

## Hea Afaasialiidu rahvas igalt poolt Eestist!

Mäletate, möödunud aastal kutsusid Võrukad meid endale külla?!

Mõeldud-tehtud! **2. – 3. SEPTEMBRIL läheme Võrumaale!**

*Toimub 2-päevane bussireis Lõun –Eestisse - külastame paljusid kauneid kohti , toimub puhkeõhtu, ööbimine Kurgjärvel.*



Tule ise ja võta oma hea sõber kaasa!

AGA - Reisibuss seab osalejate arvule piiri, seepärast kes ees see mees!!!

Oma osalemisest anna kindlasti teada hiljemalt 28. Maiks

Küllile **55663494** , Aadele **5538602** või  
e-aadressil [info@afaasia.ee](mailto:info@afaasia.ee), [kylli.roht@gmail.com](mailto:kylli.roht@gmail.com)

Registreerunud saavad kutse täpse ajakavaga ja juhistega hiljemalt augusti keskel kirja (või e-kirja) teel.

Omaosalustasu 25 € palun kanda  
/Eesti Afaasialiidu aa. EE581010022010065003/

või tuua 28.maiks Pesarimajja.

*Kui Sul on rahaga väga kitsas käes, aga Sa tahad ikkagi reisile tulla, siis võta Külliga ühendust.  
Küll leiame lahenduse!*



## EESTI AFAASIALIIDU ÜLDKOOSOLEK

toimub

**28. MAIL 2015 KELLA 13 – 16**

**PESARIMAJAS**

Päevakord:

1. 2014 majandusaasta aruanne
2. Rehabilitatsioon Taastuskodus Pesarimaja
3. 2015/2016 hooaja sündmused
4. Hooaja lõpetamine – pidu aias

Palun teata oma osalemisest 25-ks maiks !



TALGUD PESARIMAJAS KASE 25A,  
TOIMUVAD 30 aprillil 2015 KELLA 11 – 16

Talgutööd:

- aia ja uste värvimine
- akende pesemine
- okste lõikamine ja põletamine
- heakorratööd aias ja majas
- talgusupi söömine ja heas seltskonnas jutuajamine !

KUI SAAD JA TAHAD TÖÖLE TULLA, SIIS ANNA  
SELLEST TEADA hiljemalt 27 aprilliks

KÜLLILE T. 55663494 VÕI RAULILE T. 5044093,

et teaksime varustamisel arvestust pidada.

Kaasa võta mugavad tööriided ja hea tuju!

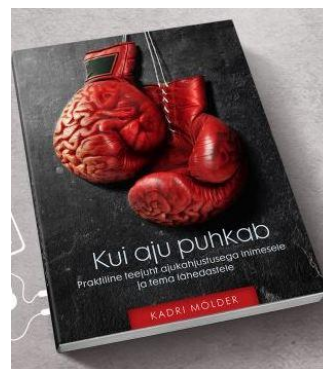
## LUGEMIST:

Pärast õnnetust või haigust ajukahjustusega silmitsi seistes võib tunduda, et kõik on läbi ning endist elu enam tagasi ei saa. On tõsi, et ajukahjustusega inimese ja tema lähedaste jaoks muutub elu suurel määral, kuid see ei tähenda, piltlikult öeldes, et kindad on igaveseks varna riputatud. Teadlik taastumine, sihipärane tegutsemine, eneseusk ja lähedaste tugi aitab muuta väga palju. Vahel isegi sel määral, et kindad saab taas varnast võtta. Ajukahjustus ei ole lõpp. Pigem on see väljakutse, millega ühisel jõul on kergem hakkama saada. Sellel teel ongi antud raamat praktiliseks ja kogemustega teejuhiks.

Logopeed **Kadri Mölder** Astangu Kutserehabilitatsioonikeskusest kirjutas oma pikaajalistele kogemustele tuginedes raamatu

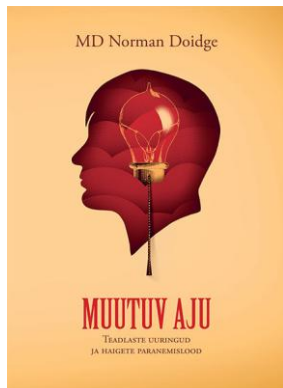
**“Kui aju puhkab” – praktiline teejuht ajukahjustusega inimesele ja tema lähedastele**

Selles raamatus on kajastatud kolme afaasiaga inimese taastumislugu. Kaks nendest on ka meie Afaasialiidu liikmed.



Raamatust on saadaval ka digiversioon, seega saavad seda raamatud “lugeda” ka need inimesed, kellele see teksti vaadates pole võimalik.

## VEEL HUVITAVAT LUGEMIST: MUUTUV AJU *MD Norman Doidge*



„Avastus, et meie mõtted suudavad muuta meie aju struktuuri ja talitlust – ja seda isegi vanas eas – on närviteaduse viimase nelja sajandi tähtsaim läbimurre. Psühhiaater ja psühhoanalüütik MD Norman Doidge tutvustab meile selles murrangulises teoses geniaalsete teadlaste uuringuid aju neuroplastilisusest ning kirjeldab hämmastavaid lugusid inimestest, kes on tänu nende avastustele tervenunud: insuldijärgsed patsiendid; naine, kelle poolik aju ennast terviklikuks ümber kujundas: õpihäirete ja emotsionaalsete probleemidega inimesed ning samuti neid, kellel on õnnestunud oma vananevat aju noorendada. Sellest raamatust on palju kasu kõigil inimestel.

Doidge'i raamat on tähelepanuväärne ja lootust sisendav lugu inimaju lõpmatust kohanemisvõimest.” **MD Norman Doidge** on psühhiaater, psühhoanalüütik ja teadlaneaga ka kirjanik, esseist ja poeet.

## Eesti keeles on varem ilmunud raamat „SILMIAVAV INSULT“, Jill Bolte Taylori

### SILMIAVAV INSULT



Ajuteadlase isiklik rännak

PHD JILL BOLTE TAYLOR



Jill Bolte Taylor elas läbi insuldi – tema vasakus ajupooles lõhkes veresoon. Ajuteadlasena oli tal võimalus omaenda vaimsete võimete allakäiku paari tunni jooksul kõrvalt jälgida. Sel ajal, kui ta vasak ajupool kord töötas ja siis jälle mitte, koges ta kahte selgelt eristuvat reaalsust: intuiitiivse parema ajupoolse eufoorilist nirvaanat ja vasaku ajupoolse loogilist teadvelolekut.

Raamatus „Silmiajavav insult“ jagab Taylor taastumis- perioodil saadud teadmisi ja kogemusi. Taastumiseks kulub küll tervelt kaheksa aastat, kuid nüüd on tema meel taas täielikult tervenunud. Insult õpetas talle, et nirvaanatu on vasaku ajupoolse vadinast, mis meid väga sageli lakkamatult saadab, kõigest ühe mõtte kaugusel.

„Silmiajavav insult“ on ühtaegu taastumise käsiraamat kõigile neile, kes on mõne ajuvigastusega kokku puutunud, ning emotsionaalne lugu sellest, et sügav sisemine rahu on kõigile kättesaadav.

Kahjuks on see raamat hetkel läbi müüdud ja teda saab lugemiseks vaid laenutada kas raamatukogudest või ka meilt Afaasialiidust.

## Mis on taastamiskursus „TÖÖ TAASTAB“ ?

On kolmapäeva hommik. Varakult esimesena on Pesarimajja tulnud perenaine Helle. Ta vaatab hoolega ruumid üle, paneb kohvimasina tilkuma ja asub usinasti hommikusööki tegema. Peagi tuleb Külli, ja asub päevategevusi ettevalmistama. Härra V on varane. Tema on juba 9 paiku kohal ja võtab sisse oma tavapärase koha kaminasaali akna all. Algab vestlus, veidi konarlik küll, aga siiski. Järgmine on noorhähha T. Tema ülesanne on järgmised saabuvad turvaliselt sisse aidata. Anu tuleb ja kaob sedamaid keraamika töökotta savitöid üle vaatama ja järgmisi tegevusi ette valmistama. Saabunud on ka Annika, sedakorda koos pisikese Oskariga. Nii proua H kui härra U asuvad kohe Oskariga suhteid looma ja poisile see juba meeldib! Lõpuks on kõik koos ja toas käib hommikusöögi kõrval mõnus jutusumin. Tõsi, osa jutust jõuab ütlejatelt kuulajateni vaid logopeedide abil, paberi ja pliatsi vahendusel või muidu käte- jalgadega selgeks tehes. Pole lihtne, aga alla ka ei saa anda. Peagi jaotub grupp - osad lähevad töökotta, osad sõidavad liftiga üles „Päikesetuppa“. Keegi palub endale individuaalseid harjutusi, kellegil on tarvis selgeks saada, kuidas toimida uue ID kaardi tellimisel... Grupp üleval räägib koolidest, sellest, kus keegi varem õppinud on. Laual on Eesti kaart. Elavalt otsitakse kaardilt tuttavaid paiku, vahelduseks täpsustab noor-T infot oma nutiseadme abil.

Härra K, alati värske ajaleht näpus, tunneb end pisut väsinuna ja viskab diivanile pikali. Härra U tahaks aga teha pea värskendamiseks väikese jalutuskäigu. Noor-T läheb kaasa: mine tea, üksi hulkuma minemine võib teised panna muretsema.

Töökogas toimetajad on oma töö valmis saanud ja hakkavad logopeedi juhendamisel harjutama kuidas sõnadeta küsimusi esitada. Tekib elevus, teisedki liituvad grupiga, aga selle tiheda tegutsemise katkestab perenaine, kes kutsus kõiki lõunale.

Peale lõunat on plaanis pool tunnikest puhkamist, aga kes seda raatsib! Suhtlemine jätkub ja peagi jaotub grupp jälle väiksemateks lülideks. Kes suundub töökotta, kes üles mängima, harjutama, lugema, kirjutama, laulma, joonistama...

Aeg läheb ruttu ja juba on härraJ-i naine kohal. Ta tahaks teada, kas abikaasa ikka saab meie majas hästi hakkama. Mees ei usalda veel ilma ratastoolita liikuda, võib kukkuda! Eelmisel korral olnud krambihoo ehmatus teda ka. Härra T proua on lõpuks nõus uskuma, et kaasa saab ka üksi Mustamäele koju mindud, ta ei vaja saatjat, ehkki ta rääkida ei saa. Härra U juba teab, et vaid siis, kui ta on sõnumi paberile kirjutanud, saab ta selle õigesti välja ütelda... Ta pusib ikka uuesti ja uuesti! Kojuminemine on täis saginat, igaüks tahab veel viimasel minutil millestki tähtsast rääkida, midagi küsida, järgmiseks korraks kokku leppida.

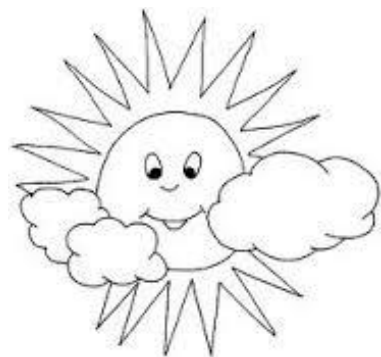
Kui viimne kui kursuslane on koduteele asunud asuvad meeskonna liikmed arutama, mis hästi läks ja mida peaks teisiti tegema. Mõtlemist ja plaanimist jagub... kuni on taas käes kolmapäev. Algab uus päev, uued tegevused, uued väljakutsed.

**Just nii toimub Pesarimajas afaasiaga inimeste taastuskursus. Töötame kuni Jaanikuul lõpuks puhkus algab.**

**EESTI AFAASIALIIT**

Kase 25a, Tallinn 12011

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



**EESTI AFAASIALIIT**

**TEATED nr 44**

**Kevad-suvi 2015**

