgub foorumist. Koer jäi omaniku sõnul napilt ellu.

Kardetakse ka väiksemate laste pärast. „Ma ei pea kartma

oma väiksema koeraga jalutama minna või last jalgrattaga tänavale sõitma lasta. See koer on hädas ja vajab abi, omanik ilmselgelt ei tegele probleemiga ja tundub, et ka vald pole lahendust leidnud, hoolimata juba igapäevastest pöördumistest,“ kirjutas üks elanik.

Probleem on kestnud aastaid

„Kogu Tammemäe piirkond on selle koeraga hädas. Ma ei pea kartma oma koera oma aiaga

„Kõrge ea tõttu ei olnud looma omanikul võimalik piirdeid kiiresti korda teha ning vallavalitsuse töömehed käisid aiad üle ja sulgesid teadaoleva väljapääsu. Sellest siiski ei piisanud ja loom hüppas üle aia.“

Saku vallavalitsuse majandusteenistuse juht Peep Pukk

HEA TEADA

Kuni 6400 eurot sunniraha

Veterinaarseadus ütleb, et loomad ei tohi olla ilma omanikuta lahtiselt väljaspool oma territooriumi. Enamik omavalitsusi on täpsustanud, et koerad ei tohi ka omanikuga koos liikudes lahtiselt olla, vaid peavad olema rihmastatud.

Veel 11 aastat tagasi võis loomaomanikku trahvida selle eest, kui tema koer või kass liikus rihmata.

2015. aastast saab aga omanikku trahvida ainult siis, kui tema rihmata liikuv koer või kass on kedagi vigastanud. Kuigi koerad ja kassid ei tohi endiselt lahtiselt liikuda, siis nüüd tuleb esmalt nende omanikele teha selgitustööd. Kui see ei aita, saab teha ettekirjutuse ja kui sellestki abi pole, määrata sunniraha.

Alates 1. juulist saab omavalitsus teha loomaomanikule ettekirjutuse, kui on teatatud, et loom liigub ringi rihmata. Kui omanik ettekirjutust ei täida, võib omavalitsus nüüd määrata omanikule kuni 6400 eurot sunniraha.

piiratud aeda jätta,“ lisas teine. „See loom on siin kahjuks juba aastaid probleemiks olnud. Ei ole lihtsalt ringi hulkuda, vaid on reaalselt olnud rünnakuid ja asi läheb pigem hullemaks. Loomi on tema tõttu juba looja karja läinud ning [ta on] lapsi rünnanud,“ täiendas kolmas.

Neljas lisas: „See jant on käinud siin 2–3 aastat, ka mul on aias väike koer ja ma ei soovi teda oma aeda, et mu koer või laps hambus oleks.“

Saku valla kodulehel tuletakse inimestele meelde, et lemmiklooma pidamine on vastutusrikas kohustus, mis eeldab hoolivust, teadlikkust ja pühendumist. „Lemmikloom ei tohi avalikus kohas liikuda ilma omaniku järelevalveta. Avalikus

kohas tuleb tagada ohutus, tekitatud kahju eest vastutab omanik,“ seisab valla veebilehel.

Vald tegeleb, aga lahendust veel pole

Saku vallavalitsuse majandusteenistuse juht Peep Pukk ütles Harju Elule, et looma omanikult äravõtmiseks peavad olema seadusest tulenevad alused ning iga juhtumit tuleb hinnata vastavalt konkreetsetele asjaoludele. „Looma omanik peab tagama, et koer kinnistult välja ei pääse, kuid vallas ega ka kellelgi teisel ei ole õigust minna inimese kinnistule ja looma lihtsalt ära viia,“ selgitas Pukk.

Vald on tema sõnul antud olukorra lahendamiseks olnud kinnistu omanikuga pidevas suhtluses, kaasatud on olnud ka piirkonnapolitsei ja loomapüüdja.

„Saatsime kinnistu omanikule märgukirja, kuid kinnistul elab alaliselt koos koeraga kõrges eas meesterahvas, kes on looma omanik. Kõrge ea tõttu ei olnud looma omanikul võimalik piirdeid kiiresti korda teha ning vallavalitsuse töömehed käisid aiad üle ja sulgesid teadaoleva väljapääsu. Sellest siiski ei piisanud ja loom hüppas üle aia,“ kõneles Pukk.

Kui muu ei aita, siis on Puki sõnul võimalik loomapidamise kohustuse ülevõtmine ja koera varjupaika toimetamine. „Sellised loomapidamisega seotud probleemid ei ole vallas igapäevased, kuid aegajalt tuleb neid ette,“ nentis Pukk.

Koerakoolitaja Aivo Oblikas rääkis Eesti Ekspressi podcastis (12.09.2026), et peamised probleemid on koolitamata koerad, omanike vähesed teadmised ja reeglid, mille täitmist keegi ei kontrolli. Oblikase hinnangul juhtub Eestis aastas umbes 10–15 märkimisväärt vigastustega koerarünnakut, kuigi keegi selle üle arvet ei pea ning enamik neist ei jõua kunagi avalikkuse ette.

„Kui meil on seadused, peaksime nende täitmist ka järgima. Kui koer peab olema rihmas, siis ta peab olema rihmas. Kui ei ole, saab trahvi. Nii lihtne ongi,“ võttis Oblikas tee kokku. ♦



ANDRES LAISK
Saue vallavanem



KEIU VALGE
Keila linnapea



JAANUS SAAT
Lääne-Harju vallavanem

Naabrijutud Padisel

Saue ★ Keila ★ Lääne-Harju

**30. oktoobril kella 19–21
PADISE RAHVAMAJAS**



Kolm naabrit.
Harju Elu.
Taavi Libe.
Ja publik, kellel
on ka sõnaõigus.

Sponsor
HARJU KEK

Üritust toetab
PAULIG

HARJU ELU



Pilet 8 €
Piletid saadaval
fienta.ee

Vaata lisa: <https://harjuelu.ee> -> Sündmused

Tervisenõustaja aitab näha tervist tervikuna

ALAR KRAUTMAN

Alar Krautmani
Terviseakadeemia juht
ja tervisenõustaja
eriala eestvedaja



Tervisenõustaja on Eestis uus eriala, mille peamine tegevusväli on tervise edendamine ja probleemide ennetamine. Tervisenõustaja ei ole tervishoiutöötaja, ta ei diagnoosi haigusi ega asenda arsti. Tema ülesanne on aidata inimesel mõista, kuidas tema tervist mõjutavad igapäevased valikud, eluviis, suhted ja keskkond ning milliseid jõukohaseid samme saaks ta ise oma heaolu parandamiseks astuda.

Sageli pöörduvad tervisenõustaja poole inimesed, kes tunnevad, et teevad justkui kõike õigesti – toituvad suhteliselt tervislikult, liiguvad ja püüavad enda eest hoolitse da –, kuid ometi vaevavad neid väsimus, peavalud, unehäired, kehakaaluprobleemid või lihas- ja liigesevalud. Mõnikord on kadunud motivatsioon või tunne, et inimene juhib ise oma elu. Üksikut nõuannet võib olla lihtne anda, kuid sageli ei peitu probleemi põhjus ainult toitumises, väheses liikumises või ühes organsüsteemis. Mõju avaldab mitme teguri koosmõju.

Tervisenõustaja tugevus on võime vaadelda kogu inimese elukaart ja elu erinevaid tahke tervise vaatenurgast. Tähelepanu all on keha, psühholoogiiline ja hingeline heaolu, sotsiaalsed suhted, elukeskkond, eneseväljendus, töö ning võimalus oma võimeid teostada. Oluline on mõista ka aju ja närvisüsteemi toimimist, une ja taastumise kvaliteeti, toitumist, liikumist ning inimese suutlikkust oma eluga toime tulla.

Näiteks võib inimene pida da ennast sportlikuks, sest ta jookseb või käib jõusaalis, kuid samal ajal võivad olla unarusse



Matk läbi heinamaa, paastulaager 2026.

FOTOD: Vaike Hannust

jäänud tasakaal, koordinatsioon, liikuvus või taastumine. Koormus võib olla organismile hoopis liiga suur ning keha püsida pidevas stressiseisundis. Samuti ei pruugi me olla mõelnud sellele, kuidas hoida töös aju erinevaid võimeid või hoolitseda teadlikult naha, suuõõne ja siseorganite tervise eest.

Tervisenõustaja ei saa kedagi sundida oma elu muutma. Küll aga saab ta aidata inimesel märgata, millises eluvaldkonnas võib king kõige rohkem pigistada, leida sisemist motivatsiooni ning kavandada koos kliendiga esimesed realistlikud sammud. Teadmisest üksi jääb sageli väheks. Inimene võib suurepäraselt teada, et peaks rohkem liikuma, paremini mägama või teistmoodi sööma, kuid tegelik küsimus on selles, kuidas muutusega päriselt alustada ja seda hoida.

Tervisenõustajal võib olla oluline roll ka pikaajaliste terviseprobleemide korral. Ta ei sekku arsti määratud ravisse, kuid saab toetada inimese eluviisi, taastumist ja igapäevast toimetulekut. Vajadusel aitab ta leida sobivad spetsialistid ning koondada inimese ümber koostöövõrgustiku. Mõnele inime-

sele võib olla vaja füsioterapeuti, teisele psühholoogi, toitumisspetsialisti, arsti või mõne täiendmeditsiini valdkonna hästi koolitatud esindajat.

Just oma pädevuse piiride tundmine on tervisenõustaja töö üks tähtsamaid osi. Hea spetsialist teab, millega ta saab inimest aidata ja millal tuleb klient edasi suunata. Ohu märgiks on see, kui nõustaja lubab kiiret ja universaalset lahendust, hirmutab inimest, vastandub arstidele või esitab oma meetodit ainsa tõena. Koolitatud nõustaja loob selgust, mitte segadust või sõltuvust.

Kolmeaastane tervisenõustaja õpe

Alar Krautmani Terviseakadeemias kestab tervisenõustaja õpe kolm aastat. Selle aja jooksul käsitletakse inimese arengut ja tervist kogu elukaare ulatuses. Õpe ühendab põhjalikud teadmised anatoomiast ja füsioloogiast toitumise, liikumise, terviseõpetuse, psühholoogia, nõustamisoskuste ning praktilise klienditööga.

Füsioloogiat õppides keskendume eriti nendele protsessidele, mis aitavad mõista tervise kujunemist ja säilimist.

Haigusõpetuse eesmärk ei ole õpetada tervisenõustajat diagnoosima. Õppija peab oskama märgata sümptomeid ja teisi ohu märke, mille korral on vaja inimest arsti või muu pädeva spetsialisti juurde suunata.

Õppes on tähtis koht kliendisuhete loomisel, terviseinfo kogumisel, eesmärkide seadmisel ning koos kliendiga sobiva tegevuskava koostamisel. Nõustaja ei kirjuta inimesele ette, kuidas ta peab elama, vaid aitab tal oma vajadusi ja võimalusi paremini mõista. Sama oluline on oskus hinnata, kas kavandatud muutused ka tegelikult toimivad ning vajadusel tegevuskava kohendada.

Terviseakadeemial on kujunemas head võimalused koostööks perearstikeskusega nii õppijate praktika kui ka edasise ennetustöö arendamisel. Usun, et just selline koostöö võiks olla tervisenõustamise tulevik. Tervisenõustajal on võimalik pühenduda rohkem aega inimese tervisekäitumisele, motivatsioonile ja igapäevaste muutuste toetamisele ning eelkõige sellele, et klient jääks võimalikult pikaks ajaks terveks ja tema elukvaliteet säiliks või paraneks. Arst saab siis tegele-



Loodusrännak pühapaikadesse, august 2022.

da haiguse diagnoosimise ja raviga, ehk sellega milleks ta tegelikult koolitatud on. Need rollid ei ole kindlasti omavahel võistlevad, vaid üksteist täiendavad ja toetavad.

Tervisenõustamise võimalused ei piirdu üksnes tööga individuaalse kliendiga. Mind kutsutakse üha enam ettevõtetesse mitte ainult motivatsioonikoolitusi tegema, vaid ka organisatsiooni tervist nõustama. Seda saab vaadelda kahest küljest: kuidas toetada töötajate füüsilist ja vaimset tervist ning kuidas kujundada organisatsiooni sisekeskkonda, suhteid ja töökorraldust selliselt, et need ei kulutaks inimest, vaid et kollektiivi sisekliima soodustaks produktiivset töötamist ja toetaks kõigi arengut.

Koostöö loob usaldusväarsuse

Positiivsed muutused toimuvad ka Eesti täiendmeditsiinis. Valdkonna tõsiseltvõetavad koolid, erialad ja organisatsioonid liiguvad järjest enam ühiste kvaliteedi- ja eetikapõhimõtete poole. Selleks on loodud täiendmeditsiini nõukoda, mille eesmärk on ühendada sarnaseid põhimõtteid, kliendikesk-

set tervisetootamist ja täiendmeditsiini omavahelist koostööd. Oluline on kliendi ja riigi jaoks töötav ühtne väärtuspõhine süsteem, mis tagab kvaliteedi ja usaldusväarsuse.

Oktoobris kutsus täiendmeditsiini nõukoda tervise ja täiendmeditsiini valdkonna inimesed ühisele Täiendmeditsiini ArenguFestile. Seal saab arutada, kuidas panustada üheskoos Eesti inimeste tervise teadlikkusse, ennetusse ja vastutustundlikku tervisekäitumisse.

Olen tervise ja teraapiate valdkonnas tegutsenud ligi 40 aastat ning õpetanud üle 25 aasta. Tervisenõustaja eriala on omamoodi kokkuvõte sellest teekonnast. Üha enam veendun, et tervist ei saa vaadelda eraldi inimese elust. Me vajame teadmisi, kuid vajame ka oskust näha seoseid, teha koostööd ja pidada päris dialoogi. Tervisenõustaja ülesanne ei ole võtta inimeselt vastutust, vaid aidata tal oma elu ja tervise juhtimisel tugevamaks saada.

Kuni septembri lõpuni on võimalik veel registreerida tervisenõustaja eriala õppesse.

Koduleht: <https://krautman.ee/> ♦

 TULEMAS

19. september

- Kogu päev Lääne-Harju vallas maal elamise päev
- Kell 9 Loksa linnaväljakul sügislaad
- Kell 10 Keila lauluväljakul Keila kihelkonnalaad
- Kell 10.30 Turba staadionil Turba spordipäev
- Kell 11 Kostervere kultuurimõisas õlimaali õpituba
- Kell 12 Muraste koolis tsirkus: poni ja koera *show*
- Kell 13 Kiili raamatukogus lastelaulupäev
- Kell 16 Muraste koolis tsirkus: poni ja koera *show*
- Kell 17 Tabasalu koolis Tabasalu kooli 40. sünnipäevapidu
- Kell 19 Turba kultuurimajas Turba spordipäeva kontsert
- Kell 19 Aruküla rahvamajas Vana Baskini Teatri etendus „Stockmann – pättide paradiis“

20. september

- Kell 11 Anija mõisas lastehommik „Oktav täis muinasjutte“
- Kell 11 Anija mõisapargis „Mõisapargi saladuste rada“
- Kell 12 Vääna seltsimajas film „Lydia ja tormilaeva saladus“
- Kell 12 Keilas Kultuurikeerises taaskasutuslaad
- Kell 14 Aruküla staadionil Raasiku FC Joker Aruküla (15) – Maardu LM JK Valged (15)
- Kell 16 Saku valla kultuurikeskuses Estlandia sümfooniaorkestri kontsert
- Kell 17 Raasiku staadionil Raasiku FC Joker – Viljandi JK Tulevik U21
- Kell 17 Maardu vaba aja keskuses klassikalise muusika kontsert

21. september

- Kell 12.15 Aegviidu rahvamajas film „Morten“
- Kell 17.30 Saku vallavalitsuses Saku valla arengukava 2025–2035 avalik arutelu
- Kell 18.30 Sakus Teaduse tn 1 ja Kiili gümnaasiumis Saku-Kiili mälumäng. Uus hooaeg

22. september

- Kogu päev Sakus autovaba päev – liigu jalgrattaga või jala.
- Kell 11 Sakus Traani tee 1 parklas vaatab rattahoolduse spetsialist tasuta rattad üle (kuni k 15)
- Kell 11 Kiili eakate ja puuetega inimeste päevakeskuses Kiili päevakeskuse sündmused
- Kell 19 Haiba rahvamajas film „Morten“

23. september

- Kell 9 Kose kultuurikeskuses: AHHA teadustuur Kosel
- Kell 18.30 Tabasalu Käsitöökambris käsitööõhtu
- Kell 19 Saku valla kultuurikeskuses film „Morten“
- Kell 19 Loksa kultuurikeskuses seltskonnatantsu lühikursus

24. september

- Kell 11 Kehra sotsiaalkeskuses tervise infotund
- Kell 16 Aruküla rahvamajas film „Morten“
- Kell 17 Vääna raamatukogus kirjutamisklubi, sihtühm 55+
- Kell 18 Maardu mõisas Loo-Maardu rahvuste päev
- Kell 18 Viimsi raamatukogus vaimse tervise loengusari III
- Kell 19 Hüüru mõisas film „Morten“
- Kell 19 Kiisa vabaajakeskuses film „Morten“
- Kell 20 Aruküla rahvamajas film „Morten“

25. september

- Kogu päev Keila terviserajal Eesti paarismeistrivõistlused kettagolfis 2026
- Kell 12 Laagri kultuurikeskuses film „Morten“
- Kell 16 Laagri kultuurikeskuses film „Morten“
- Kell 16 Laagri kultuurikeskuses film „Lydia ja Tormilaeva saladus“
- Kell 17 Aruküla rahvamajas film „Lydia ja Tormilaeva saladus“
- Kell 19 Muraste koolis kinoõhtu filmiga „Morten“
- Kell 19 Kose kultuurikeskuses film „Seatapp“
- Kell 19 Aruküla staadionil FC Raasiku Valla – FC Toompea
- Kell 19 Kiili rahvamajas Kiili Teatri etendus „Täiuslik pulm“
- Kell 19 Neighbourhuudis (Harku vallas) Ajuragina 53. hooaeg
- Kell 19 Alavere rahvamajas film „Morten“
- Kell 19 Riisipere kultuurimajas film „Morten“
- Kell 19 Aruküla rahvamajas film „Seatapp“
- Kell 19 Saku valla kultuurikeskuses meelelahutuslik muusikaviktoriin Melomäng vol 1 koos bändiga. Külas Mikk Saar
- Kell 19 Aruküla staadionil FC Raasiku Valla – FC Toompea

26. september

- Kogu päev Keila terviserajal Eesti paarismeistrivõistlused kettagolfis 2026
- Kell 9 Harjumaa muuseumis Kihelkonnapäevade ja Keila ümbruses toimunud lahingute aastapäeva konverents
- Kell 9.30 Kehra staadionil rahvajooks
- Kell 9.30 Maardu metsapargis sügisjooks ja tervisekõnd 2026
- Kell 12 Saku valla kultuurikeskuses „Pisike, aga päris tsirkus“
- Kell 12 Laagri kultuurikeskuses lastehommik etendusega „Tähehikass ja koer Tupsiku Tähe-aabitse saladused“
- Kell 16 Saku valla kultuurikeskuses „Pisike, aga päris tsirkus“
- Kell 16 Viimsi Rannarahva muuseumis Viimsi 8-klassiline kool 100 – kooli sünnipäev ja vilistlaste kokkutulek
- Kell 18 Raasiku rahvamajas Aruküla harrastusteatrirupi Lõpuks Ometi etendus „Mõistuse vaheaeg“
- Kell 19 Kumna kultuurikeskuses suvelõpupidu „Elagu elu“
- Kell 20 Vääna seltsimajas film „Täiuslikud võõrad“

27. september

- Kogu päev Keila terviserajal Eesti paarismeistrivõistlused kettagolfis 2026
- Kell 17 Riisipere kultuurimajas sündmustesari „Meeleolukas pärasilõuna sõpradega“
- Kell 19 Kiili rahvamajas film „Seatapp“

ASTRID SIRKEL

astrid@harjuelu.ee

Kui veel mõnda aega tagasi võis veebis kaaslase otsimine tekitada veidi piinlikkust või tunduda kergelt haleda viimase ölekõrre kasutamisenä, siis tänaseks on pilt juba veidi teine.

Tutvumisportaalide või ka professionaalse *matchmaker*’i ehk kohtingukorraldaja abi nähakse üha enam loomuliku ja praktilise viisina uute inimestega kohtumiseks ja lähisuhete loomiseks. Eesti kohtinguplatvormide ja kohtinguagentuuri esindajate sõnul on muutunud nii kasutajate vanuseline profiil kui ka ootused: juhusliku suhtluse asemel otsitakse järjest enam tähenduslikke ja püsivaid suhteid.

Uuris Magnet Dating Agency (Magnet) *matchmaker*’i **Eliia Laatsi**, MeetnFly asutaja **Anneta Metsa** ning Amoremi arendusjuhi **Marek Kivi** käest, kui varmas on eestlane selliste teenuste kasutamisel, millise vanusegrupi hulgas ollakse kõige populaarsemad ja kas vaid heast profiilist piisab.

Kasutaja on keskealine või vanem

Kõigi kolme teenuse kogemus näitab, et kõige aktiivsemad kasutajad ei ole enam noored tudengid, vaid küpsemas eas inimesed. Magnetis jääb liikmete vanus valdavalt 35–50 eluaasta vahele, kuigi viimastel aastatel on kasvanud ka alla 30aastaste osakaal. MeetnFly andmetel moodustavad koguni veerandi kasutajatest 51aastased ja vanemad inimesed, tugevasti on esindatud ka 36–50aastased vanuserühmad, mis näitab Anneta Metsa sõnul seda, et nende juurde tullakse siis, kui soovitakse elus luua midagi püsivat ja pinnapealsed kohtinguplatvormid ei paku enam rahuldust.

Amoremis on kõige aktiivsemad kasutajad vanuses 35–65 aastat ning keskmine kasutaja on umbes 50aastane. „Viimastel aastatel oleme märganud, et inimesed tulevad meie tutvumiskeskonda järjest teadlikuma ootusega: vähem otsitakse lihtsalt ajaviidet ning rohkem soovitakse leida kedagi, kellega võiks päriselt elu jagada,“ ütleb Marek Kivi.

Eliia Laats ütles, et soolises jaotuses on üldpildis Magnetis kasutajate hulgas naisi rohkem, kuid see erineb vanuserühmade lõikes. Näiteks alla 30aastaste seas on meeste



Kaaslase leidmine on paljude jaoks üks paras väljakutse ja *matchmakeri* või kohtinguäpi abi võib

„Mulle meeldib selles kontekstis Esther Pereli mõte kasvatada oma sotsiaalset võrgustikku väga lihtsal viisil: korraldada näiteks kord kuus õhtusöök ja paluda igal külalisel kaasa võtta üks inimene, keda korraldaja veel ei tunne.“

Magnet Dating Agency
matchmaker
Eliia Laats

osakaal suurem. Magnet keskendub eelkõige inimestele, kes otsivad teadlikult pikaajalist ja tähenduslikku paarisuhet. „Viimastel aastatel on järjest rohkem inimesi hakanud hindama personaalsemat lähenemist. Inimesed ei otsi tingimata rohkem kontakte, vaid soovivad oma aega paremini kasutada ja jõuda kiiremini nende tutvusteni, mille puhul on juba alguses põhjust näha võimalikku sobivust.“

Mehi ja naisi on nii MeetnFly’s kui ka Amoremi’s võrd-selt, Magentis on üldiselt naisi rohkem kui mehi, samas alla 30aastaste seas on enam just mehi.

Erinevad lähenemised kaaslase leidmisele

Kuigi eesmärk on sama ehk aidata inimestel sobiv partner leida, erinevad teenuste tööpõhimõtted märkimisväärselt. Magnet tegutseb klassikalise kohtinguagentuurina, kus keskne roll on professionaalsel *matchmaker*’il. Liikmed ei sirvi ise profile, vaid sobivusi otsib ja soovib inimene. „Meie eesmärk ei ole tekitada võimalikult palju kohtinguid, vaid leida need kohtumised,

mille puhul on juba enne kohtingut põhjust arvata, et kahe inimese vahel võiks olla sobivus,“ selgitab Eliia Laats.

Samas pakub ettevõtte nii tasuta liitumist kui ka personaalset *matchmaking*’ut. Tasuta teenuse puhul liitub inimene Magneti andmebaasiga ning *matchmaker* kasutab

tema profiili siis, kui otsib mõnele konkreetsele kliendile sobivat kaaslast. Inimene ei pea ise aktiivselt rakenduses või keskkonnas teisi liikmeid läbi vaatama. Kui *matchmaker* näeb võimaliku sobivust, võtab ta inimesega ühendust. Personaalse *matchmaking*’u puhul algab protsess vestlusest *matchmaker*’iga ja küsimustiku täitmisest, mille abil saab *matchmaker* paremini aru, kes inimene on, millist suhet ta soovib ja milline võiks olla tema jaoks sobiv partner. Seejärel koostab personaalse tutvustuse ning hakkab talle aktiivselt võimalikke sobivusi otsima.

MeetnFly tegutseb nii veebikeskkonna kui mobiilirakendusena ning rõhub teaduspõhisele lähenemisele. Kasutajate sobivust hinnatakse psühholoogide poolt välja töötatud

sobivusskoori abil ning turvalisuse tagamiseks kasutatakse tehisisellekti, mis aitab pettureid tuvastada. „Meie kogemus näitab, et parimaid tulemusi annab kontrollitud profiilide ja reklaamivaba keskkonna kombinatsioon, kuhu kutsutakse liituma ainult tõsise suhte eesmärgiga inimesi,“ kommenteeris Anneta Mets.

Amoremi on veebipõhine tutvumiskeskond, kus kasutajad loovad ise profiili ja võtavad huvipakkuvate inimestega ühendust. Kivi sõnul ei sõltu edumitte profiilide massilisest sirvimisest, vaid läbi mõeldud suhtlusest. „Paremini töötab lähenemine, kus inimene võtab aega profiili lugemiseks, leiab ühise pidepunkti ja alustab personaalse vestlusega.“ Tema sõnul peaks veebikeskkonnas tegelik eesmärk olemagi see, et aidata inimestel jõuda veebist päris kohtumiseni, et inimesed ei jääks kuudeks ainult kirjutama.

Suhtumine on muutunud positiivsemaks

Kõik kolm vastajat nõustuvad, et suhtumine tutvumisteenustesse on viimastel aastatel märgatavalt muutunud. Kui varem võidi kohtinguportaali kasutamist varjata, siis nüüd nähakse seda tavapärase osa



või kohtumisäpi kaudu



sellisel juhul osutada suurepäraseks lahenduseks. FOTO: AdobeStock

na tänapäevasest suhtlemisest. Annela Mets märgib, et MeetnFlys on registreeritud juba tuhandeid profile ning teenuse kaudu on kokku viidud sadu paare: „Turvalise tutvumisäpi kasutamist ei nähta enam viimase ölekõrrena, vaid nutika ja kaasaegse viisina oma elu korraldamiseks.“

Samas ei tähenda suurem

avatus tingimata suuremat teadmisjulgust. Marek Kivi sõnul registreeruvad inimesed küll meelsasti, kuid sageli kardetakse esimest sammu teha või seatakse võimalikele partneritele väga kitsad tingimused. „Seetõttu peame oluliseks, et tänapäevane tutvumisteenus ei näitaks lihtsalt inimeste nimekirja, vaid aitaks kasutajal

ka julgemalt kontakti võtta. Liigume ka oma teenusega rohkem selles suunas, et olla sõbralikuks hooandjaks tutvumisel.“

Matchmaker'i abi kasutamise kaaslase leidmisel on Eliia Laatsi sõnul Eestis endiselt suhteliselt uus. Rahvusvahelised näited on *matchmaking*'u rohkem nähtavaks ja tavapärasemaks muutnud ning filmi „Materialistid“ linastumiselgi on olnud positiivne mõju teenusele, kuna selle ümber tekkinud arutelu tõi teema rohkem inimeste teadvusse. „Magnetihuhul oli huvitav näha, et pärast filmi linastumist jõudis meieni mitu inimest, kes olid just selle kaudu *matchmaking*'u peale mõtlema hakanud.“ Laatsi arvates ei ole küsimus nii väga selles, millist teenust kasutada või kas inimene on piisavalt julge, et neid kasutada, vaid selles, et inimene leiaks endale sobiva ja toetava viisi kaaslase leidmiseks. „Matchmaker'i üks suurimaid väärtusi on võimaluste avardamine, sest ta on professionaal, kes suudab vaadata esmastest filtritest, sh välisusest, kaugemale ja märgata ka selliseid kokkupuutepunkte, mida inimene ise võib-olla otsides arvesse ei oskaks võtta.“

„Hea tutvumisteenus peaks olema hoopis sild pärisellu.“

Amoremi arendusjuht
Marek Kivi

nooremas eas. „Näiteks 40, 50 või 60 aastast ei teki enam nii palju uusi tutvusi kooli, ülikooli või suurte sõpruskondade kaudu kui nooremas eas.“ Tema sõnul andis veebitutvustele tõuke ka pandeemiaperiood, kui muid võimalusi polnud.

Annala Mets aga leiab, et kuigi sõprade ja hobide kaudu kohtutakse endiselt, võimaldab teaduspõhine platvorm teha suurepärase eelvaliku ja suured määratavalt tutvuste teket elus. „Veebitutvumine on saanud üheks peamiseks ja sageli ka kõige efektiivsemaks ka-

Veebitutvumine on muutumas peavooluks

Eliia Laats julgustab inimesi

olema avatud ka päriselus tekivatele võimalustele, olgu selleks sõprade sünnipäevad, hobiaid, kontserdid või trennid. „Potentsiaalne partner ei pruugi olla sinu praeguses tutvusringkonnas, kuid ta võib olla kellegi tuttav, kes kuulub sinu sõbra või kolleegi tutvusringkonda. Mulle meeldib selles kontekstis **Esther Pereli** mõtte kasvatada oma sotsiaalset võrgustikku väga lihtsal viisil: korraldada näiteks kord kuus õhtusööki ja paluda igal külalisel kaasa võtta üks inimene, keda korraldaja veel ei tunne.“

Marek Kivi usub, et veeb ja päriselu ei konkureeri omavahel: „Hea tutvumisteenus peaks olema hoopis sild pärisellu.“ Tema sõnul on internetitutvumise roll eriti suur keskealiste ja vanemate inimeste jaoks, kelle igapäevane suhtlusring ei too enam nii palju uusi tutvusi kui

naliks uute suhete loomisel Eestis.“

Armumist ei saa garanteerida

Püsisuhete ja abieludeni on jõudnud palju kõigi kolme teenuse kasutajaid, kuid täpset protsenti ei saa välja tuua, sest kui mõned õnnelikuks saanud saadavad tänukirju, siis on ka neid, kes kustutavad ühel hetkel konto ja see, mis tulemusega ta lahkus, jääb teadmata. „Tagasiside põhjal oleme olnud abiks sadade paaride tekkele Eestis. Kuna kutsume liituma ainult püsisuhte otsijaid, on ka meil tutvumiste õnnestumiste arv tõeliselt südantsoojendav,“ kommenteeris Annela Mets.

Eliia Laats ütles, et *matchmaking*'u puhul ei saa nad suhte tulemust garanteerida: „Meie saame aidata kahel inimesel kohtuda, kelle puhul näeme head potentsiaali, aga see, kas sellest tekib armumine ja püsisuhe, jääb nende valikuks.“

Marek Kivi sõnul on oluline arvestada asjaoluga, et tänapäeva püsisuhte ei pruugi enam tähendada kokkukolimist ja abieluvannet. „Inimesed on ajaga muutunud vabamaks, meie jaoks on tähtsam, et keskond looks võimalikult palju päris vastastikuseid kontakte, millest võiks areneda midagi enam.“

„Mõnikord me peame astuma sammu tagasi. Alustama iseendaga leppimisest. Ning seejärel saab tulla armastus.“

MeetnFly asutaja
Annela Mets

Otsustab siiski inimene

Eliia Laats juhib tähelepanu kohtinguäppide mängulisele varjuküljele, kus lõputu valik võib tekitada tunde, et järgmine inimene võib alati veel parem olla. Sarnase mõtte toob välja ka Marek Kivi, kelle sõnul sünnivad head suhted harva sellest, et kaks inimest vastavad ideaalselt etteantud filtritele ja lisab, et: „Sageli sünnivad need sellest, et kaks inimest annavad teineteisele võimaluse.“ Tema sõnul jääb kõige keerulisem osa hoolimata tehnoloogia arengule siiski endiselt väga inimlikuks ehk kedagi märgata ja teha esimene samm.

Eliia Laats rõhutab *matchmaking*'u tugevusena inimesele keskendumist. „Hea *match* ei ole inimene, kes vastab kõige täpsemalt etteantud nimekirjale, vaid inimene, kelle puhul tekib küsimus: *huvitav, mis võiks nende kahe inimese vahel juhtuda, kui nad päriselt kohtuvad?*“

Annela Mets soovib aga kõigile vallalistele südamele panna, et suhte otsi-

mine ja selle õige inimesega tutvumine on tegelikult ilus enesearengu ja õppimise teekond: „Mõnikord me peame astuma sammu tagasi. Alustama iseendaga leppimisest. Ning seejärel saab tulla armastus.“

Renne Merilo tegi seda jälle – seekord jõudis ta modellivõistluse tippu

ANASTASSIA MERIMAA

anastassia.merimaa@harjuelu.ee



Paldiski komando päästja Renne Merilo tõi Hispaaniast koju modellivõistluse The Best Model of Universe põhitiitli. Võistlus toimus 30. augustist 5. septembrini Lloret de Mar'is ning kestis ligi nädala.

Võistlusel osales umbes 350 modelli mitmes erinevas vanusekategorias, kokku 20 riigist. Kohal oli ka ligi 20 disainerit, kelle moešõule modellid enne oma võistluspäeva osalema valiti.



Renne Merilo koos Eesti disaineri Toivo Freemaniga, kelle saadikuks ta võistlustel teiste hulgas valiti. FOTO: Egert Kamenik

Merilol õnnestus pääseda kokku kuude erinevasse moešõusesse, kandes seal erinevate disainerite loomingut.

Peale põhitiitli võitis ta ka neli disainerite suursaadiku tiitlit, mis annavad talle õiguse esindada nende disainerite loomingut edaspidi kõikjal maailmas, kus nad osalevad. Üks tiitlistest toob talle kutse tasuta reisiga Taiwanil toimuvale moefestivalile – sellelt Hispaania võistluselt pääses festivalile vaid 11 tüdrukut.

Tegu polnud Merilo jaoks esmakordse osalusega sedalaadi konkursil: 2022. aastal saavutas ta samal võistlusel kolmanda koha ning mitmeid lisatiitleid. „Sel aastal võitsin ma ära kõik, mis võita oli,“ ütles ta tänavuste tulemuse kohta.

Modellindus versus missindus

Erinevalt missivõistlustest, kus Merilo on samuti edukalt kaasa löönud – 2022. aastal tuli ta teiseks Mrs. Worldwide'il ja 2023. aastal võitis Filipiinidel Mrs. Earthi tiitli –, on modelli-

„Üks Eesti naine suudab kõike, peab ainult piisavalt tahtma.“

võistlustel tema sõnul hoopis teine loogika. „Missivõistlusel võib võitja olla veidi kogukam, ent seal pead näitama ka oma sisu ja talenti. Pead oskama kõndida, näidata disainerite loomingut, mahtuma rõivabnumbritesse ning olema fotogeeniline,“ kirjeldas Renne, lisades, et modellid on ikkagi ennekõike disainerite töövahendid ja et modellindus on talle missindusest lähedasem.

Selle nimel on ta viimastel aastatel loobunud ka kinnisvaramaakleri tööst, mida varem päästeametiga paralleelselt pidas. Praegu teeb ta päästjatöö kõrvalt lisaks arboristi abilise tööd ning reklaami- ja videoklippe.

Võit ei tulnud kergelt. Sellele eelnes suur füüsiline pingutus – dieet, kõnniproovid ja treening. „See, et jäin täpselt oma võistluspäeval väga raskelt

haigeks – kõhahood, ligi 40 palavik ja nõrkus, näitas, kui väga ma oma keha ära olin piinanud,“ tunnistas Merilo, kes siiani haigust ravib.

Komando kui teine pere

Häid uudiseid võtsid rõõmuga vastu tema neli last, ema, sõbrad ja kolleegid ning võite tähistati komandos tavapärastel: „Nad tellisid mulle sefiiritordi, kuna see on mu lemmik ... Me hoiame üksteist väga, nagu pere.“

Järgmiseks sihiks on novembri alguses Saudi Araabias toimuvad Firefighters World Games, millele Merilo pühen-dab nüüd kogu oma treening- ja ajaressursi. Paralleelselt on ta hakanud proovima kätt ka näitlemises ning loodab tulevikus saada kandvamaid rolle.

Pereelu osas on Merilo praegu üksi. „Ma olen aru saanud, et minu ellu hetkel meest ei mahu. Pühendan tööst vaba aja lastele ning trennidele,“ ütles ta ja lisas, et üks Eesti naine suudab kõike, peab ainult piisavalt tahtma. ♦

Vähem mugavust, rohkem vabadust: pere esimesed kuud 120aastases majas

MERIT PÖLD

ajakirjanik



Neli kuud tagasi pakkisime pere kokku ja kolisime kõikide mugavustega korterist maale. 120aastasessa majja, milles on viis ahju kütta, oma pikk lugu ja ilmselt veel terve hulk üllatusi, mida me pole jõudnud avastada.

Kas meil on hirm talve ees? Loomulikult. Kas me kahtseme? Praegu küll mitte.

Kõik algas soovist saada päris oma kodu

Olen sündinud Paides ja elanud pea terve elu Tartus, abikaasa Tallinnas. Meie ühine elu on aga kulgenud nii Tartus kui Tallinnas, peamiselt üürikorterites ja ikka mõttega, et küll kunagi tuleb ka päris oma maja. Teise lapse ootuse ajal otsustasime Tallinnast Jõgevale kolida, tahtsime rohkem ruumi ja oma korterit, et ei peaks enam üüri maksma. Tallinna ja Tartu hinnad olid üüratud ja Jõgeva tundus hea valikuna – väikelinn, Tartule ja seega ka vanavanematele mugavalt lähedal. Korter maksis alla 15 000 euro ning tol hetkel tundus see suurepärane võimalus omada päriselt oma kodu.

Tegimegi korteri minimaalsete vahenditega järk-järgult korda, sõitsime rongiga Tallinna-Jõgeva vahet, sest sel hetkel me veel enda meelest autot ei vajanud. Olin viimaseid kuid rase, iga kord enne remondi jätkamist viisime esimese lapse Tartusse vanaemale hoida ja nii me muudkui rongiga edasi-tagasi tiirutasime. Aga tehtud me saime ja elasime seal kuniks esikprintsessi kooliaeg paistma hakkas.

Saime lisaks korteri müügile, mille hind oli viie aastaga kolmekordistunud, toetust vanavanaisalt ning saime võimaluse osta Paidesse 4-toalise korteri, mille nullist üles ehitasime. Meie eesmärk on alati olnud elada laenuvabalt ja siiani on see ka õnnestunud. Vahepeal kasvasid lapsed, mõlemad alustasid kooliteed ja kätte oli jõudnud see aeg, kus nad muutusid järjest iseseisvamaks. Lapsevanematena saime samuti natuke vabamalt hingata ega pidanud enam iga sammu juures kõrval olema.



120aastane talumaja on saanud uue kuue, ootab veel vaid palgivahetust ja ongi talveks valmis!

FOTOD: Merit Pöld

Kõik oli hästi ja paigas, jälle rohkem vabadust vanematele. Võib-olla meie kui püsimatute jaoks isegi liiga paigas. Paidesse kolisime seetõttu, et seal oli meil ka suvila, kus saime loodusele lähemal olla, aiamaad pidada ja oma kasvatatud kraami nautida, kuid ometi tuli iga kevad sama tunne – tahaks rohkem õues olla. Tahaks, et loodus ei oleks koht, kuhu nädalavahetusel sõita, vaid meie igapäevane elu.

Pesamuna ootus meid sellele teele tõukaski ja tagantjärele mõeldes ongi ta meie pere seni puuduvale pusletükki, kes kõik paika lükanud on. Korter ei oleks meile tegelikult niipea väikseks jäänud, sest ruumi oli küll, kuid see iga-aastane tung õue ja looduse poole ei andnud jälle. Võtsime julguse kokku ja

otsustasime proovida. Endi ja laste vabaduse nimel.

„Isetehtud piltidega ei saa te küll midagi“

Korteri müüki panemine oli omaette lugu. Mina olin vastsündinud beebiga kodus ja otsustasin ühel heal päeval korterist korralikud pildid teha. Tõstsin kogu kola kaamera taha, sättisin vaatepildi puhtaks ja pildistasin tuba toa haaval ülesse. Panime abikaasaga pildid kuulutusse üles ilma eriliste ootusteta, maakler oli meid juba hoiatanud, et isetehtud piltidega me küll midagi ei saavuta ja peaksime siiski ta appi palkama. Samas ütles, et kui me nii enesekindlad oleme, siis proovigu me pealegi. Proovisime. Sama päeva õhtuks oli meie korterit vaatamas neli peret ja kõik nad soovisid meie kodu endale. Veel enam –

kõik olid valmis maksma selle eest üle kahe korra rohkem, kui meie omal ajal korteri eest maksime. Siis oli korraaks küll tunne, et nüüd läks ootamatult hästi, kuid üsna kiiresti tuli järgmine küsimus: kuhu me nüüd siis ikkagi läheme?

Üksainus maja tekitas kohe selle õige tunde

Olime juba paar kuud hoidnud silma peal kinnisvarakuulutustel, et leida uut kodu ja meie soov oli üsna konkreetne: linnale lähedal, aga samas maal ning kindlasti kohe elamiseks nii palju valmis, et küttekolded oleksid korras ja vesi-elekter sees. Me ei otsinud ideaalset maja ega viimase detailini viimistletud kodu, vaid kohta, milles oleks potentsiaali ja mida saaksime ise kujundada. Lõpuks leidsime üheainsa kuulutuse, mis meie vajadustele vastas.

Helistasin ja läksime vaatama. See miski, mis õige tunde tekitas, oli olemas. Järgmisel päeval oli kuulutus aga maha võetud ja esimene mõte oli muidugi, et tore lugu, jõudsime



Käib töö ja vile koos!

just leida oma maja ning nüüd on see läinud. Pärast esimest šokki selgus siiski, et kuulutuse makseag oli lihtsalt aegunud. Maja oli endiselt müügis, kuigi lisaks meile oli veel üks huviline.

Käisime veel paar korda vaatamas ja püüdsime kõik läbi mõelda: kas me oma värske beebi ja veel kahe lapsega seal jänni ei jää ning kas suudame selle kõigega hakkama saada. Aga mida rohkem me mõtlesime, seda kindlamaks tunne muutus. See oli meie jaoks õige maja.

Neli kuud maal, puhkusest on asi kaugel, aga hing puhkab

Nüüd oleme siin elanud neli kuud ja see on olnud täpselt see, mida tahtsime – palju ruumi, loodus, oma aed ja võimalus kogu aeg midagi teha. Vahel on ruumi isegi liiga palju. Meie kodu on 120 aastat vana, siin on viis ahju ja majal oli alguses ka veidi lekkivat katust. Täna on katus korda tehtud, ahjud on korras ning maja ise pestud ja saanud uue kuue. See ei ole aga selline koht, kus oleme saanud lihtsalt diivanile istuda. Iga päev on miljon asja teha, eriti nüüd, kui eesmärk on maja talveks valmis saada.

Maal elamine ei tähenda meie jaoks aga sugugi seda, et muu elu oleks seisma jäänud. Abikaasa käib jooksvalt Tallinna vahet töö, kuhu on 45 min sõitu ja lapsed ca 25 km eemal koolis ning see tähendab päris palju autosõitu ja logistikat. Sa-

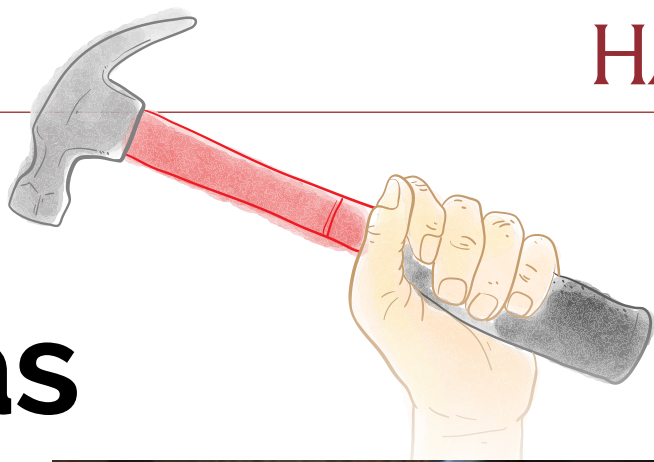
mal ajal, lisaks kõigele muule, on kevad-suvi olnud ka Metsloomauhingus, kuhu oma aega panustame, tipphoogaeg ning tegelikult jätkub kiire aeg veel praegugi. Telefonivalve, pidev valmisolek ja abivajavad loomad on meie igapäevaelu osa ning vahel jõuab meie juurde uus hoolealune lausa üle päeva. Oravate lutibeebid, jänese-pojad, linnutibud ja siilid – kevadest sügiseni on neid olnud omajagu. Lisaks sellele on veel töö, mida keegi kõrvalt tegelikult ei näe: arvuti, lõputud tabelid, korraldamine, juhendamine ja asjaajamine. See ei ole võib-olla kõige põnevam osa metsloomade aitamise, aga ilma selleta ei toimiks samuti midagi.

Lapsed said selle, mida me neile soovisime

Kõige rohkem rõõmustab meid see, kui loomulikult lapsed siin kohanenud on. Pori ja paljad varbad, grill, aed ning kasvahoone, mis on oma kasvatatud kraami täis – just sellist elu me neile lootsimegi. Kasvahoone ja aiamaa eest võlg-neme suure tänu minu toimekatele vanavanematele, kes tulid kohe appi, päästsid aiamaa ja kasvahoone nõgeste ning ohakate vallutuse alt ning külvasid kõik vajaliku maha. Samal ajal tühendasin mina beebi uneaegadel põõnigu. Selleks oli meil lausa 32-kuupmeetiline konteiner, mis sai ääreni täis. Majapidamine oli umbes viis aastat ilma

Muidugi ei saa öelda, et talve ees üldse hirmu ei oleks. Kas lastel on ikka soe? Kas vesi on kogu talve olemas? Mis saab siis, kui me päriselt lumevangi jääme? Kas me ikka saame hakkama? Kas maja peab vastu ja kas meie ise peame vastu?

meie amajas



perenaiseta seisnud ning tema lapsed käisid siin peamiselt suviti puhkamas. Kui proovida ette kujutada mida kõike võib leida 120aastase maja pööningult ja millist suvalist kraami aastate jooksul, sokkidest hoidisteni üle ukse saab visata, siis võib üsna hästi ette kujutada, kui palju sealt välja tuli.

Nüüd hakkab maja aga järjest rohkem meie omaks saama ning üks suurimaid rõõme on see, et saame süüa oma kasvatatud toitu. Laste jaoks on see samuti omaette väärtus – nad näevad, kuidas toit kasvab, saavad ise aiaist midagi võtta ja mõistavad, et kõige taga on suur töö.

Kool tõi kaasa uue rütmi

Nüüd on suvi läbi ja alanud on kool. See tähendab meie jaoks täiesti uut logistikat, sest bussigradifikud meie vajadustega tegelikult ei klapi ning seetõttu tuleb lapsi igal hommikul kooli viia ja pärast ka ära tuua. See on üks neist asjadest, mille peale enne kolimist võib-olla väga pikalt ei mõtle, kuid eks see ongi see pant, mida maal elamise eest maksma peab.

Oleme valmis seda maksma. Kui selle vastutasuks saavad lapsed pärast kooli lihtsalt õue minna, paljajalu ringi joosta, poriseks saada, oma käega kasvuhoonest süüa võtta ja õhtul õues grillida, siis kaalub see kõik üles need igapäevased sõidud. Praegu alles õpime uut rütmi ja seda, kuidas sobitada omavahel kool, töö, Tallinna vahet sõitmine, loomad, kodu, aed ja kõik need sada väikest asja, mida maal elamine endaga kaasa toob. Küll see tasapisi paika loksab.

Maja, mille lugu käib temast ees

Sellel majal oli enne meid perenaine ja tema jälg on siin siiani täiesti olemas. Ta oli küla hing ja väga aktiivne proua, korraldas külamajas üritusi ja müüs turul kõike head, mida aiast saada oli. Peaaegu iga kord, kui siinkandis kellelgi juttu satume rääkima ja mainime, kus elame, teatakse täpselt, millisest majast jutt käib. „Ahhaa, see maja!“ on üsna tavaline reaktsioon.

On tunda, et maja eelmine perenaine oli siin oluline inimene ja võib-olla liigub tema ind nüüd natuke meie kaudu edasi. Mul on juba peas mõtteid, mida siin tulevikus teha võiks – võib-olla kunagi korraldada mõni metslooma teemaline ring ja meisterdamise üritus kohalikus külamajas või koolis.

Ka abikaasale on see elu siin kuidagi tuule tiibadesse andnud. Siin olles on ta muutunud veelgi toimekamaks,



Oma aiast saab kõik kätte, lapsed õhkavad: „Kui tore, et poes enam seal juurikaletis käima ei pea!“

saab ennast proovile panna ja ületada saavutusi, mis endale seada saab ja mul on päris uhke vaadata, kuidas tal tuhin peale tuleb ja asjad valmivad. Vahel vaatan teda ja mõtlen lihtsalt, et päris minu enda oma, temaga on mul vedanud ja teineteist me täiendame ning toetame igal sammul.

Talv toob kaasa miljon küsimust

Muidugi ei saa öelda, et talve ees üldse hirmu ei oleks. Kas lastel on ikka soe? Kas vesi on kogu talve olemas? Mis saab siis, kui me päriselt lumevangi jääme? Kas me ikka saame hakkama? Kas maja peab vastu ja kas meie ise peame vastu?

Küsimusi on miljon, aga üks sellepärast me praegu nii usinalt valmistumegi. Sahver täitub tasapisi ja sügiseks tahame kõik kriitilised tööd tehtud saada. Ühel majapoolel tuleb näiteks palke vahetada. Ei, me ei ole seda kunagi varem teinud, aga nüüd võtab abikaasa selle ette. Küll ta selle tehtud saab.

Ilmselt tuleb igal sammul remondi käigus kuskilt mõni üllatus välja, sest 120aastase maja puhul oleks isegi veidi imelik eeldada, et kõik on sirge, sile ja tänapäevase standardi järgi perfektne. Aga me

ei ajagi taga sirgeid seinu ega piinlikult viimistletud pinda. Me tahame lihtsalt, et siin oleks hea elada.

Rohkem tööd, rohkem küsimusi, aga ka rohkem elu

Kui ma nüüd tagasi mõtlen, siis võib tõesti tunduda päris pörrane, et väikeste laste ja vast-sündinud beebiga otsustasime linnakorteri maha müüa ning kolida 120 aastat vanasse maa-majja. Me oleksime võinud jääda Paidesse – korter oli imeline, elu mugav ja kõik oli kontrolli all. Aga see miski oli puudu.

Nüüd olemegi seal miskis. Meil on rohkem ruumi, kui oskasime oodata, rohkem tööd, kui oskasime ette kujutada, ja rohkem küsimusi, kui oskasime küsida. Aga meil on ka rohkem elu ja igatsetud vabadust. See ei ole võib-olla see idülliline maalelu, mida piltidelt ette kujutatakse, aga see on meie idüll.

Me alles õpime seda maja tundma, õpime maal elama ja harjume uue elurütmiga. Võib-olla ongi kõige parem selle juures see, et me ei tea täpselt, mis edasi saab. Aga ühte me teame – siin me tahame olla. Sest kõige olulisem on juba saavutatud: hing on rahul ja lapsed on õnnelikud. ♦



OTSID TÖÖD?

Barona Eesti OÜ pakub tööd Harjumaal
lihttöolistest kuni insenerideni!

Vali endale sobiv töö ja kandideeri kohe!
Barona Eesti kodulehelt barona.ee või
värbamisüsteemis career.recrur.com/barona

Lisa infot saad küsida otse töökuulutuses olevatelt kontaktidelt.

barona



Investeeri tulevikku – OSTA endale LAOBOKS/BÜROO Mõigu Tehnopargis!



- Hea ASUKOHT
- KVALITEETNE ehitis
- OPTIMAALSE suurusega pinnad 30m² – 300m²



www.radari7.ee
info@radari7.ee
tel: 501 5546

Porikuu elamusfestival kutsub liikuma, avastama ja koos olema

Sügis meie laiuskraadil võib olla pime ja porine, aga see ei pea tähendama, et elu kolib neljaks kuuks tuppa. Oktoobris kutsub Porikuu festival taas inimesi Loode-Eestit avastama, liikuma, uusi maitseid proovima ja koos aega veetma.

Tänavu üheksandat korda toimuvast Porikuust on kujunenud Lääne-Harju ja Saue valda ning Keila linna ühendav sügisene traditsioon. Festivali mõte on tuua elu ja külastajaid piirkonda ka ajal, mil suvine turismihooaeg on lõppenud, ning näidata, et kohalikud paigad, inimesed ja ettevõtmised väärivad avastamist aasta ringi.

Tänavuse festivali keskmes on **tasakaalustatud ja tervislik eluviis** selle kõige laiemas tähenduses. See hõlmab liikumist ja head toitu, aga ka vaimset heaolu, kogukonnatunnet ning praktilisi oskusi, mis aitavad igapäevaelus ja vajadusel ka keerulisemates olukordades nutikalt toime tulla.

„Tervislik eluviis ei tähenda ainult sportimist või seda, mida me sööme. Sama oluline on võtta aega iseendale ja lähedastele, liikuda värskes õhus ning teada, kuidas vajadusel keerulisemates oludes hakkama saada. Porikuu käsitleb neid teemasid lihtsalt ja eluliselt – läbi tegevuste, mida saab ise kogeda ja proovida,“ ütleb Porikuu festivali projektijuht **Marianne Adson**.

Kogupere elamusfestival saab vinge avalöögi 3. oktoobril Padelis

Hea läbilõike tänavusest fookusest annab festivali avasündmus Padelis. Tunnustatud Hiina meditsiini doktor **Rene Bürkland** juhendab avatud Qigongi treeningut, kus kohtuvad rahulik liikumine, teadlik hingamine ja keskendumine.

Kohaliku toidu teema jõuab külastajateni hobikokast meisterkokaks kasvanud **Siiri Kaldma** kaudu. Klooga toidu-



Porikuu festivali projektijuht Marianne Adson.

FOTO: Marie Kiviberg

ringluskapi eestvedaja valmistab Porikuu suppi – koorest kollaka kukeseene suppi, mis tõi talle 2025. aastal tiitli „Loode-Eesti meisterkokk“. Lisaks toimuvad tervislike küpsetiste töötoad ning selgub konkursi „Loode-Eesti parim purk“ võitja.

Hea ja turvalise elu juurde kuulub ka oskus ootamatus-tekks valmis olla. **Naiskodukaitse** jagab praktilisi teadmisi

kriisideks valmistumisest, kodusest kriisivarust, esmaabist ja looduses hakkamasaamisest.

Padise Jahimeeste Seltsi liikmed räägivad omakorda jahimeeste igapäevasest tegevusest ning kohaliku looduse ja ulukite hoidmisest – sellest, milline roll on jahindusel looduses ning miks on oluline teada, mis meie metsades toimub.

Päeva üks vaatamängulisemaid hetki kuulub **Tauri Vahesaarele**. *Slackline*'i maailmameister, Hollywoodi kaskadöör ja rahvusvaheline artist toob Padise kloostri müüride taustale *tuleshoot*, kus kohtuvad erakordne kehakontroll, tuli, valgus ja muusika.

Heaolu tähendab ka rõõmu ja koos olemist

Kuna oktoober on vaimse tervise kuu, pöörab ka Porikuu programmis tähelepanu vaimsele heaolule. Kuu jooksul lisandub kavas sellele teemalisele sündmusele. Samas toetavad head enesetunnet ka matkamine, looduses viibimine, kultuurielamused ja teiste inimestega koos olemine.

Oma koht on programmis ka huumoril. Avasündmusel jõuab Padise rahvamajas publiku ette humoorikas ja samal ajal mõtlemapanev *stand-up*-etendus „**Ligipääsetav**“. Kuulata saab ansambli **Väliharf**, minna sügisõhtusele laternamatkale ning lõpetada õhtu Porikuu diskol.

„Porikuu tugevus on selle mitmekesisus. Ühe inimese toob kodust välja matk, teise hea toit, kontsert või töötuba. Enda heaolu toetamiseks ei pea alati tegema midagi suurt – vahel piisab sellest, kui minna õue, õppida midagi uut või lihtsalt teiste inimestega kokku saada,“ sõnab Marianne Adson.

Porikuu sündmuse lisandub programmi kogu oktoobrikuu jooksul. Kõiki neid ühendab soov väärtustada kohalikku ja ehedat ning anda põhjust kodukanti uue pilguga avastada. Sest hea sügis ei sõltu ilmast – vahel on vaja vaid kollaseid kummikuid ja põhjust koduuksest välja astuda.

ONEMED



UNI VAJAB VAIKUST

Resmed AirFit F40



Uue põlvkonna mask AirFit F40 on mugav ja töökindel ning seda on kerge hooldada. Tänu QuietAir maskipõlvele on kasutamisest tekkiv müra minimaalne.

J. Sütiste tee 17, Tallinn
E-R 8:30 - 16:30

+372 68 65 080
www.meditisiiniseadmed.ee



TAMREX

TEADLIK

kriisijuhtimine

ehk valmisolek enne kriisi

**PRO
RATION**
BY ADVENTURE
MENU**Toidu- &
veevaru**

- Toitude säilivusaeg kuni 15 aastat (0 ... +40 °C)
- Joogivee säilivusaeg kuni 50 aastat (-40 ... +40 °C)
- 100% naturaalsed (ilma säilitusaineteta)
- Säilib toatemperatuuril (ei vaja külmkappi)
- Kohe söömiseks valmis, ka külmana (märgtoit)
- Võimalik soojendada elektri, gaasi ja pliidi
- Kompaktne ning lihtne hoiustada ja transportida
- Valikus maitsvad toidud
- Sobib nii kriisivaruks, matkale kui ka töölounaks!

100% naturaalne toit

Toidud valmistatakse päris toorainest: lihast, riisist, kartulist, köögiviljadest, koorest, vürtsidest jne.

Pikk säilivusaeg saavutatakse hermeetilise pakendamise ja steriliseerimisega, mitte keemiliste säilitusainete lisamisega.

söö külmalt
või kuumalt

100%
naturaalne
toitKodune
kriisivaru

Matkavaru

Toiduvaru
ekstreemsetele
objektideleTaktikaline
toiduvaru

Rääkides kriisivarudest, liigub mõte sageli esimesena sõjale. Tegelikult on sõjaline konflikt vaid üks paljudest olukordadest, kus meie tavapärase elu võib väga kiiresti häiruda.

Palju tõenäolisem põhjus võib olla maru, ulatuslik elektrikatkestus, üleujutus, lumetorm, veeavari, sidehäire või transpordihäire katkemine.

Kauplus võib olla küll kodu lähedal, kuid see ei tähenda, et sinna on võimalik minna või seal maksta. Sügavkülmik võib olla toitu täis, kuid pikema elektrikatkestuse korral muutub selle sisu hoopis probleemiks. Oma puurkaevuga eramajas kaob koos elektriga kohe ka vesi.

Kriisivaru mõte on anda endale ja oma perele iseseisev ajavaru, mille jooksul saab hakkama ka siis, kui kauplus, elekter, gaas, veevarustus või tavapärase logistika ajutiselt ei toimi.

Kriisivaru ei ole paanika.

See on teadlik riskijuhtimine.

Kodus olevat tulekustutit ei osteta sellepärast, et oodatakse tulekahju. Turvavööd ei kinnitata sellepärast, et plaanitakse avarisse sattuda. Samuti on kriisivaruga.

Elektrikatkestuse korral võivad lakata töötamast makseterminalid, tanklad, osa küttesüsteeme ja sidevahendeid. Häiruda võivad veevarustus ja toiduainete kättesaadavus. Maru, üleujutuse või lumetormi korral võivad teed muutuda läbi-matuks ning kaupluste varustamine katkeda.

Evakuatsiooni korral peab aga vajalik toit ja vesi olema kiiresti kaasa võetav ning kasutatav ka ilma köögita.

Seetõttu peab hea kriisitoit kaua säilima, olema energiarikas, kompaktne ja lihtsalt kasutatav ning võimalikult vähe sõltuma elektrist, gaasist või pliidist.

Ja mis sageli unustatakse – see peaks ka hästi maitsema.

PRO-RATION – maitsev toit hetkeks, mil elu ei ole enam tavapärase.

PRO-RATIONi puhul ei tähenda pikk säilivusaeg kuiva pulbrit, kuivtoitu ega maitsetuid „hüdaabikaloreid“. Tegemist on 100% naturaalsest valmistatud toiduga, mis valmistatakse päris toorainest ning on kohe söömiseks valmis, ka külmal.

Näiteks sisaldab veiselihagula ja kartulitega 30% veiseliha ja 36% kartulit. Veganitele mõeldud Tandoori kinoa valmistatakse muu hulgas bataadist, kinoa, kikerhennest, tomatist, punasest sibulast, sidrunimahlast ja oliivõlist.

Ehk pakendist leiab samad toorained, mida kasutatakse kodus õhtusööki valmistades.

Valikus on hirveragu, veiselihagula, lihapallid basmati riisi ja tomatikastmega, Rootsi lihapallid koorekastme ja kartulipüreega, kana riisiga, Tandoori kinoa ning saiavorm õunte ja kaneeliga.

Toit on juba valmis – ava pakk ja söö. Vajadusel ka külmal.

Miks peab ka kriisitoit olema maitsev?

Kriisitoit rääkides keskendutakse tavaliselt kaloritele ja säilivusaajale. Need on olulised, kuid toit ei ole inimese jaoks ainult energiaallikas.

Keerulises olukorras võib soe ja hea maitse söök anda midagi, mida kalorite tabelis kirja panna ei saa – lohutust ja moraalselt tuge rasketes oludes.

Kuidas saab naturaalne toit 15 aastat säilida?

Lahendus peitub tootmisprotsessis, hermeetilises pakendis ja steriliseerimises. PRO-RATIONi toit valmistatakse esmalt samamoodi nagu tavaköögis. Liha küpsetatakse auruga, kastmeid valmistatakse aeglaselt kateldes ning köögivilju kuumutatakse kontrollitult, et

võimalikult hästi säilitada nende struktuuri ja maitset.

Alles seejärel algab protsessi tehnoloogiliselt kõige olulisem osa. Valmis portsjon pakendatakse hermeetiliselt ning steriliseeritakse auruaudoklaavis.

Autoklaavimine on steriliseerimismeetod, kus mikroorganismid hävitatakse kõrge temperatuuri ja rõhu all oleva küllastunud veeauru abil.

Kuna toit on pärast töötlemist väliskeskkonnast hermeetiliselt eraldatud, ei ole pika säilivuse saavutamiseks vaja kasutada keemilisi säilitusaineid.

Temperatuuril 0–40 °C hoiustatavad PRO-RATIONi toidud säilivad 15 aastat. Toit ei vaja eritingimusi, külmkappi ega sügavkülmikut ning selle hoiustamiseks ei ole vaja tagada tavapärase külmaahelat.

Pikk säilivusaeg vähendab oluliselt ka kriisivaru halduskoormust.

Kui tavaliste konservide või muude lühema säilivusajaga toitude puhul tuleb regulaarselt kontrollida kuupäevi, vanemad tooted ära tarbida ning uued asemele osta, võimaldab sedavõrd pikk säilivusaeg ehitada üles oluliselt pikaajalisema reservi.

Soe toit ilma elektri, gaasi ja pliidi

Toidu olemasolust üksi ei piisa, kui see on kuiva pulbri kujul, mille valmistamiseks on vaja lisavett ja vahendeid, mida kriisi tõttu kasutada ei saa.

PRO-RATIONi toidud on märgtoidud. Need on juba valmis ning neid võib süüa külmal. Kui tahaks sooja sööki, saab kasutada leegi- või soojendamise süsteemi.

Kriisivarupakkides kasutatakse kustutatud lubjal põhinevat soojenduselementi. See asetatakse soojenduskotti ning lisatakse väike kogus vett. Vee lisamisel käivitub keemiline reaktsioon, mille käigus eralduv kiiresti kuni 180 °C kuumus. Suletud toidupakk pannakse soojenduskotti ning ligikaudu küm-

ne minuti pärast on söök soe.

EI ELEKTRIT • EI GAASI EI PLIITI • EI LAHTIST TULD

See võimaldab sooja toitu süüa kodus elektrikatkestuse ajal, autos, evakuatsioonipunktis või välitingimustes.

Toidust veelgi tähtsam on vesi
Inimene võib ilma toiduta hakkama saada märksa kauem kui ilma vee- ta. Me sõltume iga päev sellest, et kraani keerates tuleb sealt puhas joogivesi.

Elektrikatkestuse korral ei pruugi see enam nii olla. Korterimajas võib vesi mõnda aega alles olla, sest veevõrgus säilib surve, kuid pikema katkestuse korral vajavad pumbad ja veetootlus elektrit. Oma puurkaevuga eramajas võib veevarustus kaduda praktiliselt kohe, sest kaevupump töötab elektriga.

PRO-RATIONi hüdaabisarjas on sügavfiltritud ja steriliseeritud joogivesi, mille säilivusaeg on kuni 50 aastat. Vette ei lisata säilitusaineid ega muid keemilisi aineid ning see pakendatakse välismõjude suhtes vastupidavas barjäärpakendisse.

Kui palju kriisivaru tegelikult vaja on?

Kriisi esimesed päevad võivad olla kõige keerulisemad. Pääste- ja riigiasutuste ressursid peavad jõudma esmajärjekorras sinna, kus abi vajatakse kõige kiiremini. Mida rohkem inimesi suudab sel ajal oma esmasel vajadusel ise katta, seda väiksem on surve kogu süsteemile.

PRO-RATIONi brändi taga on Tšehhi ettevõtte Adventure Menu meeskond, kellel on pikaajaline kogemus välitingimustes ja ekstreemsetesse olukordadesse mõeldud toitude valmistamisel. Arendusse kaasati professionaale alates tuletoojatest ja parameedikust kuni sõjaväelaste ja tsiviilkriisideks valmisoleku spetsialistideni.

Eesmärk oli teha päris toit, mis säiliks erakordselt kaua ja mida inimene TAHAKS süüa.

Toidu- ja joogivaru kast
359 €
23 x 400 g pearooga
12 x 330 ml joogivett
23 leegivaba soojendit
2 kuumutuskotti
4 lusikat

15,9 kg 58 552 kJ / 13 948 kcal

12 päeva
6 päeva
4 päeva
3 päeva

* Maksimaalne ajavahemik täiskasvanu jaoks hüdaolukorras (passiivne, ilma füüsilise aktiivsusega).

Hüdaolukorras joogiveevaru kast
159 €
47 x 330 ml
Kokku 15,5 liitrit
steriliseeritud joogivett
Säilivusaeg kuni 50 aastat.

12 päeva
6 päeva
4 päeva
3 päeva

Pro-ration hüdaolukorras toidupakid
39,90 €
2 x 400 g pearooga
2 x 40 g energiabatooni
2 x 330 ml joogivett
2 lusikat

Säilivusaeg kuni 15 aastat.

Üksikportsionid
Säilivusaeg kuni 15 aastat.
13,90 €

Energia- batoonid
3,50 €

TULE MAITSA PRO-RATIONi maitmine TAMREXi kauplustes üle Eesti:

21.09 Tartu Ringtee 37a kell 9.00–11.00
21.09 Tartu Nõlvakaare 4 kell 14.00–16.00
21.09 Jõhvi Tartu mnt 30a kell 10.00–12.00
21.09 Rakvere Laada 22 kell 14.00–16.00

22.09 Tallinn Katusepapi 35 kell 9.00–11.00
22.09 Valga Vabaduse 39 kell 11.00–13.00
25.09 Rapla Tallinna mnt 2a kell 10.00–12.00
28.09 Viljandi Tallinna 86 kell 11.00–13.00
29.09 Türi-Alliku Rakvere tee 23 kell 12.00–14.00
29.09 Narva Ak. Maslovi 1 kell 12.00–14.00
30.09 Tallinn Laki 5 kell 9.00–11.00

**TAMREX OHUTUSE OÜ**

Tel 654 9900 e-post: tamrex@tamrex.ee www.tamrex.ee

TALLINN Laki 5, Pärnu mnt 139c, Katusepapi 35, Merivälja tee 1 • TARTU Teemandi 2, Ringtee 37a, Nõlvakaare 4 • PÄRNU Riia mnt 169a • RAKVERE Laada 22 • JÕHVI Tartu mnt 30a • VÕRU Piiri 2 • VIJANDI Tallinna 86
VALGA Vabaduse 39 • NARVA Maslovi 1 • HAAPSALU Ehitajate tee 2a • PAIDE Pikk 2 • JÕGEVA Tallinna mnt 7 • TÜRI Rakvere tee 23 • RAPLA Tallinna mnt 2a • KEILA Keki tee 1 • KURESSAARE Tallinna 80a

RAE VALLA-
VALITSUS TEATAB

DETAILPLANEERINGU ALGATAMISEST:

Vaida alevik Uus-Kuldala kinnistu ja lähiala detailplaneering (koviD DP1375)

Detailplaneering on algatatud Rae Vallavalitsuse 08.09.2026 korraldusega nr 1240. Planeeritav ala asub Vaida alevikus, kõrvalmaantee 11155 Vaida tee ja avalikus kasutuses Piibelehe tänava ristumiskohas. Planeeringuala moodustab: Uus-Kuldala katastriüksus (suurus 11 667 m², katastritunnus 65303:003:0424, registriosa nr 7021202, sihtotstarve 100% maatulundusmaa) ning lähialana kaastakse planeeringusse maa-ala, mis on vajalik teede- ja tehnovõrkude planeerimiseks. Planeeringuala suurus on ligikaudu 1,2 ha.

Detailplaneeringu koostamise eesmärk on Uus-Kuldala kinnistu jagamine elamumaa, haljasala ja parkmetsa maa ning transpordimaa kruntideks. Elamumaa kruntidele määratakse ehitusõigus ja hoonestustingimused üksikelaamute ning ridaelamute ehitamiseks. Lisaks täpsustada detailplaneeringuga kinnistutele juurdepääs, tehnovõrkudega varustamine ja nõud haljastusele ning heakorrale.

Detailplaneeringu koostamise eesmärk on kooskõlas Rae Vallavolikogu 21.05.2013 otsusega nr 462 „Rae valla üldplaneeringu kehtestamine“.

Detailplaneeringu raames on vajalik teostada planeeritava maa-ala geodeetiline mõõdistus ja haljastuse dendroloogiline hindamine. Detailplaneeringu koostamisel välja selgitada radooniohje meetmed ning vajadusel teostada pinnaseohust radoonitaseme mõõtmised. Lisaks on vajalik hinnata detailplaneeringu elluviimisega kaasnevaid asjakohaseid majanduslikke, kultuurilisi, sotsiaalseid ja looduskeskkonnale avaldavaid mõjusid. Täiendavate uuringute ja analüüside vajadus selgub detailplaneeringu koostamise käigus.

Algatamise korraldusega on võimalik tutvuda Rae valla kodulehel avalikus dokumendiregistris Amphora (<https://atp.amphora.ee/raevv/?tab=act&u=-1&p=1>) ja tööpäevadel Rae Vallavalitsuses aadressil Aruküla tee 9, Jüri alevik, Rae vald, 75301 Harjumaa.

DETAILPLANEERINGUTE KEHTESTAMISEST:

Järveküla Andresepõllu kinnistu ja lähiala detailplaneering (koviD DP1101)

Detailplaneering on kehtestatud Rae Vallavalitsuse 08.09.2026 korraldusega nr 1241. Planeeritav ala asub Järvekülas Kindluse tee, Liiva tee ja Vana-Järveküla tee vahelisel alal. Juurdepääs planeeringualale on Vana-Järveküla teelt, Liiva teelt kui Kindluse teelt. Planeeringuala moodustavad: Andresepõllu kinnistu (suurus 89 058 m², katastritunnus 65301:001:1591, registriosa 10858402, sihtotstarve 100% maatulundusmaa); Kindluse tee 34 kinnistu (suurus 6118 m², katastritunnus 65301:001:5972, registriosa 20769750, sihtotstarve 100% ühiskondlike ehitiste maa); Kindluse tee L3 kinnistu (suurus 1624 m², katastritunnus 65301:001:3290, registriosa 14589702, sihtotstarve 100% transpordimaa); osaliselt Liiva tee 7 kinnistust (kogu suurus 38 376 m², katastritunnus 65301:001:6884, registriosa 24512050, sihtotstarve 100% maatulundusmaa); osaliselt Uus-Laasiniidu kinnistu (kogu suurus 39 240 m², katastritunnus 65301:001:7428, registriosa 27214550, sihtotstarve maatulundusmaa); osaliselt Vana-Järveküla tee 9 kinnistu (kogu suurus 66 441 m²,

katastritunnus 65301:001:2842, registriosa 2535002, sihtotstarve 100% maatulundusmaa) ja lähiala. Planeeringuala suurus on ligikaudu 10,35 ha.

Detailplaneeringu lahenduseks on jagada maatulundusmaa sihtotstarbega Andresepõllu kinnistu elamumaa, äri- ja elamumaa või elamumaa, üldkasutatava maa ja transpordimaa sihtotstarbega kruntideks, moodustatakse Liiva tee 7, Laasiniidu ja Vana-Järveküla tee 9 kinnistu osadest transpordimaa sihtotstarbega krundid jaotusmagistraali rajamiseks ning moodustatakse ühiskondlike ehitiste maa sihtotstarbega krunt Andresepõllu kinnistu osast ja Kindluse tee 34 kinnistust. Detailplaneeringuga on määratud kruntide ehitusõigus ja -tingimused, lahendatud planeeringuala haljastus, heakord, juurdepääsud, parkimiskorraldus ja tehnovõrkudega varustamine.

Detailplaneeringu koostamise eesmärk on kooskõlas Rae Vallavolikogu 15.10.2024 otsusega nr 134 „Rae valla põhjapiirkonna üldplaneeringu kehtestamine“.

Olulisi majanduslikke, sotsiaalseid, kultuurilisi ja looduskeskkonda kahjustavaid negatiivseid mõjusid ei kaasne detailplaneeringuga.

Jüri alevik Võsa tn 13 ja 13a kinnistute ja lähiala detailplaneering (koviD DP1318)

Detailplaneering on kehtestatud Rae Vallavalitsuse 08.09.2026 korraldusega nr 1238. Planeeritav ala asub Jüri alevikus Võsa ja Lastetänavate vahelisel alal, vahetus naabruses paiknevad Võsuke Lastetäde ja Jüri Kool. Juurdepääs planeeringualale on munitsipaalomandis Võsa tn L5 (katastritunnus 65301:001:3429) kaudu. Planeeringuala moodustab: Võsa tn 13 kinnistu (registriosa nr 2038702, katastritunnus 65301:003:0290, pindala 2596 m², sihtotstarve elamumaa 100%); Võsa tn 13a kinnistu (registriosa nr 10789202, katastritunnus 65301:003:0291, pindala 1887 m², sihtotstarve elamumaa 100%) ja lähiala. Planeeringuala suurus on ligikaudu 0,4 ha.

Detailplaneeringu lahenduseks on muuta varasemalt kehtestatud detailplaneeringuga määratud ehitusõiguse tingimusi, et võimaldada abihoonete rajamist ja seadustamist. Lisaks antakse detailplaneeringuga lahendus planeeringuala haljastusele, heakorrale, juurdepääsule, parkimiskorraldusele ja tehnovõrkudega varustamisele.

Detailplaneeringu koostamise eesmärk on kooskõlas Rae Vallavolikogu 20.09.2012 otsusega nr 390 „Rae valla Jüri aleviku ja sellega piirnevate Aaviku, Vaskjala ja Karla külaosade üldplaneeringu kehtestamine“.

Olulisi majanduslikke, sotsiaalseid, kultuurilisi ja looduskeskkonda kahjustavaid negatiivseid mõjusid ei kaasne detailplaneeringuga.

Täiendavalt on üld- ja detailplaneeringutega seotud materjalidega võimalik tutvuda <http://map.rae.ee/>.

AVATUD MENETLUSED

Avatud menetluses Jüri alevik Puhastusjaama kinnistule tehnohoone ehitusprojekti koostamiseks projekteerimistingimuste andmise eelnõu avalik väljapanek toimub 18.09.2026-02.10.2026 Rae Vallavalitsuse fuajees tööajal ja Rae valla kodulehel. Projekterimistingimuste andmise eelnõud puudutavate vastuväidete ja ettepanekute esitamise tähtaeg on 02.10.2026 (k.a). Rae Vallavalitsus teeb vastavalt haldusmenetluse seaduse § 50 lõikest 3 tulenevalt ettepaneku asja arutamiseks ilma avalikku istungit läbi viimata.

Taotleja on 25.08.2026 esitanud taotluse, milles taotleb Jüri aleviku asuval Puhastusjaama kinnistule tehnohoone ehitusprojekti koos-

tamiseks projekteerimistingimuste andmist, mis on registreeritud ehitisregistris nr 2611002/07034 (menetlus nr 564759).

Rae Vallavolikogu 20.09.2012 otsusega nr 390 kehtestatud Rae valla Jüri aleviku ja sellega piirnevate Aaviku, Vaskjala ja Karla külaosade üldplaneeringus on Puhastusjaama kinnistule (registriosa 13439550; katastritunnus 65301:003:1096; pindala 28 387 m²; sihtotstarve jäätmevõimald maa 100%; omanik juriidiline isik) määratud tiheasutuses tehnoarajatis maa-ala juhtotstarve (tähis OT, sinine värv), mis on detailplaneeringu koostamise kohustusega ala. Puhastusjaama kinnistu puhul on tegemist väljakujunenud tehnilise taristu ja pumbajaama asukohaga. Kavandatav hoone ei ole piirkonda kavandatav uus iseseisev elamu- või muu tavapärase hoonestusfunktsiooniga hoone, vaid olemasolevat reoveepuhastusjaama teenindav tehnohoone, mille rajamise eesmärk on olemasoleva tehnilise taristu parendamine ja kaasajastamine. Sellest tulenevalt võib PlanS § 125 lõike 5 alusel lubada detailplaneeringut koostamata püstitada projekteerimistingimuste alusel hoone ja seda teenindavad ehitised. Projekterimistingimusi võib anda ka juhul, kui üldplaneeringus puuduvad piisavad ehitustingimused, kuid ehitist sobitub mahuliselt ja otstarbalt piirkonna väljakujunenud keskkonda.

Projekteerimistingimustega määratakse lähteandmed hoonete projekteerimiseks, sh kasutamise otstarve; suurim lubatud ehitiste arv maa-alal; hoonestusala asukoht; lubatud suurim ehitisealune pind; ehitiste kõrgus; arhitektuurilised, ehituslikud ja kujunduslikud tingimused; haljastuse, heakorra ja liikluskorralduse põhimõtted.

Avatud menetluses Patika külas Kukesene tee 13 kinnistule üksikelaamu ehitusprojekti koostamiseks projekteerimistingimuste andmise eelnõu avalik väljapanek toimub 18.09.2026-02.10.2026 Rae Vallavalitsuse fuajees tööajal ja Rae valla kodulehel. Projekterimistingimuste andmise eelnõud puudutavate vastuväidete ja ettepanekute esitamise tähtaeg on 02.10.2026 (k.a). Rae Vallavalitsus teeb vastavalt haldusmenetluse seaduse § 50 lõikest 3 tulenevalt ettepaneku asja arutamiseks ilma avalikku istungit läbi viimata.

Taotleja on 07.09.2026 esitanud taotluse, milles taotleb Patika külas asuval Kukesene tee 13 kinnistule üksikelaamu ehitusprojekti koostamiseks projekteerimistingimuste andmist. Taotlus on registreeritud ehitisregistris nr 2611002/07356 (menetlus nr 566925).

Rae Vallavolikogu 21.05.2013 otsusega nr 462 kehtestatud Rae valla üldplaneeringu (edaspidi üldplaneering) kohaselt asub Kukesene tee 13 kinnistu (registriosa 303202; katastritunnus 65304:005:0020; pindala 1373 m²; sihtotstarve elamumaa 100%; omanik füüsiline isik) tiheasutusalas elamumaa juhtotstarbega alal, mis on detailplaneeringu koostamise kohustusega ala.

Kuivõrd Kukesene tee 13 kinnistu asub väljakujunenud hoonestusega piirkonnas ja üldplaneeringus on vastava ala üldised ehitustingimused määratud, on kinnistut võimalik käsitleda olemasoleva hoonestuse vahele või selle vahetusse lähedusse jääva kinnistuna, millele võib planeerimiseseaduse § 125 lõikest 5 tulenevalt detailplaneeringut koostamata lubada ühe ehitusloa kohustusliku hoone (üksikelaamu) ja seda teenindavate ehitiste püstitamist projekteerimistingimuste alusel.

Projekteerimistingimustega määratakse lähteandmed hoonete projekteerimiseks, sh kasutamise otstarve; suurim lubatud ehitiste arv maa-alal; hoonestusala asukoht; lubatud suurim ehitisealune pind; ehitiste kõrgus; arhitektuurilised, ehituslikud ja kujunduslikud tingimused; haljastuse, heakorra ja liikluskorralduse põhimõtted.

KIILI VALLA-
VALITSUS TEATAB

• 08. september 2026 Kiili Vallavalitsuse korraldusega nr 373 Vaela küla Raehansu detailplaneeringu koostamise algatamine

Detailplaneeringu koostab Casa Planeeringud OÜ.

Planeeritaval maa-alal kehtib Kiili valla üldplaneering.

Detailplaneeringu koostamise eesmärgiks on Vaela külas Raehansu ja Magnoolia tee 2 katastriüksuste (30401:001:0942 ja 30501:001:0330) jagamine ja moodustatud kruntidele ehitusõiguse määramine.

Detailplaneeringuga moodustatakse 5 üksikelaamumaa, 3 transpordimaa ja 3 üldkasutatava maa krunti.

Üksikelaamu krundile tohib ehitada ühe kuni kahekorralise üksikelaamu kõrgusega kuni 9,0 m ja ühe ühekorralise abihoone kõrgusega kuni 4,5 m ning üksikelaamukrundi lubatud ehitisealune pind kokku on kuni 300 m². Elamumaade ehitisealuse pinna moodustavad kõik krundid olevate ehitusloa kohustuslike hoonete, ehitusloa kohustust mitteomavate ehitiste ehitisealuste pindade summa. Kõik elamute parkimisvajadused tuleb lahendada planeeritavate elamumaade piires. Planeeritavast alast vähemalt 31% peab moodustama avalikult kasutatav sotsiaalmaa. Opmani tee serva planeerida kergliiklustee, katte laiusega min 3 m.



Lisaks eelnevale lahendatakse planeeringuala heakorralduse, parkimine ja tehnovõrkudega varustamine. Planeeringulahenduse koostamisse peab olema kaasatud maastikuarhitekt ja maaparanduse või veemajanduse ala spetsialist ja vajadusel teedespetsialist.

Vaela küla Raehansu detailplaneering ei sisalda Kiili valla üldplaneeringu muutmise ettepanekut.

Vaela küla Raehansu detailplaneeringule ei algatatud keskkonnamõju strateegiline hindamine (KSH) menetlust. Keskkonnamõju strateegiline eelhindamine KSH vajalikkuse väljaselgitamiseks Vaela küla Raehansu detailplaneeringu osas on algatamise otsuse lisa nr 6. Detailplaneeringu koostamisel järgida kooskõlastusel esitatud tingimusi:

Keskkonnaameti 16.12.2025 nr 6-5/25/22133-2 (Keskkonnaamet nõustub seisukohaga, et KSH algatamine ei ole käesoleva informatsiooni alusel vajalik ja keskkonnatingimustega on võimalik arvestada planeerimiseseaduse § 126 lõikes 1 määratud ülesannete täitmisel planeeringumenetluse käigus).

Maa- ja Ruumiameti 22.01.2026 kiri nr 6-3/25/17567-3 (Alates 01.01.2025 kehtiva planeerimiseseaduse järgi üldplaneeringuga kooskõlas olevatele detailplaneeringutele enam heakskiidumenetlust ei rakendata. Samuti ei ilmne materjalidest puutumus riiklike geodeetiliste märkide, maaparandussüsteemide või riigimandis oleva maa, mille volitatud asutus on MaRu. Seetõttu ei ole MaRu käesoleva detailplaneeringu puhul asjaomane asutus ning meil puudub pädevus seisukohta anda.)

Detailplaneeringuga on võimalik tutvuda Kiili Vallavalitsus tööpäevadel kohapeal või digitaalselt Kiili valla geoinfosüsteemis.

SILMADE KONTROLL JA PRILLIDE MÜÜK



14. oktoobril alates kella 10.00
ARUKÜLA RAHVAMAJAS
Etteregistreerimine (kell 9–16)
telefonil **529 2550**

*kuivasilmatest
*silmarõhu mõõtmine
*optilised päikeseprillid



Silmade kontroll 25€, prilliootjale TASUTA!

Vajad uut vihmaveerenni või katuselt lumetõkkes puudu?

- Katuseredelid
- Lumetõkkes
- Vihmaveerennide paigaldus
- Käiguteed ja platvormid

☎ 527 1059
✉ info@vihmaveerennid.ee
🌐 vihmaveerennid.ee



SÕIDUAUTOD – PAKIAUTOD
SAKU AUTOKESKUS

**VEENDU, ET SINU AUTO
ON TALVEKS VALMIS!**

**HOOLDUS • REMONT • VARUOSAD
• REHVITÖÖD • SILLASTEND •
DIAGNOSTIKA • KLIIMASEADMETE
TÄITMINE**

Suuremate tööde korral asendusauto **TASUTA**

KÜSI PAKKUMIST!

telefon: 686 5258 Üksnurme tee 8, 75501
mob: 501 2075 Saku vald
info@sakuautokeskus.ee



Ostes talverehvid meilt, paigaldus **TASUTA!**



porikuu FESTIVAL 2026
03. OKTOOBER - 01. NOVEMBER

Registreeri töötubadesse

Avatud on Padise Põhikool ja Padise Lasteaed

AVASÜNDMUS

PADISE KASTELLI SISEHOOVIS

3. OKTOOBER 2026

12.00–16.00 PORIKUU LAAT

13.00 Tervislike küpsetiste töötuba 55+ (I grupp)

14.00 PORIKUU FESTIVALI AVAMINE

14.15 Kalavarude kaitse ja selle vajalikkus

15.00 Qigong-võimlemine

15.00 Sportlikud tegevused lastele ja noortele

15.00 Naiskodukaitse tegevuse tutvustus

15.30 Padise Jahimeeste Seltsi tegevuse tutvustus

16.00 Tervislike küpsetiste töötuba 55+ (II grupp)

16.00 „Loode-Eesti parim purk“ võitja väljakuulutamine

17.00 Porikuu supp ja tervislikud küpsetised

17.00 ANSAMBLI „VÄLIHARF“ KONTSERT

18.00–19.50 LATERNAMATK PADISEL (Pilet: laternamatkad.ee)

19.30–20.00 Soojade jookide koolitus 55+

20.00 TAURI VAHESAARE SLACKLINE'I-TULESHOW

20.30 STAND-UP-KOMÖÖDIA „LIGIPÄÄSETAV“

21.30 PORIKUU DISKO (alates 23.00 piletiga)

MATKAFY Laternamatkad

VIIMSI VALLA-VALITSUS TEATAB



DETAILPLANEERINGU KOOSTAMISE LÕPETAMINE

Viimsi Vallavalitsus võttis 25.08.2026 vastu korralduse nr 309, millega lõpetati Viimsi Vallavalitsuse 22.02.2013 korraldusega nr 255 algatatud Viimsi alevik, kinnistu Kristjani (praeguse koha-aadressiga Nelgi tee 25) detailplaneeringu (DP) koostamine.

PlanS § 129 lg 1 p 1 kohaselt võib DP koostamise lõpetada, kui menetluse käigus ilmnevad asjaolud, mis välistavad planeeringu elluviimise algatatud kujul. Dokumendihaldussüsteemis ja planeeringute andmekogus korrastatuse tagamiseks, samuti õigusselguse huvides ning samale maa-alale kattuvate planeeringumenetluste välitiseks lõpetati korraldusega nr 255 algatatud detailplaneeringu koostamine ning tunnistati nimetatud korraldus kehtetuks. Kuna vallavalitsusel ei olnud pädevust menetleda üldplaneeringut muutvat DP-d, saavutati planeeringu eesmärk uue planeeringumenetluse kaudu, mis on tänaseks juba lõpule viidud ning Viimsi Vallavolikogu on detailplaneeringu kehtestanud 03.09.2026 otsusega nr 28.

Korraldusega saab tutvuda Viimsi valla veebilehel: <https://www.viimsi.ee/detailplaneeringud/lopetatud-detailplaneeringud>

DETAILPLANEERINGU ALGATAMINE

Viimsi Vallavolikogu võttis 03.09.2026 vastu otsuse nr 27 „Naissaare, Lõunaküla / Storbyn, Tormi katastriüksuse (Naissaare külasadama) detailplaneeringu algatamine ja keskkonnamõju strateegilise hindamise algatamata jätmine“.

Detailplaneeringu (DP) eesmärgiks on Tormi katastriüksuse (89001:001:0101, suurus 2,22 ha, üldkasutatav maa) Naissaare üldplaneeringu kohase maakasutuse juhtotstarbe muutmise elamute ja suvilate maast sadamamaaks ja ehitusõiguse määramiseks väikesadama ehitamiseks. DP-ga lahendatakse mh teedevõrgu ja parkimiskorralduse põhimõtted, haljastuse ja heakorra põhimõtted, määratakse tehnovõrkude põhimõttelised asukohad. DP ala puhul on tegu ajaloolise Naissaare Lõunaküla Külasadama asukohaga.

Planeeringualaga piirnevad järgmised katastriüksused: Männiku tee 55 // Vallipere (89001:001:0380), Männiku tee 54 // Schmidt (89001:001:0270), Bergi (89001:001:0037), Freibergi (89001:001:0140), Männiku tee 50 // Roosnapere (89001:001:0066), Männiku tee L12 (89001:001:1655), Hermann (89001:001:0010), Lootsi (89001:001:0102), reformimata riigimaa ja mereala.

DP koostamisel viiakse läbi topo-geodeetiline uuring ja dendroloogiline uuring sh roosa merikanni kasvukoha inventuur.

Tormi katastriüksuse DP-le otsustati jätta alga-

tamata keskkonnamõju strateegiline hindamine (KSH). Arvestades kavandatud tegevuse mahtu, iseloomu ja paiknemist ei saa eeldada DP elluviimise ja sihipärase kasutamisega seonduvat olulist keskkonnamõju. DP-s keskkonnatingimustega arvestamine on antud planeeringu puhul võimalik planeeringumenetluse käigus vastavalt PlanS § 126 lg 1 p-le 12. KSH eelhindangu kohaselt ei ole keskkonnamõju strateegilise hindamise läbiviimine vajalik alljärgnevatel põhjustel: 1) Natura eelhindamine tuvastas, et detailplaneeringu elluviimine ei too kaasa ebasoodsat mõju Naissaare loodusala kaitse-eesmärkidele; 2) Kavandatud tegevus ei mõjuta oluliselt Naissaare looduspargi kaitse-eesmärke ega kaitstavate liikide elupaikade; 3) Kavandatava tegevusega kaasnevad ehitusaegsed mõjud merekeskkonnale (heljumi teke ja levik), kuid mõju on lokaalne ning seda on võimalik leevendada asjakohaste keskkonnamõjude rakendamisel; 4) Kavandatava tegevusega ei kaasne olulist keskkonnamõju välisõhule, samuti ei ületata piirmäärasid müra ja õhusaastatuse osas, oluline vibratsioon puudub; 5) Kavandatava tegevusega ei kaasne mõju inimeste tervisele, heaolule ja varale, samuti avariiohtu või suurõnnetusi; 6) Tegevusega ei kaasne olulist koostõu teiste tegevustega. KSH eelhindang teeb soovitusel kaasa planeeringu koostamise rannaprotsessi spetsialist ning koostada planeeringu raames kavandatavate sadamarajatiste mõju hinnang piirkonna setete erosioonile ja akumulatsioonile.

Otsusega saab tutvuda Viimsi valla veebilehel: <https://www.viimsi.ee/transpord-ehitus-ja-keskkond/detailplaneeringud/algatatud-detailplaneeringud>

DETAILPLANEERINGU KEHTESTAMINE

Viimsi Vallavolikogu võttis 03.09.2026 vastu otsuse nr 28 „Viimsi alevikus, Nelgi tee 25 katastriüksuse detailplaneeringu kehtestamine“.

Kehtestatud detailplaneeringuga (DP) muudetakse Viimsi valla mandriosa üldplaneeringu kohane maakasutuse juhtotstarve väikeelamute reservmaast (EVR) väikeelamute maaks (EV). DP-ga määratakse ehitusõigus üksikelamu ja abihoonel ehitamiseks teemaplaneeringus „Viimsi valla üldiste ehitustingimuste määramine. Elamuehituse põhimõtted“ lubatust (1200 m²) väiksema suurusega katastriüksusel (1103 m²). DP-ga muudetakse krundi maakasutuse sihtotstarve maatulundusmaast elamumaaks ning antakse ehitusõigus ühe üksikelamu ja ühe abihoonel püstitamiseks. Krundi suurim lubatud ehitisealune pind on 220 m². Hoonete suurim lubatud kõrgus maapinnast on üksikelamul 8,5 m ja abihoonel 5 m. Krundile juurdepääsu rajamise kohustus lasub Nelgi tee 25 katastriüksuse omanikul.

DP kehtestamine on sobiv, sest sellega korraldatakse katastriüksuse maakasutus ja ehitusõigus ning määratakse siduvad tingimused hoonestuse, juurdepääsu, parkimise, haljastuse ja keskkonnatingimuste kohta.

Otsusega saab tutvuda Viimsi valla veebilehel: <https://www.viimsi.ee/detailplaneeringud/kehtestatud>

HARKU VALLA-VALITSUS TEATAB



DETAILPLANEERINGUTE ES-KIISLAHENDUSTE TUTVUSTAMISED

Harku Vallavolikogu 19.08.2026 otsusega nr 81 algatati detailplaneeringu koostamine Tiskre külas Kiigeaia (katastritunnus 19801:002:2273) maaüksusel ja lähialal.

Detailplaneeringu koostamise eesmärgiks on selgitada välja võimalused maaüksuse jagamiseks kaheks elamumaa ja üheks transpordimaa sihtotstarbega krundiks. Moodustatavate elamumaa kruntidele soovitakse määrata ehitusõigus üksikelamu ja neid teenindavate abihoonete püstitamiseks. Lisaks on detailplaneeringu koostamise eesmärgiks tehnovõrkudega varustamise, juurdepääsude ja parkimise lahendamine ning haljastuse ja heakorastuse põhimõtete määramine.

Detailplaneeringu eskiisilahenduse tutvustamine ja avalik arutelu toimub 08.10.2026 kell 17.00 Harku vallamajas (Kallaste tn 12, Tabasalu alevik).

Detailplaneeringu eskiisiga saab eelnevalt tutvuda detailplaneeringute veebirakenduses või otselingil kaart.harku.ee/DP/250317_533/avalik.

Harku Vallavolikogu 25.06.2026 otsusega nr 63 algatati detailplaneeringu koostamine Harku alevikus Aia tn 2 (katastritunnus 19814:001:0212) maaüksusel ja lähialal.

Detailplaneeringu koostamise eesmärgiks on selgitada välja võimalused varasemalt kehtestatud AS Trianita maa-ala detailplaneerimise projekti ümberplaneerimiseks eesmärgiga jagada Aia tn 2

maatüksus üheks elamumaa ja üheks transpordimaa sihtotstarbega krundiks ning määrata moodustatavale elamumaa krundile ehitusõigus ühe kuni 15 korteriga korterelamu püstitamiseks. Kavandatav transpordimaa krunt võõrandatakse tasuta vallale. Lisaks on detailplaneeringu koostamise eesmärgiks tehnovõrkudega varustamise, juurdepääsude ja parkimise lahendamine ning haljastuse ja heakorastuse põhimõtete määramine.

Detailplaneeringu eskiisilahenduse tutvustamine ja avalik arutelu toimub 15.10.2026 kell 16.00 Harku vallamajas (Kallaste tn 12, Tabasalu alevik).

Detailplaneeringu eskiisiga saab eelnevalt tutvuda detailplaneeringute veebirakenduses või otselingil kaart.harku.ee/DP/250530_546/avalik.

Harku Vallavolikogu 26.03.2026 otsusega nr 29 algatati detailplaneeringu koostamine Tabasalu alevikus Sarapuu tn 4 (katastritunnus 19801:002:1257) maaüksusel ja lähialal.

Detailplaneeringu koostamise eesmärgiks on selgitada välja võimalused varasemalt kehtestatud Ranna tee 3 detailplaneeringu ümberplaneerimiseks Sarapuu tn 4 maaüksuse osas, sooviga jagada maaüksus kaheks elamumaa krundiks ning määrata ehitusõigus ühe täiendava üksikelamu püstitamiseks. Lisaks on detailplaneeringu koostamise eesmärgiks juurdepääsude ja tehnovõrkudega varustamise lahendamine ning haljastuse ja heakorastuse põhimõtete määramine.

Detailplaneeringu eskiisilahenduse tutvustamine ja avalik arutelu toimub 15.10.2026 kell 17.00 Harku vallamajas (Kallaste tn 12, Tabasalu alevik).

Detailplaneeringu eskiisiga saab eelnevalt tutvuda detailplaneeringute veebirakenduses või otselingil kaart.harku.ee/DP/180702_246/avalik.

PLANEERIMIS- JA EHITUSOSAKOND

LÄÄNE-HARJU VALLA-VALITSUS TEATAB



Laulasmaa küla Krookuse katastriüksuse detailplaneeringu avalikul väljapanekul laekus üks kirjalik ettepanek piirinaabrilt. Ettepanekute põhisisu oli olemasoleva olukorra säilitamine looduslikuna ja ehitusõiguse välistamine tulevikus.

Esitatud ettepanekute avalik arutelu toimus 10.09.2026 Lääne-Harju Vallavalitsuse istungite ruumis. Osales 5 inimest. Vastuväiteid esitanud isik ei osalenud arutelul. Detailplaneering on Keila valla üldplaneeringu kohane ja vastab Lääne-Harju valla ruumilise arengu eesmärkidele. Vallavalitsus selgitas planeeringu lahendust ja ettepanekute esitajale saadetud vastust. Planeeringu põhilahendust ei muudetud ja esitatakse kehtestamisele.

Lääne-Harju Vallavalitsuse korralduse eelnõuga esitatakse ettepanek määrata kohanimi uutele bussipeatustele: Lõuna-Käesalu (peatuse kood 21750-1) asub Käesalu külas Lepalinnu (29501:007:1738) katastriüksusel, Kipri (peatuse kood 22886-1) asub Vintse külas Väike-Kibru tee (56201:001:0857) katastriüksusel ja Kipri (56201:001:0940) katastriüksuse läheduses, Erma (peatuse kood 22887-1) asub Vintse külas Er-

ma (56201:001:0115) katastriüksusel ja Külati (peatuse kood 22888-1) asub Madise külas Külati tee L2 (56202:001:1158) katastriüksusel, Liivanõmme tee ja Külati tee ristmikul. Bussipeatused kuvatakse koondsoiduplaani Ühistranspordi infosüsteemi (ÜTRIS) avaandmeid sisaldaval veebileheküljel peatus.ee, samuti tähistatakse bussipeatused osutusmärgiga 541a.

Lääne-Harju Vallavolikogu otsuse eelnõuga esitatakse ettepanek muuta Käesalu külas Veski tänava liikluspinnal kohanimeks Veski tee ja pikendada liikluspinnal leviala ning muuta Käesalu külas Tuuliku tänava liikluspinnal kohanimi kehtetuks.

Kohanime määramine ja liikluspinnal ruumikuju muutmine on vajalik, sest Lääne-Harju Vallavalitsus kehtestas 28.04.2026 korraldusega nr 247 Käesalu külas Tammise I detailplaneeringu, mis muutis varasemat planeeringulahendust kruntide jaotuse, arvu, hoonestusala, ehitusõiguse ja juurdepääsute osas. Eelnõudega saab tutvuda avalikustamise perioodi ajal 19.09.–03.10.2026. Lääne-Harju Vallavalitsuses (Rae tn 38, Paldiski linn) ja valla kodulehel <https://laaneharju.ee/elukeskkond-ehitus-ja-teed/maakorraldus/koha-aadresside-maaramine-ja-korrastamine>.

TELLI REKLAAM
myyk@harjuelu.ee või tel 5660 8202

Puhta garaaži või parkla tagab hea planeerimine ja professionaalne teostus

Üks ajakriitilisemaid ja keerulisemaid väljakutseid on suure parkla, parkimismaja või garaaži puhastus. Parkimiskorruse läikiv põrand võib jätta mulje, et ala on puhas, ent tegelikult see nii ei pruugi olla.

Regulaarne põrandapesu vähendab küll settinud ja uuesti liikuma hakkavat tolmu, kuid ei eemalda liiva, soola, peentolmu ja kinnitunud mustust.

Koristusfirma OÜ meeskonnal on üle kümne aasta survepesukogemust ja professionaalsed seadmed. Tehnika on oluline, kuid veel olulisemad on tööde õige järjekord ja pinna järgi valitud võtted.

Objektipõhine lähenemine

Lähenev talv pakub garaažidele ja parkimismajadele kõige suuremat koormust. Autod toovad sinna teetolmu, liiva, jäätõrjesoola, rehvi- ja pidurikulumit ning väikseid õli- ja kütusejääke. Vesi aurustub, kuid sool ning peen sete jäävad põrandale ning kuivades muutub osa sellest peeneks tolmuks. British Parking Associationi talvise hoolduse juhend hoiatab, et jäätõrjesoolade kloriidid võivad betooni tungida ja soodustada armatuuri korrosiooni.

Saksamaa KLB juhend, mis käsitleb kaetud parkimis-põrandaid, soovib süvapesu vähemalt kord aastas, ent tegelik pesusagedus sõltub liiklusest, asukohast, pinna-kattest ja mustuse hulgast. On selge, et tiheda liiklusega avalik parkla vajab teistsugust hooldusgraafikut kui väike kortermaja garaaž.

Seetõttu vaatab Koristusfirma meeskond enne töödega algustamist iga objekti alati tellijaga koos üle. Mida täpsemalt räägitakse läbi detailid, seda vähem tekib teostamise ajal takistusi ja üllatusi. Kokkulepitud tellimuse mahu põhjal



koostab Koristusfirma tellijale objektipõhise hinnapakumuse.

Tavapärane teostus viies etapis

Telgharjadega Hako Scrubmaster B175 aitab ühendada pesemise ja musta vee kogumise. See on iseäranis oluline just suurte parkimispindadel, kus töö käsitsi vältab kaua ja tulemus jääb ebaühtlane. Survepesuri rõhk, düüs, temperatuur, hari ja keemia valitakse objektile oleva pinna järgi ning vajadusel tehakse proovipesu.

- **Kuivpuhastus.** Liiv, peentolmu ja lahtine mustus kogutakse elektriliste Hako pühkimismasinatega ning viiakse tööalalt ära.
- **Leotus.** Põrand niisutatakse vee ja pinnale sobiva pesuainega, mis valitakse mustuse, põranda ning tootja juhise järgi.
- **Eelpesu.** Põrand, nurgad, servad, tugipostid ja kokkulepitud detailid pestakse survepesuriga.
- **Põranda süvapesu.** Kogu parkimispind töödeldakse

Hako Scrubmaster B175 telgharjadega põrandapesu masinaga.

- **Kaldtee, garaažiüks ja kontroll.** Pestakse kaldtee ning garaažiukse mõlemad pooled, kontrollitakse nurgad, servad ja varjatud kohad, vajadusel tehakse parandusring ning eemaldatakse seisev vesi.

Professionaalne põrandapesumasin ja kuumavee survepesur on tööriistad, oodatud kvaliteetne tulemus saavutatakse aga koostöös tellijaga põhjaliku planeerimise ja ettevalmistusega.

Rohkem infot: <https://koristusfirma.ee/teenused/eripuhastustood>



KORISTUSFIRMA

Teadmised inimese kehast. Oskused inimese toetamiseks

Kas sind huvitab inimene, tema keha, tervis, heaolu ja see, mis neid kõiki ühendab?

Alar Krautmani Terviseakadeemia on paik neile, kes tahavad õppida rohkem kui üht ametit või üksikut tehnikat. Siin saab süveneda sellesse, kuidas inimene toimib, kuidas toetada tema heaolu ja kuidas ühendada praktilised oskused sügavama arusaamisega tervisest.

Meie õppes kohtuvad tänapäevased teadmised, praktiline kogemus ja pärimuslik tervisetarkus. Meil on soe ja toetav õhkkond, kust leetakse sõpru ja mõttekaaslast. Väike ja sõbralik koolipere loob keskkonna, kus igaüks tunneb end märgatuna ja väärtustatuna. Siin õpitakse üksteiselt, jagatakse kogemusi ning kasvab tugev kogukond, mis püsib ka pärast kooli lõpetamist.

Neli erinevat teed. Üks ühine huvi: inimene.

MASSÖÖR

Õpi tundma inimese keha ja erinevaid massaažimeetodeid ning omanda praktiline oskus, millega toetada inimese heaolu ja taastumist.

EESTI PÄRIMUSMEDITSIIIN

Avasta meie esivanemate teadmised loodusest, taimedest ja inimese tervisest ning õpi vaatama pärimust tänapäevase pilguga.

OSTEOPAATIA

Süvene inimese keha ehitusse ja toimimisse ning arenda käelist tunnetust, mille abil õppida märkama keha liikumist, pingeid ja tasakaalu.

TERVISENÕUSTAJA

Õpi inimest kuulama ja tema tervist tervikuna mõtestama. Omavahel saavad kokku teadmised kehast, toitumisest, eluviisist, psühholoogiast ja heaolust.



Õpid märkama.
Õpid kuulama.
Õpid tunnetama.
Õpid mõistma.

Ja mis kõige olulisem, õpid oma teadmisi päriselus rakendama.

Meie jaoks on oluline, et teooria saaks kokku praktikaga ning erialased teadmised inimese terviklikuma mõistmisega. Õppetöös väärtustame ka loodust, pärimust, inimlikku kontakti ja toetavat õpikeskkonda.

Kui sinus on olnud soov teisi aidata, siis võid meie juures anda sellele soovile teadmised ja oskused.

Kuni oktoobri alguseni on võimalus liituda erinevate erialagruppidega.

Rohkem infot ja registreerimine: www.krautman.ee

ERAKUULUTUSED

MÜÜK

• Müüa garaažiuksed, suured ja väikesed. Lisaks rulluksed ja suured voldik-uksed. Müük, remont, auto-maatika, paigaldus. Tel 5698 0540, Wiru Uks Tallinn OÜ, www.wu.ee

• Müüa lõhutud kuivad ja toored küttepuid kohaletoomisega. UUS! kuivad küttepuid 50 l võrkkotis, 30 cm lepp, sanglepp, kask, saar. Info ja tellimine tel 509 9598, www.pakhalupuu.ee või pakhalupuu@gmail.com

• Müüa saetud ja lõhutud küttepuid pikkusega 30–60 cm. Pakkuda ka võrkkotis kuivi küttepuid tootmisjääke. Kojuvedu. Võtame tellimusi vastu iga päev. Tel 522 7345, marek406@gmail.com

• Müüa toored ja kuivad küttepuid 30, 33, 38, 43, 50, 60cm. Valikus lepp, sanglepp, kask. Vedu 5–12 rm. Kadarbiku küttepuid. Tel 5373 7294

- Turba ja puitbrikett, pelletid, kivisüsi, klotsid, kamina-puud. Vedu üle Eesti. Tel 506 8501, www.tomrent.ee
- Aia- ja metsatehnika hooldus ja remont (mootorsaad, trimmerid, murutraktorid jms.) Tel 504 9838, Votikmetsa OÜ
- Müüa killustik, liiv, kruus, täitepinna, freesasfalt, haljastusmuld, vundamendi tagasitõrje kuni 20 t korraga, soodsalt kohaletoomisega! Tellimine telefoni teel eesti ja vene keeles. Tallinn-Harjumaal. Tel 5805 7676, Tomz, toomasgo@mail.ee
- Müüa kuivad ja märjad küttepuid. Transport tasuta. Tähtajad lühikesed. Täpsed koormad. tel 5648 4838
- Müüa kuivad ja toored küttepuid: lepp, sanglepp, kask. Metsakuiv okaspuu. Ko-

gus alates 7 rm, transport hinna sees. Lisainfo ja tellimine tel 5551 8498

- Müüa lõhutud küttepuid 30–50 cm, koos kohaletoomisega, samuti puud võrkkottides. Tel 518 3927, tamps222@gmail.com
- Müüa puitbrikett, kamina-puud (lepp, kask, tamm, saar), kütteklotid. Tel 517 0257
- Müüa toored-kuivad küttepuid, segalehtpuu, sanglepp. Võrgus 40L kuiv lepp/kask. Tel 504 2707
- Teisaldatavate alumiiniumist katuseredelite valmistamine ja müük. Töötasapinnad redelile. Tel 503 8628, katuseredel24.ee
- Ehitusoutlet Harjumaal, Kosel: soodne ehitus- ja puitmaterjal: prussid, aiapostid, terrassilauad, voodrilauad, termopuit, saunalaud jpm. Lisaks puidust kuurid, varjualused, aiameööbel jne. Küsi parimat pakumist! Info: 5656 0096, www.ehitusoutlet.ee

OST

- Igas seisus autode kokkuost ja ARKist kustutamine. Pakkuda võib nii sõitvaid, kalleid, kui ka romusid. Tallinn ja lähimbrus kuni 100 km. Tel 5823 8310
- Ostan parima hinnaga kasutatult seisma jäänud sõidukeid. Toimivaid, avariilisi, riketega ja lihtsalt seisvaid. Auto vormistan kohapeal kohe Teie nimelt ära. Järele tulen puksiiriga, tasun sularahas. Pakkumisi ootan tel 5618 8671 või seisevauto@gmail.com
- Ostan retroesemeid ja kolimisjääke: nostalgilisi nõusid, serviise, keraamikat, nahast karpe, seinapilte, kujusid, me-revaigust ehteid, kellasid, prosse, suhkruisikaid jne. Tulen ise kohale! Tel 5356 0761, Liina

- Autode kokkuost. Sõidu-korras ja remontivajavad. Parimad hinnad. Tel 5626 3993
- Noor pere ostab kinnisvara: suvila/maja, vana talu või maad. Pakkuda võib igas seisukorras! Tel 5855 5575
- Ostan autosid, maastureid ja kaubikuid igas seisukorras. Lisaks romude utiliseerimine ja ARK-ist kustutamine. Transport minu kulul. Tel 5693 2565

TEENUS

- Ohtlike puude aastaring-sed raie-, hooldus- ja saetööd, raiutud puude lõhkumine. Viljapuude ja hekkide lõikus. Väiketraktori teenused. Tel 5551 2104, www.puuhooldaja.ee

- Akuraatsed kolijad. Vana mööbli demonteerimine ja äravedu, sh rämpsud ära-vedu. Metallijäätmed (sh kodumasinad) viime ära tasuta. Töötame ka nädalavahetustel. Tel 502 8148

- Muru niitmine, trimmerdamine, võsalõikus, raie-tööd. Arvega maksmise võimalus. Ivar, mob 521 4353, sompaserv@gmail.com

- Arboristi teenused: (ohtlike) puude raie, hooldus- või kujunduslõikus, kändude freesimine, hekkide pügamine, viljapuude hooldus. Olemas vastutuskindlustus. Võta ühendust ja vaatame koos üle. Tel 525 1330, www.mwww.ee

- Ohtlike puude langetamine, hekkide ja viljapuude lõikus, kändude juurimine. Tel 521 0334

- Rakkekaevude kaevamine, süvendamine, puhastamine ja remont. Rõngaste vahetamine, kaevuümbriste ehitus, käsipumpade remont. Tel 557 4792

- Ettevõtte teostab ehitus- ja remonttöid, ka väikese mahulisi töid. Tel 5660 7554, janek@janelldisain.ee

- ELEKTRITÖÖDE TERVIK-LAHENDUSED: projekteerimine, ehitamine ja uuendamine. Sise- ja välielektritööd, elektriautode laadimisla-hendused, elektrikilbid, välisvalgustus. Kortermajad, eramajad ja äripinnad. Tel 5315 2851, elektritood@gmail.com

- Katuste-, fassaadide, aedade pesu ja värvimistööd. Tänavakivide pesu. Veerenide puhastus, vahetame veerenne ja paigaldame katuseredeleid. Korstnapitsitööd. Töökogemus 16 aastat. Tel 5638 8994, kpekatuspesu.ee

- Korterite, majade, vannitubade sise- ja torutööd. Üldehitus- ja katusetööd. Vihmaveesüsteemide ja turvatööde paigaldus. Vee- ja kanalisatsioonitööd, septikute ja kanalisatsioonide paigaldus. Aedade ehitus. Tel 5854 9195, smm.ehitus@gmail.com

- Pakun fekaali- ja reovee äraveo teenuseid Harjumaal. Tellimiseks võta ühendust tel 522 7345, marek406@gmail.com

- VANARAUJA TASUTA ÄRA-VEDU. Plekk, torud, vinklid, postid, aiavõrk, mahutid, vannid, radiaatorid, boilerid, pesumasinad, pliivid, ahjud, autoosad, kaablid jne. Õuest, garaazist tasuta. Korterist väljavedu tasuline. Tel 5550 5017, carinveix@hotmail.com

- Korstnapühkija, tel 5333 0556, www.korstnahooldus.ee

- Eramute ja kortermajade fassaadide rekonstrueerimi-

ne, soojustamine, krohvimine, pesemine, värvimine ja ül-dehitustööd. Aitame leida parima lahenduse!

- Tel 5647 4077, info@eurolaster.ee
- Eterniit, plekkprofiil katusetööd. Puitfassaadide soojustamine ja viimistlus. Kortermaja trepikodade renoveerimine. Tel 5352 9476, miltongrupp.ee
 - Expert Hooldus pakub kvaliteetseid teenuseid: katusesepu, rennide puhastust, akende-, sillutise-, fassaadipesu, viljapuude lõikust ja haljastuse hooldust. Teeme teie kodu ja aia puhtaks ja hooldatuks! Tel 5650 3489, info@experthooldus.ee
 - Katuste ja fassaadide pesemine ja värvimine. Tel 501 0834
 - Korstnapitside ehitus ja remont. Tel 5557 9399
 - Korstnapühkimine nõuetekohase aktiga, küttekollete remont. Korstende, ahjude, pliitide, kaminade ehitus ja remont. Töid teostavad kutsetunnistusega pottsepp ja korstnapühkija. Korstnapühkija tel 5372 4993, pottsepp tel 5648 2818
 - Korstnate ehitus -ja renoveerimine. Pottsepp tase 4 (kutsetunnistuse nr 174471) Tel 5617 8497, info@ernesaksvarad.ee, koduleht:ernesaksvarad.ee
 - Mahla pressimisteenus toormahlaks ja pastöriseeritud mahlaks Kose vallas. Lisainfo: info@nommetalu.ee
 - Peobänd Kaks Takti – parim tantsumuusika Harjumaal! Toome Sinu peole parima eesti- ja ingliskeelse muusika. Vali sobiv repertuaar. Sobime ideaalselt juubelile, pulma või firmaüritusele. Vaata lähemalt ja broneeri: kakstakti.ee, tel 518 7825
 - Teostame pehmekatttega teedele pealevedu ja hõõvel-damist kallurautoga kande-võimega 12 tonni. Müüme: freesasfaltit, killustikku, liiva, sõelutud mulda, purustatud

kruusa teedele pealeveoks. Kontakt: 5330 0803, viilas.silver@gmail.com

- Ohtlike puude langetamine. Tel 5663 2968
- Pottsepätööd litsenseeritud pottsepalt Harjumaal. Ahjud, pliivid, kaminad, korstnad, väliköögid jne. Aare ahjud OÜ, tel 5621 1560

TÖÖ

- Otsin kogenud remondi-meest, kes teostaks aeg-ajalt ka väiksemaid töid ja elaks soovitatavalt Jõelähtme vallas. Oluline on kvaliteetne töö, korrektsus ja kiire reageerimine. Hea meelega kuulan ka soovitusi! Tel 56503608, Julika
- Pakkuda tööd Harjumaal ratas-ekskaatori JCB Hydradic juhile aastaringsest vee- ja kanalisatsioonitrasside ehitustöödel. Tel 5650 1401, info@lammutusabi.ee

Sinu kuulutus NÄHTAV kogu Harjumaal

Ostad, müüd, vahetad või pakud teenust? Avalda reakuulutus kiiresti ja mugavalt veebis ning jõua lugejateni üle kogu Harjumaal.

<https://harjuelu.ee/kuulutused/>

REINPAUL

OSTAME KASVAVAT ja LADUSTATUD VÕSA

Raiume võsast puhtaks kraavid, tee- ja põlluääred, leplikud, haavikud jne.

Info tel 5593 3899, kaido@reinpaul.ee
www.reinpaul.ee

TALLINNA KÜTTELADU

TALECO

Tellimine: 51 36 999

info@kutteladu.ee www.kutteladu.ee

EESTI SUURIM VALIK KÜTTEMATERIALE!
HARJUMAAL KOHALETOOMINE TASUTA!

TALLINNA KREMATOORIUM

PAKUME KÕIKI MATUSETEENUSEID

HAUA-, URNI- JA TUHASTAMISMATUSED

MATUSE VORMISTAMISE VÕIMALUS INTERNETIS

KORRALDAME MATUSEID ÜLE EESTI

ÕÕPÄEVARINGNE TRANSPORT

KAHS KABELIT

www.krematoorium.ee
Pärnamäe tee 36, Tallinn
telefon 623 8808 (24h)

Forsius

Matusebüroo

HAUA-, URNI- JA TUHASTAMISMATUSED ÜLE EESTI

ÕÕPÄEVARINGNE LAHKUNU TRANSPORT

Tartu mnt 52, Tallinn

telefon 56 272 222 (24h)

www.forsius.ee

Vaata ka Harjumaal toimuvaid sündmuseid meie veebilehelt:
harjuelu.ee/sundmused

Harju Elu 1966

• Täna, 22. septembril tähistame Tallinna ja ühtlasi ka Harju rajooni hitlerlike röövallutajate ikke alt vabastamise 22. aastapäeva. Tänu kangelaslikule Nõukogude armeele vabanes meie kodupaik hitlerliku okupatsiooni kammitsaist. Kohe pärast fašistlike anastajate väljakihutamist asusid virgad käed kaotama okupantide hävitusjälgi, töötades ja võideldes kuni Suure Isamaasõja lõpuni ennenägematu visadusega võidu heaks.

• Vastuseks ajalehes Harju Elus ilmunud „viitsütikuga“ intervjuule teatan: nagu kontrollimisel ilmses, töötab „Sõpruse“ kolhoosi telefon häiretega sel põhjusel, et ühendusliinid Jõe-lähtme ja Neeme automaatjaamade vahel ei ole elektrilistes normides. Selle vea kõrvaldamiseks on antud korraldus korradada mainitud ühendusliinid.

1991

• 16. september oli kõigi eesti-
maalaste jaoks ajalooline päev. Sel päeval sõitsid vabariikliku piirivalveameti juhtimiskeskuse ja Harju juhtimiskeskuse töötajad Paldiskisse, et Venemaa vägede käest üle võtta sealsed esimesed kaks sõjalist objekti: piirivalvekool ja kordon.

• Harju maakonnas on üle 100 sõjaväeobjekti. Tõenäoliselt jäävad paljud nendest kasutamata või ei leita neile õiget otstarvet. Valitsuse määruse kohaselt antakse piirivalvekordonid piirivalveameti käsutusse. Juhul, kui piirivalveametil neid vaja pole, antakse kordonid üle kohaliku omavalitsusele.

2021

• Kinnisvarabüroo Nordic Brokers arendab Saue valda Laagri piirkonda elamuskust, kuhu tuleb kino, spordisaalid, koosviibimiskohad, büroopinna. Kasulikku pinda on rajatavas hoones 5000 m². Kui kõik läheb plaanilt, avatakse 2023. aastal Möldres kõigiti tänapäevane tõmbekeskus – Möldre elamuskus.

• Uue aasta aprilli alguses valmib Viimsi vallas Haabneemes kultuuri- ja hariduskeskus Artium. Kolme saali, avara fuajee ning muude ruumidega rajatistes võib ühel ajal anda nii teatrietendusi, kontserte kui ka tegeleda hobidega. 14. septembril jõuti tähtsa tähiseni ehk sarika-peoni.

Ootamatud peorikkujad: seened ja alkohol

LOORE EHRLICH

Eesti
loodusmuuseumi
botaanik-kuraator

Mõnikümmend minutit peale tervisebitside tõstmist ja muu hulgas ohtralt kiidusõnu saanud seenehõrgutiste söömist toimub midagi arusaamatut ja hirmutavat. Paaril külalisel hakkab nagu ja kael punetama, higi voolama.

Lisaks kurdavad nad südame puperdamist, peavalu, iiveldust ja nõrkust. Mõne aja pärast olukord õnneks siiski normaliseerub ja EMO-sse sõit jääb ära.

Mis siis õigupoolest juhtus?

Võõrustajad on head seenetundjad ja välis-
tatud on variant, et lauale jõudsid mitesöödavad või, hoidku selle eest, mürgised seened. Paraku ei olnud neil teadmist, et mõned igati ohtlikud söögiseened muutuvad alkoholiga koos pruukides tõelisteks peorikkujateks. Põhjuseks on nendes liikides sisalduvad ained, mis takistavad alkoholi normaalset lagunemist maksas.

seks on nendes liikides sisalduvad ained, mis takistavad alkoholi normaalset lagunemist maksas. Nii jäävad mürgised vaheühendid atseetaldehüüdide pikemalt kehasse ja põhjustavad eelkirjeldatud nähtusi. Sama mehhanismi – organismi manustatakse ainet, mis takistab alkoholi lagunemist – kasutatakse ka alkoholisoolevuse raviks.

Alkoholiga seotud mürgistusreaktsiooni sümptomite raskus sõltub organismi seisundist ning tarbitud seente ja alkoholi kogusest. Tõsisematel juhtudel peadib asi vererõhu languse, hingamisraskuste, südame rütmihäirete ja/või segasusseisundiga. Selge, et sel juhul on arstiabi hädavajalik. Arvestada tuleks sellegagi, et sõltuvalt organismi eripäradest ja tundlikkusest võib mürgistuse saada ka siis, kui tarbida alkoholi päev enne või pärast taoliste seente söömist.

Seened, mille kõrvale alkohol ei sobi

Eestis kasvavatest söögiseentest, mis alkoholiga kokku ei sobi, on kõige selgemad lood **voldilise tindikuga**. Tema puhul on mürgistusjuhtumid hästi kirjeldatud ja toimeaine teada – kopriin. Pereliige soomustindik alkoholiga kokku sattudes probleeme ei teki. Kahe liigi eristamiseks annab suunise nimi. Mõlemad liigid on söödavad ilma kupatamata.

Kevadel kohatava **kurreli** puhul on alkoholiga seotud reaktsioonid kliiniliselt registreeritud, kuid toimeaine teadmata. See maitsev kevadseen eristub teistest samal ajal kasvavatest liikidest



Tamme-kivipuravik vajab enne söömist kupatamist.

FOTOD: Vello Liiv

vaba kübaraserva järgi. Ülejäänud tundub kevadseentel on kübara serv kas täiesti või siis kohati jalaga kokku kasvanud. Ka kurrel ei vaja enne söömist kupatamist.

Veidi segasemad lood. Sobib, ei sobi, mürgine, mitte

Nuijalg-lehtriku, tamme-kivipuraviku ja mürkklitega on lugu ebamäärasem. Teateid mürgistusjuhtumite kohta küll leidub, aga põhjuslik seos ja mehhanism on seni veel ebapiisavalt tõendatud ning andmed vastuolulised.

Nuijalg-lehtrik on söödav ilma kupatamata, tuvastamiseks annab selged vihjed nimi. Tamme-kivipuraviku pealt oliiv-kollakaspruuni ja alt oranžika varjundiga punast tooni kübarat ei tohi segamini ajada kahvatuhalli ja karmiinpunase värvikombinatsiooniga mürgise saatana-kivipuraviku omaga. Tamme-kivipuravik vajab enne söömist kupatamist.

Kärjesarnase välispinnaga mürkklite peamine kasvuaeg on

Aeg-ajalt jõuavad ka soomusmampel, kuldheinik ja püramiid-soomussirmik tegelaste nimekirja, kes korraldavad kõhus alkoholiga kohtudes draama.



Nuijalg-lehtrikut võib süüa ka ilma kupatamata.

meil mais. Need kipuvad segi minema samal ajal leiduvate kogritsatega, kelle välimust võrreldakse kurrulise ajupinnaga. Mürkklite ja kogritsate eristamine on eluliselt vajalik – mürkklid ei pea kupatama, kogritsate söömine ilma kupatamata põhjustab aga eluohtlikku mürgistust. Alkoholiga koostoime viimasel liigil aga puudub.

Neid seeni ei peakski sööma. Ka alkoholita mitte

Aeg-ajalt jõuavad ka soomusmampel, kuldheinik ja püramiid-soomussirmik tegelaste nimekirja, kes korraldavad kõhus alkoholiga kohtudes draama. Kahe esimese seos al-

koholiga on vaieldav, viimase puhul on mürgistusjuhtumid dokumenteeritud, kuid toimeaine teadmata. Tegelikult peaks nendest liikidest kui laualolijatest rääkimine olema välistatud – tegemist on mitesöödavate või lausa nõrgalt mürgiste liikidega.

Seega jääb seente puhul mõnikord teadmisest, et tegemist on söögiseenega, väheks. Saatan peitub teadagi detailides.

Erinevate Eesti seeneliikidega, nii söödavate, mitesöödavate kui ka mürgistega, saab veel kuni 20. septembrini tutvust teha Eesti loodusmuuseumis toimival 64. seenenäitusel. Näitus on avatud vahemikus 10–18. ♦

KOSE KÜTTELADU

SOOJUS, MILLELE SAAD LOOTA!

Kvaliteetne soojus Sinu koju

PELLET
Täiuslik, puhas ja keskkonnasõbralik kütus

BRIKETT
Pika põlemisega, stabiilne ja ohutu

TASUTA TRANSPORT

+372 504 0304

info@kytame.com

www.kytame.com

Harju Elu kuulutuste keskkond on avatud!

Ühes kohas saad esitada

REAKUULUTUSI TÖÖKUULUTUSI

ning sirvida kõiki Harju Elu digi kuulutusi.

Mugavalt kättesaadav aadressil
www.harjuelu.ee/kuulutused

KES TEEB KAEVU?

Lühikesed järjekorrad, kiire teenindus!

- maasoojuskaevude puurimine
- puurkaevude puurimine ja puhastamine
- süvaveepumpade ja septikute paigaldus
- vee- ja kanalisatsioonitööd

504 2999, 508 9848
www.baltipuurkaev.ee