



- 33. hooaeg:
Klubi
Keraamikaring
Virtuaalkohvik
- Afaasialiidu liikmemaks
- Toimetamistest
Pesarimaja superaias
- Patsientide
hariduspäev
- AIA koosolek
- Omastehooldusest
- Annetused
- Pildigalerii suvistest
tegemistest



Pildil: Andrus Pesarimaja aias
suvikõrvitsaid imetlemas

Algab 33. hooaeg!

Päikeseline suvi on mööda saamas, õhk õunalõhnast paks ja hommikune kaste püsib varalõunani. See annab aimu, et taas saab Pesarimajja tubasemate tegevustega aega veetma tulla.

Number 33 ei ole naljaasi! Rahvakeeli juudi juubel, mis tähendab, et tuleb hea kärtsu ja mürtsuga pihta hakata.

33. hooaega alustame Pesarimajas 5. septembril kl. 11.00-14.00. Suur soov on seda veeta aias!

5. septembril kl 11-14 hooaja avaiäritus! Ikka Pesarimajas

**Ootame ilusat ilma ja rõõmsat
taaskohtumist!**

**Anna oma osalemisest palun 2.
septembriks teada!**

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

33. hooaeg

Hooaeg läheb lahti 5. septembril.

Klubipäevade hommikupoolikud sisustame keraamika töötoas ja köögis ning saalis erinevate aju turgutavate tegevutega. Lahendame erinevaid ülesandeid: keel, kõne, loogika, mõtlemine, tähelepanu, loovus. Kui on soovijaid, mängime lauamänge. Tegeleme regulaarse mälu- ja mõtlemisülesannetega. Õpime leidma loovaid lahendusi probleemidele ja olukordadele.

Üldhariduslikku seminari, mis iga klubipäea juurde kuulunud, avame pisut teisiti. Aade peab hoolitsema oma tervise eest ja täitma vanaema kohustusi, mistõttu näeme teda Pesarimajas harvem. Aga seda suurem on rõõm, kui ta meie juurde tulla saab. Raili on siiski mõned teemad ette valmistanud ja kõik saavad võimaluse kaasa rääkida.



Allpool klubipäevade toimumisajad:

Tegevused toimuvad **kl 10.00 – 14.00.**

5.09 avaüritus

19.09 Tunne ära halvaloomuline nahakasvaja!

3.10 Olen kriisiks valmis!

17.10 Jalgade tervis

31.10 Dementsuse riskitegurid

14.11 Hommikune suukuivus! Millal muretseda?

28.11 Säilitame füüsilist aktiivsust

12.12 jõuluüritus

Virtuaalse kõnekohviku toimumisajad:

Nii nagu eelneval hooajal, toimub veebikohvik üle nädala neljapäeviti, kl 10.00-11.00

ühenduda saab lingilt: [Afaasialiidu veebikohvikusse](#)

12.09 Kuidas läks Sinu suvi?

26.09 Nahakasvajatest

10.10 Kas oled kriisiks valmis?

24.10 Jalgade tervis

7.11 Dementsuse riskitegurid

21.11 Füüsilise aktiivsuse olulisus

5.12 Naeruteraapia

12.12 jõuluüritus – tule kohale vastavalt ürituse kutses olevale infole.

Veel saab tulla aiatööd nautima. Täpsemat infot vaata aiatööpäevi tutvustavast infolõigust.

29.08; 5.09; 12.09; 19.09

26.09 - lõpuseminar

Liikmemaks

Eesti Afaasialiit annab teada, et 13. juuni üldkoosolekul otsustati, et **liikmemaks on 5€/aastas.** Liikmemaksu **maksmise tähtaeg** on **aastakoosoleku** toimumise **päev** (kevadine aastaaruande kinnitamise koosolek).

Liikmemaksu saab tasuda kohapeal sularahas või arveldusarvele:

Eesti Afaasialiit

a/a SEB EE581010022010065003

Selgituseks kirjutada oma nimi, liikmemaks ja aasta, mille eest tasuta soovitakse. Uus kord hakkab kehtima uuest kalendriaastast. Meie suur tänu neile, kes on liikmemaksu tasunud ka ilma meeldetuletuseta!

Afaasialiidu superaed

Ilus suvi ☀️ hakkab ennast koomale tõmbama, et anda ruumi saabuvale

sügisele 🍁. Päikesekaar on juba tuntavalt madalam, pihlakad

punetavad ja 🍄 metsad on seeni täis.

Pesarimaja kogukonnaaia projekt sätib end lõpusirgele.

Käes on aeg koguda küpsete viljade 🥒

🌿 saaki ja väärtuslike kogemuste pagasit.

Terve suve oleme neljapäeviti oma aias tööd teinud ja üksteise seltsi 👧👦 nautinud.

Oleme istutanud, rohinud, kastnud, niitnud, trimminud, lõiganud ja saaginud, koristanud ja värvinud.... ja mis peamine - nautinud, vestelnud ja veel kord nautinud! Koos on tore, koos on hea, koos saab kõik tehtud.

Suur tänu kõigile ❤️, kellel on olnud võimalik meie aiatöö päevadel osaleda.

29. augustil oleme taas aiatööl!

Septembri neljapäevadel ka. Ikka alati kell 10.00.

Septembris on algamas ka meie tavaline hooaeg, aga ega üks teist ei sega ega välista. Usutavasti peaksite neil päevil saama oma postkastidesse infolehe, kus on täpsemalt kirjas millal Pesarimajas algava hooaja üritused toimuvad.

Külli annab juba etteulatavalt teada, et lisaks regulaarsetele aiatööpäevadele häälestage ja planeerige oma aeg ka Tallinna linna toetatud projekti

"Afaasiarahva kogukonnaaed" lõpuüritusteks, mis toimub **26. septembril kella 10 - 14- ni**.

Sellele üritusele on väga oodatud kogu meie afaasiarahvas ja muidugi teie head lähedased, pereliikmed, sõbrad.

26. september 2024



kell 10 - 12 TALGUD:

* Saagi ja aia koristus, tööriistad talvekorterisse.



kell 12 - 13 SEMINAR



- * toidud omakasvatatud köögiviljadest
- * aiasaaduste hoidistamine ja säilitamine
- * maitsetaimede kasutamine ja säilitamine
- * aed hea tervise teenistuses!



kell 13 - 14



TÄNUÜRITUS, projekti pidulik lõpetamine



Peatse kohtumiseni, head sõbrad!



Pildil: talgud 19.mail 2024



Pildil: aiaelu 1. augustil 2024

12. september Patsiendi hariduspäev

Eesti Puuetega Inimeste Koda ja Ravimitootjate Liit korraldavad 12.09.2024 kell 11:00 - 15:00 Eesti Puuetega Inimeste Kojas kohapeal (Toompuiestee 10, Tallinn) ja veebi ülekandena Patsiendi hariduspäeva **Patsientide hääl: "Kuidas päriselt abi saada?"**



Peamisteks teemadeks on patsientide toetamine, kuidas saada abi, kui mul on haigus, mille tõttu on vaja võtta erinevaid ravimeid, ravimite kõrvaltoimed ja nende leevendamine omakorda lisaravimitega, eriarsti juurde keeruline aega saada - kes aitab, et ma ei jääks üksi oma muredega.

Täpsem info ja registreerimine siin: [Patsiendi hariduspäev](#).

Katuseorganisatsioon AIA tegemised

Eesti Afaasialiit kuulub Rahvusvahelisse Afaasiaga Inimeste esindusorganisatsiooni AIA. Raili ja Maia Mettis Tartu afaasiaga inimeste kogukonnast osalevad Eesti delegaatidena järgmise aasta afaasiaga inimeste konverentsi ettevalmistavatel

koosolekutel. Konverents on plaanitud toimuma 2025.a 11. ja 12. märtsil Tšehhi pealinnas Prahas.

Järgmiseks ettevalmistavaks koosolekuks peab iga delegaatriik koostama esitluse ja tooma välja ideid teemadel

- Teadlikkuse tõstmine afaasiast ühiskonnas ja/või perekonnas
- Psühholoogilised muutused afaasia tekkimise järgselt
- Enesekindlus ja enese kehtestamine pärast afaasia tekkimist
- Logopeedilise teraapia kättesaadavus ja tõhusus.

Antud teemade üle arutame septembri alguses nii Pesarimajas kui ka veebikohvikus, et kõlama jääks eesti afaasiaga inimeste mõtted ja vaated.

Seega kutsun kõiki üles, kelle jaoks on oluline oma arvamust avaldada, jagama minuga mõtteid ja ideid kuni **12. septembrini** kas kohtumistel, meili või telefoni teel.

Siis saame Maiaga tutvustada Eesti mõtteviisi ülejäänud maailmale.



Pildil: kuvatõmmis 3.06. 2024 AIA zoomis toimunud koosolekust.

Omastehoolduse infopunkt pakub nõu ja abi

Edastame Eesti Puuetega Inimeste Koja pressiteate augusti algusest.

Eesti Puuetega Inimeste Koja eestvedamisel on valminud omastehoolduse infopunkt <https://omastehooldusest.ee>, kust leiab nõu ja abi omastehoolduse teemadel.

Uus veebikeskkond on suunatud kõikidele omastehooldajatele, hooldusvajadusega inimestele, valdkonna spetsialistidele ning ka kõigile neile, kes soovivad oma omastehooldajast sõpra toetada või hooldusvajadusega inimesele abiks olla.

Eesti Puuetega Inimeste Koja tegevjuhi **Maarja Kraisleoski** sõnul näitavad erinevad uuringud ja ka praktika, et pahatihti omastehooldaja rolli sattunud inimesed ei tea enda ega oma lähedase õiguseid ega võimalusi. Infot on küll mitmete riigiasutuste ja ka kolmanda sektori esindajate veebilehtedel, kuid see on killustunud ega anna terviklikku ja vajalikku ülevaadet. Seetõttu on ka infot keeruline leida.

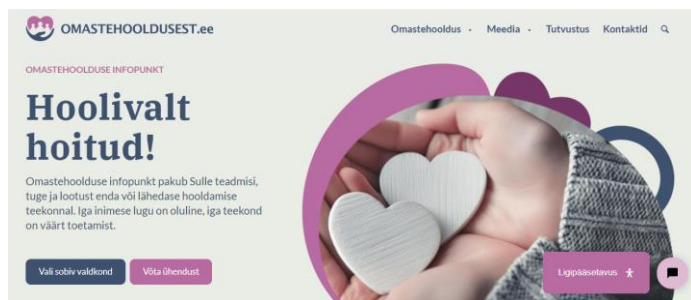
Aastal 2022 Sotsiaalministeeriumi poolt tellitud Elanikkonna hoolduskoormuse uuringu kohaselt tunnevad omastehooldajad vajadust täiendava info järgi-omastehooldajatele mõeldud koolitustel või kursustel on osalenud vaid 9% hooldajatest. Hooldamisega seotud koolitustest või täiendavast

teabest tunneb puudust 70% suure hoolduskoormusega vastanutest.

Sotsiaalkaitseminister **Signe**

Riisalo sõnul on pereliikmete roll oma lähedaste hooldamisel suur nii Eestis kui mujal maailmas. Euroopa omastehooldajate ühenduse EuroCarers hinnangul on ligi 80% hoolduskoormusest Euroopa Liidus omaste ehk abikaasade, sugulaste ja sõprade kanda ning see töö on harilikult tasustamata.

„Omastehooldajate toetamise eesmärk on vähendada hoolduskoormusest tingitud negatiivset mõju nende tervisele ning sotsiaalsele ja majanduslikule toimetulekule. Selleks tuleb omastehooldajatele tagada tingimused inimväärseks toimetulekuks, taastumiseks ja ühiskonnaelus osalemiseks, võimaldades neile muuhulgas nõustamist, toetavaid teenuseid ja programme ning koolitusi.



Valminud veebikeskkonna eesmärgiks on kasvada Eestis tuntud ja tunnustatud infopunktiks, kus jagatakse omastehoolduse teemadel asjakohast infot, suurendatakse teadlikkust ja antakse tuge ka reaalajas. Lisaks sellele aitab keskkond kaasa hoolduskoormusega inimeste koondumisele ja võrgustumisele, mis omakorda loob eeldused täna Eestis

puudu oleva hoolduskoormusega inimeste huvikaitse võrgustiku tekkeks“ sõnas Riisalo.

Eesti Puuetega Inimeste Koja tegevjuht Maarja Kraiss-Leosk: "Omastehooldaja rolli täitmine eeldab lisaks oma lähedase hooldamisele, tema vajaduste teadmisele, tihtilugu ka vajaduste aimamisele, head ülevaate omamist enda ja lähedase õigustest ning võimalustest. Liiga sageli tunnevad omastehooldajad end üksi. See ei tohiks nii olla. Tuge on võimalik saada kohalikul omavalitsuselt, riigilt Sotsiaalkindlustusametilt, Töötukassa ja Tervisekassa kaudu, aga ka sarnase kogemusega inimestelt, neilt, kel käidud või käimisel lähedase hooldamise tee. Kindlasti on abiks laiem perekonnaring, sõbrad, kolleegid, tööandjad, kohalik kogukond ja tegelikult teadlik ühiskond tervikuna. Loodan, et infopunkt pakub teadmisi, tuge ja vajalikku infot ning lihtsustab veidigi omastehooldajate igapäevast toimetulekut. Omastehooldajad täidavad kohati rasket, üksluist, kurnavat ja mahukat, aga ka ilusat ja südamlikke hetki pakkuvat äärmiselt tähtsat rolli, pakkudes oma abivajajale lähedasele sooja, turvalist ja väarikat hooldust. See ei ole iseenesestmõistetav. Omastehooldaja, Sa oled väga väärtuslik. Oleme Sinuga."

Hoolduskoormuse uuringu andmetel on hooldamisega tegelevate inimeste arv Eestis vahemikus 159 500–180 300 inimest, kellest ligi pooled abistavad oma hooldatavat enesehooldus- või hügieenitoimingutes või regulaarsetes tervisetöimingutes.

Omastehoolduse infopunkti loomist rahastatakse koostöös Sotsiaalministeeriumiga Euroopa Sotsiaalfondi toetuse andmise tingimuste “Pikaajalise hoolduse kättesaadavuse ja kvaliteedi parandamine” raames.

Annetused



Suur aitäh, meie selle poolaasta annetajatele! Aitäh suurannetaja Eha ja tütar Ann, aitäh Eevi tütar Pillele, aitäh Maiale, aitäh Urmasele, Hellele ja Erikule Lisaks aitäh kõigile sularahas annetajatele: Andrusele, Pilviale-Toomasele, Reenale, Siimule ja neile, kes veidi lisaraha kassasse on potaud!

Tänu teile saame pakkuda rohkem tegevusi kõnekahjustusega inimestele!

Kui ka sina soovid liituda Afaasialiidu annetajate 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

www.afaasia.ee

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

Pildigalerii:



Pildil: Afaasialiidu teadlikustamise kivid Russalka juures.



Pildil: Afaasialiidu juhatus 1.augustil 2024, pildistab Andrus, puudub tervisevetel viibiv Henri.



Pildil: Usinad aiaelu eest hoolitsejad



Pildil: Endised sõjapõgenikud- Pesarimaja üürilised Afaasialiidul külas.