

# Afaasialiit Teated

nr. 68 | kevad 2024



- Hooaja lõpetamine
- Aastakoosolek
- Pesarimaja Superaia avalugu
- Juuni – afaasia teadlikustamise kuu
- Ülevaade AIA tegemistest
- 33. hooaja algus
- Annetused

## **32. hooaeg lõpeb!**

---

Käes on õitest pakatav juuni. Pesarimaja murelipuu on sel aastal eriliselt õisi täis.

Afaasialiidu 32. hooaeg hakkab lõppema. Sel aastal pisut teisiti, kuna terve suve jooksul pakume võimalust aias toimetada. Sellest täpsemalt uudiskirja aiarubriigis. 32. hooaega lõpetame ja aiaelu avaseminari peame Pesarimajas 13. juunil kl. 11.00-14.00. Loodetavasti annab ilus ilm võimaluse aiaelu nautida.

## **13. juunil kl 11-14 hooaja lõpetamise ja aiaavaüritus! Ikka Pesarimajas**

---

**Ootame ilusat ilma ja rõõmsat taaskohtumist!**

**Anna oma osalemisest palun 10. juuniks teada!**

**Railile: tel 51 79 869,  
raili.vaidlo@gmail.com**



## Aastakoosolek

### 13. juunil peame aastakoosolekut.

Traditsiooniliselt oleme suve alguses kokku tulnud selleks, et seltskonda nautides möödunud aastale tagasi vaadata. Ootame kõiki Afaasialiidu liikmeid **13. juunil kl 11.00**, Kase 25a Pesarimajas, et **kinnitada majandusaasta aruanne**. Aastakoosolekul teeme ülevaate toimunud tegevustest.

Lisaks soovime ühe päevakorrapunktina arutada Afaasialiidu **liikmemaksu** kogumise ja suuruse üle. Siiani on liikmemaks olnud vabatahtlik. Kindlaksmääratud suurust pole varasemalt polnud, on olnud 2€ - 5€/aastas. Juhatuse koosolekul otsustasime, et see võiks olla **5€/aastas** kõigile. Millal on liikmemaksu **maksmise tähtaeg?** **Aastakoosoleku** toimumise päev. Liikmemaksu maksmise **kohustus?** Ettepanek, jätta see vabatahtlikuks, kuid Afaasialiidul puudub kohustus edastada infot neile, kes pole mitu aastat meie tegevuse vastu huvi tundnud.

Liikmemaksu suuruse ja tasumise üle hääletame järgmisel nädalal aastakoosolekul. Lisan juurde ka päevakorra:

1. 2023.a majandusaasta aruanne
2. Liikmemaksud
3. Jooksvad küsimused

Oma **tulekust anna** palun Railile **teada** telefonitsi või meilitsi **10. juuniks**.

## Afaasialiidu superaed

Projekt „Afaasiarahva superaed“ Eesti Afaasialiidu peaju- ja kõnekahjustusega inimeste taastuskodus Pesarimaja Tallinnas, Maarjamäel, Kase 25A.



Pildil: talgud 19.mail 2024

Tallinn arendab jõudsalt liikumist, et ka linnas loodaks rohelist, kasvatataks söödavat ja et inimeste vaimset keskkonda toetaks aiandus kui igati tasakaalustav vaimne ja füüsiline tegevus. Eesti Afaasialiit sai Tallinnalt linnaianduse projektide taotlusvoorus 5000 € toetust „Afaasiarahva superaia“ rajamiseks. Projekt algas 1. aprillil ja kestab 31 oktoobrini 2024.

19. mail toimus selle projekti vast kõige olulisem üritus – aia rajamise talgud. Töökaid käsi ootasid eesaias materjalikuhjad: puit peenrakõrgenduste ehitamiseks, peenrakastid. Immutusmaterjal, vooderdis ja naturaalne muldvärv peenarde vormistamiseks, koorem mullakotte, peenraplatsi sillutusmatid jne jne. Kutsusime talgutele ka ümbruskonna rahvast Maarjamäelt, aga kahjuks jäi see

kutse vastuseta. Talgutele registreerus kokku 23 inimest, kohale tuli 19 tublit ja töökat talgulist.

Peab tunnistama, et tegemist jagunuks veel paljudele, kuid ära sai tehtud siiski märkimisväärne töö.

Võib julgesti öelda, et talgute eesmärk sai täidetud. Meil on nüüd köögiviljaaed, kus võivad julgesti toimetada vereringehäirega inimesed. Peenarde eest hoolitsemiseks ei pea kummardama, vaid taimede

ja mulla tasapind on mugavalt töödeldav, kas seistes või toolil istudes. Kastmisvahendid ja

tööriistad on hõlpsasti kättesaadavad ja nende kasutamine on võimalik ka halvatussega inimestel.

Afaasialiit pakub selle projekti raames olulisi ja isegi eriti eksklusiivseid võimalusi kogu algavaks

suveperioodiks:

- ✓ Hoolimata kõigile teadaolevast logopeedide puudusest pakume meie kõneravi ja suhtlemise toetamise võimalust afaasia ja teiste kõnekahjustusega inimestele logopeedi juhendamisel igal neljapäeval alates kella 10-st.



*Pildil: pesarimaja inimesed istutuskastidesse seemneid külvamas, 30.05.2024.*

Ajal, mil insuldijärgselt patsiendid ja nende pered otsivad tikutulega võimalust pääseda logopeedi vastuvõtule, on siin pakkumisel kabinetitööst kordi efektiivsema meetodikaga, praktilise tegevusega ja grupitöö võimalustega rikastatud kõne aktiveerimine. Lisaks on afaasiaga inimeste lähedastel nendel päevadel võimalik saada logopeedilt või meie teiste praktiliste tegevuste juhendajatelt juhiseid suhtlemiseks.

- ✓ Insuldijärgselt on paljude inimeste päevategevused piiratud, jäädakse suures osas koduseinte vahele, tundub, nagu peaks nüüd paljudest asjadest loobuma. See pole aga üldsegi nii: vastupidi, kui enne oli inimene seotud rohkem kohustustega, siis nüüd on tekkinud õigustus valida tegevuste vahel.

Oma huvialadega seotud tegevusi saab õppida uuel ja riskivabal moel harrastama. Juurde saab õppida uusi huvitegevusi, mille harrastamisele varem kas aja-, teadmiste- või võimaluste puudusest keegi isegi ei mõelnud. Üks sellistest ongi aiandus, ja mitte lihtsalt aiatöö, vaid koostegemise ja seltsieluga vürtsitatud hobi, tervisliku toitumise edendamise hobi, taimekasvatamise oskuste kollektioneerimise huvi arendamine, millele lisandus alati suur rahuldus tehtust, rõõm elusa looduse arengu jälgimisest ja mis seal salata - nauting omakasvatatud viljade, marjade söömisest, nendest valmistatud roogade tegema õppimisest ja söömisest.



- ✓ Meie aeda on oodatud ka iga abivalmis, teotahteline või lihtsalt uudishimulik linnakodanik.

Siin on võimalik ennast harida, tutvuda inimestega, kes on insuldi või ajutrauma läbi põdenud. Insult on levinuimaid elukvaliteeti negatiivselt mõjutavaid haiguseid üldse. Kui selle tuisistusega tekib ka afaasia e. kõnehälvatus, siis see on tavaliselt inimesele ja tema lähedastele eriliselt raskesti talutav. Ometi on ka selles situatsioonis võimalik elu elada suhteliselt hästi, selleks tuleb aga otsida lahendused ja seda on aga tarvis õppida. Muidugi saab selle teadmise arendamisega tegelema hakata siis, kui probleem on käes, aga hoopis õigem oleks enda teadmisi ja vilumusi edendada üldises plaanis, olulisel moel ka vältimiseks, haiguse ennetamiseks. Me keegi ei tea, millal või kus meil läheks seda teadmist tarvis! Tegelikult aga, kui küsida, siis pea igas teises perekonnas on keegi, kes nüüd või varem kunagi on saanud kõnehälvatuse ja keda pole lähedased selles mures suutnud piisavalt hästi toetada. Afaasialiidu linnaaia projektis on igapäev võimalik ennast tasuta harida meeldivas ja tegasus keskkonnas professionaalsete logopeedide käe all.

- ✓ Rahulik ja kena aed on koht, kus on mõnus olla. Ka siis, kui ei tee tööd, ei rohi ega niida... Kui

tervis või ka hirm tervise pärast piirab julgust ise käed külge panna. Aeda tulla tasub ikka!

Meie aed pakub nauditavat ajaviidet isegi vihmase ilmaga: istudes ja teed juues kenas aiapaviljonis on ka vihmapiiskade kukkumist mõnus

jälgida. Ikka parem, kui istuda üksinduses.

Alates **maist kuni augusti lõpuni** on **igal neljapäeval** kella **10-st** Pesarimaja aias huvilisi vastu võtmas

kas Külli, Raili, Reena, Aade või Anu, kes on kõik meie taastuskodu meeskonna liikmed. Igal muul ajal võib muidugi ka tulla aeda aega veetma aga siis lihtsalt ei pruugi kedagi meeskonnast kohal olla ja tuleb endale mõnusa äraolemise ise korraldada.

## Juuni – afaasia teadlikustamise kuu

Igal aastal juunis tähistavad afaasiaga inimesed ning nende lähedased üle maailma afaasia teadlikustamise kuud. Sel aastal afaasia rohib, kuna oleme Afaasialiiduga otsustanud liituda #RockingAphasia kampaaniaga.

**#RockingAphasia**

Aita tõsta inimeste teadlikkust afaasiast

- Kaunista afaasia heaks kivike
- Kirjuta lisaks #RockingAphasia
- Peida kuhugi
- Tee pilti
- Postita kasuta #RockingAphasia
- Jäta see uudishimulikele leidmiseks

Estonian - Eesti

NETA

Antud liikumine on alguse saanud Suurbritanniast, kus heategevuslik organisatsioon tahtis tõmmata tavainimeste tähelepanu afaasiale. Nad mõtlesid mõned aastad tagasi välja

lihtsa, kuid kõigile kättesaadava viisi – **kaunistatud kivikesed**, et suunata inimeste tähelepanu ja tõsta nende teadlikkust kõnekahjustusest. Afaasia rohib! Ka Sina ja Su lähedased saavad antud kampaanias osaleda. Selleks ole hea ja kaunista ära üks kivike! Kirjuta sinna teemaviide #RockingAphasia, peida kivi kuhugi käidavasse kohta, tee sellest pilti, postita see oma sotsiaalmeedia konto ajajoonele, kasuta teemaviidet #RockingAphasia ning jäta kivike uudishimulikke silmapaari ootama.



Pildil: kaunistatud kivikesed kirjaga afaasia.

Eesti Afaasialiidu ja RockingAphasia liikumine kodulehtedelt saab täiendavat informatsiooni kõnekahjustuse kohta.

## AIA tegemised

Eesti Afaasialiit kuulub Rahvusvahelisse Afaasiaga Inimeste esindusorganisatsiooni AIA. Esmaspäeval osalesid Eesti delegaatidena Maia Mettis ja Raili Vaidlo järgmise aasta afaasiaga inimeste konverentsi ettevalmistaval koosolekul, kus ühtekokku osales 19

inimest nii Euroopast kui Põhja- ja Lõuna-Ameerikast.



Pildil: kuvatõmmis AIA zoomis toimunud koosolekust.

Tegemist oli mitmekeelse organisatsioorse koosolekuga, kus otsustati, et esialgu selle aasta sügisel Argentiinas toimuva pidanud AIA kongress lükkub 2025.a märtsisse ja toimub Prahast rohkete eurooplaste soovidele vastu tulles. Samuti arutleti käsitletavate teemaderingi üle. Meie Maiaga andsime edasi Eesti poolset mõtet. Nimelt soovime, et rohkem räägitaks ja arutletaks järgmistel teemadel:

- Enesekindluse säilitamisest pärast afaasiat, parimad soovitused.
- Riigi tugi afaasiaga inimestele (Eesti näide Afaasialiidu, EPIKoja ja Häirekeskusega koostööst, kuidas 112-le helistamine muuta afaasiaga inimestele ligipääsetavamaks)
- Kuulmislangus ja afaasia -
- Logopeedilise teraapia kättesaadavus ja tõhusus – mida ja kuidas muuta?! Parimad näited maailmast, riikide võrdlus.

Kindlasti anname märku, kui konverentsi kuupäevad on kinnitatud. Tõenäoliselt tuleb konverents

hübriidses vormis, mis tähendab et osaleda saab nii silmast silma kui ka veebi vahendusel. Eesti Afaasialiit korraldab sel puhul kindlasti veebi vahendusel ühisosalemise.

### 33. hooaja algus

---

Klubiüritused lähevad suvepuhkusele. Sügishooaega alustame **5.09** ikka Pesarimajas, **kl 10.00**. Rõõmustame taasnägemise üle ja jagame suvel kogetud muljeid.

Täpsem ajakava ja klubiteemad täpsustuvad suve jooksul. Kuid nagu juba tavaks on saanud, siis kohtume Pesarimajas üle nädala neljapäeviti.

### Virtuaalne kõnekohvik

---

Virtuaalne kõnekohvik läheb suveks pausile, et koguda mõtteid ja muljeid. Osalejatele soovitame neti asemel koguda suve jooksul silmast silma kohtumisi ja kultuuri- ning maitseelamusi. Veebi vahendusel saame taas kokku **12.09.2024 kl 10.00 – 11.00**. Kui sul on mõni huvi pakkuv teema, siis praegu on sellest paras aeg Railile märku anda. Teemadering saab täiendust suvel. Nii nagu eelneval aastal toimub veebikohvik üle nädala neljapäeviti, ühenduda saab lingilt: [Afaasialiidu veebikohvikusse](#)

### Annetused

---

Suur aitäh, meie esimestele püsiannetajatele! Püsiannetaja on inimene, kes on otsustanud toetada Afaasialiitu iga kuu kindla annetussummaga. Eesti Afaasialiit on

kantud tulumaksusoodustusega organisatsioonide nimekirja, mis tähendab, et eraisik saab igalt annetuselt taotleda tulumaksu tagasi. Siinjuures on oluline, et ülekande tegemisel lisaksite oma isikukoodi ülekande selgituse lahtrisse. Annetaja isikukood ja annetussumma edastatakse meie poolt Maksu ja Tolliametile ning see kajastub eeltäidetud tuludeklaratsioonis.

Tänu teile saame pakkuda rohkem tegevusi kõnekahjustusega inimestele!

Kui ka sina soovid liituda Afaasialiidu püsiannetajate perega, siis:

**Eesti Afaasialiit**

**a/a SEB EE581010022010065003**

---

### Vajadusel võtke meiega ikka ühendust!

Kui sul on millegi vastu huvi, häid soovitusi jagada või soovid küsida, siis allpool on kontaktid, võta julgelt ühendust!

### Aitäh, et lugesid ja huvi tundsid!

Eesti Afaasialiit  
Kase 25a, Tallinn

Raili 5179 869

Külli 5566 3494

Anu 5383 1389

[info@afaasia.ee](mailto:info@afaasia.ee)

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

<https://www.facebook.com/afaasialiit/>

