

VIRU-NIGULA VALLA

TEATAJA

JAANUAR 2018

VIRU-NIGULA VALLAVALITSUS

Aadress: Kasemäe 19, Kunda, 44107, Lääne-Virumaa
Üldtelefon: 325 5960

Avatud
E, T, K, N 08.00-17.00; R 08.00-15.00

Kodanike vastuvõtt
T 08.00-16.00; K 08.00-17.00

Maakorraldaja vastuvõtt
E, T 08.00-16.00

Vallavolikogu ja vallavalitsuse istungite protokollidega saab tutvuda www.viru-nigula.ee

01.01.2018 seisuga on Viru-Nigula vallas 5980 elanikku.

TASUB TEADA

Peremehetu ehitise hõivamine

Viru-Nigula vallavolikogu võttis oma 21. detsembril 2017 toimunud istungil vastu otsuse nr 39 „Peremehetute ehitiste hõivamine ja arvele võtmine“. Selle otsusega võeti peremehetu ehitisena arvele kolm 8-korterilist elamut Kunda linnas. Mäe tn 4 (ehitusregistri kood 108004362), Mäe tn 4a (ehitusregistri kood 108004222) ja Mäe tn 6 (ehitusregistri kood 108004363) asuvad elamud ja üks kõrvalhoone on tulekahjus oluliselt kannatada saanud, lagunened ja muutunud kasutamiskõlbmatuks. Sellised hoolitsemata, omanikuta hooned ja nende ümbrus rikub oluliselt Kunda linnapilti. Hooned on muutunud ümbruskonnale ohtlikuks, sest hoonetesse on vaba sissepääs, mis võib luua tingimused uue tulekahju tekkeks. Sellise olukorra likvideerimiseks tuleb hooned tunnistada peremehetuks ja lammutada.

Viru-Nigula Vallavalitsus annab teada, et on 05.01.2018 avaldanud Ametlikes Teadaannetes peremehetu ehitise hõivamise teate. Teadaanne avaldatakse Vabariigi Valitsuse 08.08.1996 määruse nr 211 “Peremehetu ehitise hõivamise korra kinnitamine” punkti 9 alusel.

Viru-Nigula Vallavalitsus teatab, et on võtnud arvele peremehetu ehitisena Viru-Nigula vallas, Kunda linnas:

1. Mäe tn 4 asuva 8-korterilise elamu korterid 1, 3, 4, 5, 6, 7, 8;
2. Mäe tn 4a asuva 8-korterilise elamu korterid 1-8 ja kuur;
3. Mäe tn 6 asuva 8-korterilise elamu korterid 1-8.

Viimane teadaolev omanik oli: Mäe 4 krt 1 Helju Mitrofanova, krt 3 Inna Timofejeva, krt 4 Aleksei Borisov, krt 5 Zinaida Malõševa, krt 6 Igor Dmitrijev, krt 7 Johannes Kureküla, krt 8 Uno Nõmme; Mäe 4a krt 1 Aleksander Ivanov, krt 2 Ülo Mesi, krt 3 Kersti Leppik, krt 4 Aarne Laubholts, krt 5 Sofia Jonas, krt 6 Priit Kull, krt 7 Anatoli Abramov, krt 8 Nikolai Petrov; Mäe 4a kuur - omanik ei ole teada; Mäe 6 krt 1 Randel Darsch, krt 2 Lääne Kinnisvara Osühing, krt 3 Ellen Koppel, krt 4 Pille Priks, krt 5 Kristina Suprunova, krt 6 Kalju Veski, krt 7 Kalju Veski, krt 8 Silvi Klimenko. Vastuväiteid ehitise peremehetuse või selle kohaliku omavalitsuse poolt hõivamise kohta palume esitada kirjalikult Viru-Nigula Vallavalitsusele aadressil Kasemäe 19, Kunda linn, Viru-Nigula vald, 44107 Lääne Virumaa või e-posti aadressil vallavalitsus@viru-nigula.ee kahe kuu jooksul käesoleva teate avaldamisest Ametlikes Teadaannetes.

TÄNUAVALDUS

Aseri Rahvamaja tänab aastavahetuse ilutulestiku toetajaid:

Einar Vallbaum, Mihkel Simoniš MS Teenused OÜ, Koit Nagel, MY Magic OÜ, MTÜ Lille Turvakodu, Oleg Gorbanjov FIE.

Hea vallarahvas!

Elame muudatusterohkel ajal, sest infotehnoloogia areneb kiiremini, kui oodata oskame. Mäletame selgelt aega, et sõbraga sai ühendust vaid siis, kui talle külla läksid. Praegusel ajal pole imestamistväärt kui kolleegile kõrvaltuppa SMSi saada või läbi sotsiaalmeedia koosoleku kokku kutsud. Selline ajajärk mõjutab tugevalt ka inimesi ja nende käitumismustreid.

Ka valla tasandil on palju

muudatusi. Haldusreform on meie kõigi jaoks uus ja strateegilist lähenemist nõudev muutus. Printsip on lihtne - tagada parim avalike teenuste kättesaadavus. Iga kodanik on tähtis ning probleemidega kursisolek ja avatud informatsioon tagavad õiged lahendused. Haldussuutlikkus ja kohanemisvõime on muudatuste juures olulisteks märksõnadeks. Anname endast parima, et elu vallas edeneks. See protsess nõuab

palju tööd, tihedaid läbirääkimisi, ettevõtluse arendamise strateegiat, probleemkohtade kõrvaldamist ning koostööd erinevate sektorite ja üksuste vahel. Loodan, et igaüks teist aitab kaasa, olgu selleks kasvõi tahe parimaks saamisenesse.

Soovin, et märkaksite enda ümber toimuvat ja oleksite üksteise vastu hoolivamad. Vahel piisab pisikestest tähelepanekutest, nagu näiteks kolleegile ukse avami-

ne või kommipaberi tänavalt üleskorjamine.



TEIE EINAR VALLBAUM
VALLAVANEM

Viru-Nigula valla spordijuht on Ainar Sepnik

Käesoleva aasta jaanuarist on uue Viru-Nigula valla spordijuhi ülesannetes Ainar Sepnik, kes on sündinud ja kasvanud Viru-Nigula vallas.

Alghariduse on ta saanud Vasta Põhikoolis, lõpetanud Rakvere Gümnaasiumi majanduse õppesuunal ning kõrghariduse omandanud Lääne-Viru Rakenduskõrgkoolis kaubandusökonoomika erialal.

Uus spordijuht on aktiiv-

ne ja sportlik, võtnud osa väga paljudest võistlustest, nooruses tegelenud aktiivselt pallimängude, suusatamise ja kergejõustikuga. Viimastel aastatel on lemmiktegevuseks erinevatel rahvajooksudel osalemine, sh pool- ja täismaratonidel. Pärast kõrgkooli lõpetamist on ta olnud tegev ettevõtluses ja elanud igapäevaselt Tallinnas. Seoses uue ja vastutusriikka väljakutsega on tänane spordijuht tulnud

tagasi koduvalda.

Viimased kaheksa aastat Viru-Nigula rahvajooksu korraldajana tegutsenud Ainar Sepnik soovib anda enda panuse, et uute piiridega Viru-Nigula valla spordielu oleks hästi organiseeritud.

„Peame tegema ühiselt koostööd ja pingutama, et meelitada rohkem inimesi meie spordiüritustele. Laiem eesmärk on kogu valla tutvustamine läbi erinevate

ürituste. Meil on suurepärasel seisus spordikompleksid — peame need paremini tööle panema. Üks 2018. a eesmärkidest on korraldada Viru-Nigula valla jooksusari, mis koosneks kolmest etapist - Kunda Linna jooks, Viru-Nigula rahvajooks ja Aseri Savijooks,“ selgitas vastne spordijuht oma visioone.

VIRU-NIGULA TEATAJA

VIRU-NIGULA VALLAVALITSUSE KONTAKTANDMED

NIMI	AMET	E-POST
Einar Vallbaum	Vallavanem	einar.vallbaum@viru-nigula.ee
Raido Tetto	Majandusvaldkonna juht	raid0.tetto@viru-nigula.ee
Krista Engelbrecht	Vallasekretär	krista.engelbrecht@viru-nigula.ee
Merike Trumm	Haridusjuht	merike.trumm@viru-nigula.ee
Ainar Sepnik	Spordijuht	ainar.sepnik@viru-nigula.ee
Keio Soomelt	Kultuuri- ja noorsootööjuht	keio.soomelt@viru-nigula.ee
Pille Kajar	Vallakantselei juht	pille.kajar@viru-nigula.ee
Tiina Tamberg	Volikogu sekretär	tiina.tamberg@viru-nigula.ee
Inna Leppikus	Dokumendihaldusspetsialist	inna.leppikus@viru-nigula.ee
Kätlin Soomer	Registripidaja-sekretär	katlin.soomer@viru-nigula.ee
Eve Ojala-Bakradze	Arendusjuht	eve.ojala-bakradze@viru-nigula.ee
Meeli Eelmaa	Avalike suhete spetsialist	meeli.eelmaa@viru-nigula.ee
Alexey Demin	IT-spetsialist	alexey.demin@viru-nigula.ee
Helen Ruberg	Finantsjuht	helen.ruberg@viru-nigula.ee
Egle Järvepere	Vanemraamatupidaja	egle.jarvepere@viru-nigula.ee
Liina Naaber	Raamatupidaja	liina.naaber@viru-nigula.ee
Mare Roov	Raamatupidaja	mare.roov@viru-nigula.ee
Sirje Pärn	Raamatupidaja (töötab TL alusel)	sirje.parn@viru-nigula.ee
Viivi Murakas	Maakorraldaja	viivi.murakas@viru-nigula.ee
Mare Pajupuu	Maakorraldaja (töötab TL alusel)	mare.pajupuu@viru-nigula.ee
Marit Laast	Planeerimis- ja maakorraldusspetsialist	marit.laast@viru-nigula.ee
Sirje Liiskmaa	Keskkonnaspetsialist	sirje.liiskmaa@viru-nigula.ee
Vladimir Kruzman	Vallavara- ja järelevalvespetsialist	vladimir.kruzman@viru-nigula.ee
Annika Kapp	Sotsiaalvaldkonna juht	annika.kapp@viru-nigula.ee
Anne-Ly Nõmmiste	Sotsiaaltöõspetsialist	annely.nommiste@viru-nigula.ee
Helgi Luik	Lastekaitsespetsialist	helgi.luik@viru-nigula.ee
Liivi Vares	Sotsiaaltöõspetsialist	liivi.vares@viru-nigula.ee
Kaja Sander	Sotsiaaltöõspetsialist	kaja.sander@viru-nigula.ee
Mall Talts	Sotsiaaltoetuste menetleja	mall.talts@viru-nigula.ee

Vallavalitsuse ametnike täpsemad kontaktid leiad www.viru-nigula.ee

PERSOONILUGU

Aseri Kooli
uhkus on ajalootuba

Aseri Kool näeb välja nagu ikka üks tavaline telliskivist koolimaja. Veel aastaid tagasi tegutses kool gümnaasiumina, aga täna vaid põhikoolina. Kooliga ühes majas on lasteade.

Kuid selle tavalise maja territooriumil on üks imeiline, võiks ütelda maagiline ruum. Täna on selle toa nimi Aseri Kooli ajalootuba. Tulevikus võiks sealsamas paikneda kogu valla ajaloomuuseum - niivõrd täiuslik ja huvitav on see kooslus.

Kodu pole täiuslik ilma pererahvata ja ka see tuba poleks nii ilmekas ilma proua Lea Karjata. Kindlasti on märgata, et armas vanaproua on pannud sellesse tuppa oma hinge. Igal tükil paberil, raamatul ja riidesemel on oma suur lugu, mida Lea oskab väga huvitavalt jutustada. Ajalootuba külastuseks on vaja varuda aega vähemalt kolm tundi - elamus on garanteeritud.

Prouale on seltsiks igavene õpilane Oss Abitudi (pildil), kes istub koolipingis juba aastast 1978.

Ajaloolisi materjale hakkasid lapsed korjama seoses koolis tegutsenud tuletõrjeringiga. Ringis osalemise üheks osaks oli vanade majade külastamine ning nii need esemed ajalootuppa tulidki. Aseri Kool tegutseb aastast 1905 ja sellest ajast kuni tänapäevani on olemas täiuslik kooli ajalugu.

Täna on lahked ümbruskonna inimesed ka ise huvitavaid ajaloolisi esemeid toonud, ruum jääb toodud asjadele kitsaks. Kindlasti on ajalootuba vaatamisväärsusteks näiteks aabits aastast 1948 või venekivi tükk, mis on üle 4000 aasta vana. Poistele pakuvad huvi Saksa sõdurite kiivrid, vanad raadiod ning telefonid. Tüdrukutele jällegi on huvitav vaadata vana hälli (möödunud sajandi algusest), eelmise sajandi koolivorme, vanaaegseid nõusid ja palju muudki.

Proua Lea Karjal on ka endal vahva hobi - ta kogub filmikuulsuste fotosid. Olete oodatud ajaloolisele retkele! Täpsem info Aseri Koolist.

VIRU-NIGULA TEATAJA

TASUB TEADA

Aseri Kooli
ootused uuel aastal

2017. aasta on toimekas koolimajas lennanud linnutiivul. Pärast uue aasta saabumist on aeg hetkeks tagasi vaadata. Koolielu on kulgenud ikka õppimise ja teadasaamise vaimus. Samas on 2017. aasta kevadest meil kõigil enim kõlanud fraas - varsti algab remont.

Suvel remont algaski. Lasteaed sai uued ruumid. Aasta viimastel päevadel käis kibekiire kolimine uutesse soojadesse rühmaruumidesse. Meie kooli lasteaia rühmad alustasid jaanuaris tööd uutes, soojades ja valgusküllastes ruumides.

Põhikool on üle elanud sügise remonditöid ja müra, kolinud remonti minevast koolihoone osast hoone põhiosasse. Aseri koolimaja juurdeehitus on planeeritud uued ruumid põhikoolile. 2018. aasta on meie kooliperele täis ootusi ja ka kannatlikust. Peame hakkama saama ruumikitsikuses ja tegutsemiseks nuputama leidlikke lahendusi, aga nagu me ise ütlemme — helge ja ilusa tuleviku nimel kannatame ära.

Soovime meie uue valla ametnikele, kes meie põhikooli projektiga tegelevad, edu, sihikindlust ja eestlaslikku visadust probleemide lahendamisel.

Aseri Kool soovib kõigile Viru-Nigula valla elanikele edukat ja õnnelikku 2018. aastat!

EHA POLLUKS
ASERI KOOLI DIREKTORVIRU-NIGULA VALLA
TEATAJAVÄLJAANDJA:
Viru-Nigula vallavalitsus
Kasemäe 19, Kunda 44107
www.viru-nigula.eeTrükkikoda:
Printall ASTiraaž:
3000

Reklaami tellimine: reklaam@viru-nigula.ee

Toimetaja:
Meeli EelmaaKeeletoimetaja:
Seidi Lamus-TšistotinKüljendaja:
Marimai Kesküla

Maksumuudatused aastal 2018

Tulumaksuvaba miinimum tõuseb 500 euroni kuus.

Muudatuse mõjul suurenevad sissetulekut rohkem kui 500 000 inimesel. Kuni 1200 eurot teeniv inimene saab praeguse korraga võrreldes kuus rohkem kätte kuni 64 eurot ja aastas kuni 768 eurot lisatulu. Alates 1200-eurosest brutopalgast hakkab 500-eurone maksuvaba tulu langema, kuni jõuab 2100-eurose brutopalgaga juures nulli. Rohkem infot MTA www.emta.ee/et. Vaata ka tulumaksuseadus.ee

Füüsilisest isikust ettevõtjate (FIE) maksustamine muutub lihtsamaks.

Muudatuste eesmärk on soodustada FIE-na tegutsemist, luues neile äriühin-

guga sarnase maksuõigusliku keskkonna. Näiteks saavad FIE-d arvata ettevõtlustulust maha vastuvõtu- ja reklaamikulud ning tasutud sotsiaalmaksu. Muudetud on kahjumite edasikandmise ja välisriigis teenitud ettevõtlustulu tulumaksuga maksustamise reegleid ning ettevõtlustulult sotsiaalmaksu tasumisele on seatud ülempiir. Seadus muudab paindliku maks sotsiaalmaksu miinimumkohustuse ja avansilise makse arvestamise reegleid ning võimaldab FIE-l maha arvata tervise edendamise kulusid ja lähetuse päevarahatulu ulatuses välislähetuses olles toitlustamiskulusid. Vaata ka tulumaksuseadus, sotsiaalmaksuseadus.

Tööandja saab maksu-

vabalt hüvitada **kulutused töötaja tervise edendamiseks** 100 euro ulatuses kvartalis. Selliste kulude hulka kuuluvad treeningpaiga kasutamise kulud, spordirajatiste ülalpidamiseks vajalikud kulud, kulud taastusravi teenustele ning avalike rahvaspordiürituste osavõttutase.

Täna on enamik töötajate tervise edendamiseks tehtavatest kuludest käsitatavad erisoodustusena ning maksustatakse seetõttu tulu- ja sotsiaalmaksuga. Sellist maksukoormust peetakse kõrgeks ja üheks peamiseks põhjuseks, miks tööandjad ei soovi töötajate tervist edendavatesse tegevustesse rohkem panustada. Vaata ka tulumaksuseadus.ee

Kaob abikaasade ühis-

deklaratsioon. Samas tekib abikaasadel võimalus teatud ühiseid kulutusi jagada. Mit-tetöötava abikaasa eest on ette nähtud täiendav maksuvabastus kuni 2160 eurot aastas, kui ühine tulu jääb alla ettenähtud piirmäära. Muudatus puudutab juba 2017. aasta tulude deklaratsioonimist 2018. aasta alguses. Vaata ka tulumaksuseadus.ee

Elamuasemelaenu intresse on 2017. aasta tuludeklaratsiooni täites lubatud maha arvata kuni 300 eurot inimese kohta. Vaata ka tulumaksuseadus.ee

Pangahoiuste intressidele hakkab kehtima tulumaks. Vaata ka tulumaksuseadus.ee

Miks ma loobusin Viru- Nigula
vallavolikogu liikme kohast

Võlgnen selgituse oma valijatele, miks loobusin Viru-Nigula vallavolikogu liikme kohast ning asusin tööle Haljala vallavalitsuse järelevalveametnikuna.

2017. aasta kohalike volikogude valimistel osutasin Keskerakonna nimekirjas valituks Viru-Nigula vallavolikogusse.

Kohaliku omavalitsuse korralduse seadus § 18 lg 1 p 6 alusel lõppevad volikogu liikme volitused ennetähtaegselt, kui valituks osutunu valitakse sama valla kohaliku omavalitsuse ametnikuks. Tulenevalt

eeltoodust pidin otsustama, kas jätkata ametnikuna Viru-Nigula vallavalitsuses järelevalveametnikuna ning loobuma volikogu liikme kohast või jääda Viru-Nigula vallavolikogu liikmeks ning jätkata järelevalveametnikuna Haljala vallavalitsuses. Koalitsiooniläbirääkimiste käigus oli vallavanema kandidaadiga arutlusel ka minuga seonduv, kas lähen volikogusse või jätkan ametnikuna Viru-Nigula vallavalitsuses. Vallavanema kandidaat Einar Vallbaum kinnitas, et järelevalveametniku ameti-

koht jääb Viru-Nigula vallavalitsuse struktuuris alles ning seetõttu pärast valimiste väljakuulutamist võtsin vastu otsuse, et lõpetan enne tähtaega oma volikogu liikme volitused ja volikogus jätkab minu asendusliige.

Novembris teatas mulle vallavanem Einar Vallbaum, et vallavalitsuse struktuuri tuli muudatus ning järelevalveametniku ametikoha nimetus muudeti vallavara- ja järelevalvespetsialistiks, millega kaasnevad täiendavad tööülesanded.

Paraku ei jõudnud me vallavanemaga tööülesannete

ja palga osas kokkuleppele ning pärast seda võtsin vastu otsuse, et ei saa jätkata Viru-Nigula vallavalitsuses.

Kuna ennetähtaegselt lõpetati minu volikogu liikme volitused, siis kahjuks ei ole mul võimalik volikogusse naasta.

Eelpool ongi väljatoodud põhjused, miks loobusin Viru-Nigula Vallavolikogu liikme kohast ja jätkan tööd Haljala vallavalitsuse järelevalveametnikuna. Usun, et valijad mõistavad mind.

TIIT JÕGI

Suurepärase tulemus
rahvusvaheliselt inglise keele võistluselt

30. novembril 2017 toimus rahvusvaheline inglise keele võistlus Best In English. Kokku osales 17 612 õpilast 29 riigi 750 koolist. Tegemist on internetipõhise testiga, milles on esindatud lugemis-, kuulamis- ja grammatikaülesanded. Testi eest oli võimalik kokku saada 98 punkti. Osalesid õpilased vanusevahemikus 15-19 eluaastat.

Euroopa Liidu riikide koolide arvestuses sai Kunda Ühisgümnaasiumist parima tulemuse Karl Naaber 10. klassist, kelle punktisumma oli 94, mis tagas talle 9462 õpilase hulgas suurepärase 67. koha. Meie kooli paremuselt teise tulemuse saavutas 12. klassi õpilane Allan Loo 89 punktiga ning kolmandale kohale tuli abiturient Keitlin Räni 83,5 punktiga.

Põhikooli õpilaste hulgas oli parim Emilia Virkunen 9. klassist, kes saavutas 73,5 punktiga tubli 4758. koha. Lisaks nimetatud õpilastele tegid tubli tulemuse ka Tairo Tirmaste, Lauren Kozlov, Mirjam Onkel, Stiivo Uueni, Keili Kautlenbach ja Janar Sädeme. Kokku osales meie koolist rahvusvahelisel võistlusel 18 õpilast.

Ülalmainitud õpilased

tegid meie kooli kümme paremat tulemust, kelle tulemuste summa põhjal moodustati koolide pingerida. Euroopast osalenud 397 kooli hulgas saavutati 244. koht 770 punktiga.

Täname ja tunnustame kõiki õpilasi!

KRISTI ARON
KUNDA ÜHISGÜMNAASIUMI
INGLISE KEELE ÕPETAJA

Virumaa Koostöökogu Leader-meede avaneb taas

Juba varakevadel, 17.-25. märtsil avaneb taas MTÜ Virumaa Koostöökogu Leader meede.

MEEDE 1 – Mikroettevõtte arendamine – toetuste eelarve ca 262 087 eurot. Eesmärk: piirkonnas on kasvanud jätkusuutlike töökohtade arv ja/või tõusnud uuenduslike kohalikul ressurtsil põhinevate teenuste ja toodete arv ning mitmekesisus.

MEEDE 2 – Turismiteenuste ja -toodete arendamine – toetuste eelarve 405 862

eurot. Eesmärk: piirkonna võimekus turistide teenindamiseks on kasvanud.

MEEDE 3 – Nutikate energialahenduste kasutuselevõtmine – toetuste eelarve ca 74 366 eurot. Eesmärk: piirkond kasutab nutikaid energialahendusi.

MEEDE 4 – Piirkonna kompetentside tõstmine – toetuste eelarve ca 64 450 eurot. Eesmärk: kogukonna ettevõtlushoiakud on kõrged, inimeste silmaring on lai ja oskusteadmiste tase kõrge.

MEEDE 5 – Noorte aktiviseerimine ja kaasamine – toetuste eelarve ca 34 704 eurot. Eesmärk: noorte ettevõtlikkushoiakud on kõrged, silmaring lai ning oskusteadmiste tase kõrge.

Toetustele on suunatud üle 841 468 euro.

Infopäevad toimuvad: 22.01. Kõrtsialuse küla seltsimajas, algusega kell 17.00; 19.02. algusega kell 17.00 (koht täpsustub, vaata kodulehelt).

Infopäeval räägime Viru-

maa Koostöökogu meetmetest - nõuetest ja võimalustest; nõuded taotlejale uue Leader määruse (kinnitatud 03.11.2017) valguses; eraldi praktiline teemakäsitlus ühisprojektide tegevuskavade, äriplaani ja finantsprognoosid.

Taotlema on oodatud kõik haldusreformile eelnenud piirkonnad (Aseri, Kohtla, Lüganeuse, Sonda ja Rägavere).

Lisainfo www.viko.ee

Viru-Nigula Teataja külastas Jõulukohvikut

13. detsembri õhtupoolikul oli Kunda kooli ümbrus autosid täis ja kooli koridorides pääses vaevu liikuma. Juba viiendat aastat järjest toimus traditsiooniline õpilaste korraldatud Jõulukohvik. Minu, kui esmakülastaja jaoks erines KÜG kohvik korraldus selle poolest, et lisaks omavalmistatud hõrgutistele toimus ka atraktiivne meelelahutusprogramm.

Küsimustele vastas Kent Kerner, Kunda ÜG õpilasesinduse president.

Millest selline tore idee ja kas taolisi üritusi võiks olla aastast rohkem?

Jõulukohviku idee sündis viis aastat tagasi, kui arutasime huvijuht Kaire Rapuriga (kes praegu on pispõnniga kodus) detsembrikuu sündmuste kava. Tundsime mõlemad, et üks selline tore äraolemise õhtu oli meie linnas puudu. Mõeldud - tehtud! Ma arvan, et jõulu-



kohvikul on selline eripära, et see võiks leida aset ainult üks kord aastas. Aga sündmusi, kus on avatud kohvikunurk, võiks kindlasti rohkem olla ning siin saame juba õpilasesindusega ise palju ära teha.

Oled väga aktiivne ja asjalik õpilasesinduse president. Varsti lõpetad kooli, mis oleks sinu soovid, et kool muutuks atraktiivse-

maks ning õpilased tahaksid just Kunda gümnaasiumis käia?

Kooli muudavad silmapaistvaks teistele eelkõige koolis olevad inimesed — õpetajad ja õpilased. Soovin, et muutuks suhtumine „Ma pean koolis käima,“ sest tegelikult on hariduse omandamine privileeg ning tasuta hariduse omandamist ei tuleks kindlasti võtta tütu kohustusena.

Saame palju ise ära teha, et selline suhtumine muutuks. Näiteks kasvõi tulla kooli rõõmsama tujuga. Samuti soovin, et Kunda kool paistaks teistele koolina, kus õppimine ja õpetamine on puhas rõõm. Teisisõnu on siis minu sooviks, et õpetajate ja õpilaste suhted oleksid head - vastastikune lugupidamine ja austus, samuti sõbralik suhtlus. Küllaltki suured soovid, aga unistada tulebki ju suurelt.

Täna oled õpilasesinduse president, kelleks soovid saada tulevikus?

Mul on olemas eesmärgid tulevikuks, mille poole püüdlén. Soovin edasi õppima minna ja nagu kõik noored, ka maailma näha. Tulevikus soovin jätkata juba alustatud teed, ehk siis inimeste ja organisatsioonide juhtimist.

Eakate huvitegevusest Aseris

Nagu kogu Euroopas, on ka meie kandis eakate inimeste arv kasvamas. Täna sed eakad on suhteliselt aktiivsed. On ju nemad pärit ajast, mil teleris näidati ainult kaht programmi, välisreisid olid üksikute privileeg ja internet alles sündimata. Siis käidi massiliselt spordisaali ja rahvamaja kokku.

Täna laulavad meie väärrikasse ikka jõudnud naised rahvamaja ansamblites Hõbehall ja Russkaja duša, tantsivad tantsurühmas Eideratas, mängivad rahvapilliansambliis ja käivad rahvamaja käsitööringis.

Meie vabaajakeskuses käivad regulaarselt aeroobi-



kat tegemas tosinkond eakat võimlejat, kes ei põlga ära ka jõumasinatele harjutamist.

Väga populaarsed on pensionäride seas olnud ka teatrireisid. Kui on olemas buss koos kultuurihuvilise

omaniku ning juhiga ühes isikus ja inimene, kes pilতিরaha kokku korjab, pole probleemi.

Tore koht, kus kokku saada ja mõnusalt aega veeta, on meie raamatukogu. Siia

tullakse ajalehti lugema, raamatuid laenutama ja interneti kaudu makse maksma. Siin saab nii mõnegi mure südamele ära rääkida ja koos maailma asju arutada.

Neile, kel on vajadust, huvi ja tahtmist kodunt välja tulla, võimalusi jätkub. Spetsiaalset eakate päevakeskust ega n-õ pensionäride klubi meil seni pole. Ruumid ja valmisolek rahvamaja poolt on olemas. Loodame, et lähemas tulevikus siin selles suunas ka midagi toimub.

GALINA SIMONIŠ
ASERI RAHVAMAJA JUHATAJA

Jõulutäht — kaunis piimalill ehk poinsettia

Väga paljud ostavad endale koju jõuludeks kauni jõululille. Pärast pühi tekib küsimus, kuidas lille eest hoolt kanda, sest kaunitar on suhteliselt tujukas.

Jõulutähte on soovitatav kasvatada niiskes kasvukeskkonnas (üle 50%). Öitsemise perioodil tuleb hoida toasoojas, 18-21 kraadi. Öitsemise lõppemisest kuni maini tuleb üle viia mõnevõrra jahedamasse ruumi, kuid mitte alla 15-16 kraadisesse. Suvel võib taime viia õue.

Hoida eemale tuuletõmbusest, vastasel korral hakkab lehti langetama. Kuna taim on külmale tundlik, siis tuleks külmal ajal transportimisel vältida ta sooja riidesse. Viimane on tihti põhjuseks, miks koju tuues hakkab taim lehti langetama.

Septembrist alates vajab hästi valgustatud ruumi. Hästi valgustatud ruum on



selline, kus inimesel on võimalik lugeda. Suveperioodil tuleb taime hoida poolvarjulises kohas. Perioodil september kuni oktoober vajab öitsema hakkamiseks minimaalselt kuni 12 tundi ööaega, soovitatavalt õhtul kella 7-st kuni hommikul

8-ni. Hea on kasutada kattevarju (nt must kilekott), kuna pimedal ajal ei tohi taim olla isegi elektrivalguse või küünla läheduses, st ta vajab täielikku pimedust.

Mulda hoida potis ühtlaselt niiskena (mitte läbimärjana), soovitatavalt kasta 2-3

korda nädalas.

Pärast öitsemist ja lehtede varisemist istutada maikuuks natuke suuremasse potti toitainerikkasse mulda. Mullaks sobib lehemulla, kompostmulla, freesturba ja liiva segu. Varred võib tagasi lõigata 15 cm kõrguselt. Soovitatav ei ole hoida arvutite, televiisorite jm elektroonika läheduses, vastasel korral hakkab lehti langetama.

NB! Jõulutähe piimnahla mürgisuse kohta on erinevad seisukohad. Lateksi suhtes allergilistel inimestel võib see põhjustada allergilisi reaktsioone ja nad ei tohiks jõulutähte kasvatada. Taim võib nahka või kõhtu kergelt ärritada, taimelehtede söömine suures koguses võib põhjustada nohu või oksendamist. Kui taimemahl satub silma, võib see muuta inimese ajutiselt pimedaks.

TOIMETAS MEELI EELMAA

TASUB TEADA

Jäätmekäitlusest

1. jaanuarist 2018 alustab tööd uuenenud Viru-Nigula vallavalitsus (sh Kunda linn). Kunda linna territooriumil kehtib Eesti Keskkonnateenused AS-iga sõlmitud korraldatud jäätmeveo korraldamise leping kuni 31. detsembrini 2018. Kohalikul omavalitsusel on õigus erandkorras vabastada korraldatud jäätmeveoga liitumise kohustusest kinnistute omanikud, kelle kinnistutel ei toimu äri- ega elutegevust. Samuti on võimalik taotleda luba ühiskonteineri kasutamiseks naaberkinnistuga või perioodilist vabastust (nt talveperioodiks). Vabastuse saamiseks tuleb esitada vallavalitsusele vastav taotlus. Kõik muudatused kinnitatakse vallavalitsuse istungil.

Tuletame kõigile Kunda linna kinnistute omanikele, kes on juba saanud pikaajalise vabastuse, meelde: tulenevalt jäätmeseadusest on kõik vabastuse saanud jäätmevaldajad kohustatud igal järgneval aastal hiljemalt 20. jaanuariks esitama kohalikule omavalitsusele kirjaliku kinnituse, et kinnistul ei ole aasta kestel elatud või kinnistut ei ole pidevalt kasutatud. Kinnituse võib saata e-posti aadressil vallavalitsus@viru-nigula.ee või aadressil Kasemäe 19, Kunda 44107. Jäätmevaldaja, kes ei ole nimetatud tähtajaks kinnitust esitanud, loetakse korraldatud jäätmeveoga liitunuks 21. jaanuarist alates.

SIRJE LIISKMAA
325 5967

Kui nahk on kuiv

Sügise- ning talveperioodil puutume kokku murega, et meie nahk muutub kuivaks ja tundlikuks. Põhjuseid on palju - väliskeskkonnategurid (tuul, külm, päike) ja siseruumide liiga kuiv õhk, mis on tingitud konditsioneeridest ja keskküttest.

Kuiva nahka soodustavad ka paljud haigused, nagu atoopiline dermatiit, psoriaas, kilpnäärme alatalitus, diabeet jpt.

Ravimitest soodustavad kuiva naha teket näiteks diureetikumid, akneravimid, kõhulahtistid ja kolesterooliravimid jpt. Kasuks ei tule ka suitsetamine ning liigne alkoholi ja kohvi joomine.

Mida me ise saame teha oma naha heaks? Jooge palju vett, umbes 8 klaasi päevas, kandke riideid, mis nahka ei ärrita, kodus kasutage õhuniisutajat ja hoidke võimalusel toa õhk jahedam. Veeprotseduurid tehke mitte väga kuuma veega ja pesemiseks kasutage õrnatoimelisi seebivabasid pesemisvahendeid, eelistatult duššiõlisid.

Apteegist saab kuivale nahale leevendust ka toidulisandite näol: A-, E-, D- ja B-vitamiinid ja oomega-3-rasvhappe preparaadid nii kapslites kui õlina.

Millist nahahooldusvahendit, niisutajat valida? Iga inimene leiab kindlasti oma lemmiku, kas kerge vesi-õli tüüpi ihupiima, emulsiooni või rasvasema kreemi. Oluline on kreem kanda peale pesemist veel niiskele nahale. Apteegikosmeetikast on hea valik kindlasti Eucerini- ja Linola-sari, hinnatundlikumale Ortomedi urea kreemid või Orioni firma baaskreemid. Kuna nahk on inimese suurim organ (umbes 1,6 ruutmeetrit) ja kreemitama peab hea tulemuse saamiseks vähemalt korra päevas, soovitatakse ostmisel eelistada suuremaid pakendeid, mille ühe grammi hind tuleb ka tunduvalt soodsam.

Hoidke oma keha ja vaimu!

BENU APTEEKER KAIE HEIN

TEATED

Sellest aastast said kohalikud omavalitsused perekonnaseisuasutuste ülesanded. Sünde ja surmi registreeritakse igas vallavalitsuses. Abielu või lahutust saab Lääne-Virumaal registreerida Rakvere linnavalitsuses. Üle võetavate ülesannete hulka kuuluvad ka perekonnasündmuse tõendi väljastamine, andmete väljastamine rahvastikuregistrist õigustatud huvi korral, soo muutmise andmete registreerimine, hilisema isaduse omaksvõtu ja elukoha registreerimine.

Soovitame võimalikult palju dokumente esitada läbi e-riigi keskkonna, millele avaneb link ka valla veebileheküljelt www.viru-nigula.ee

Pühapäeval, 21.01.2018 toimub järjekordne traditsiooniline tervisepäev. Päeva raames toimub orienteerumine-matk.

Matk saab alguse Selja külaseltsi maja juurest pühapäeval kell 10.00.

Info ja registreerimine www.viru-nigula.ee

HUVITAV

Raamatu „Piknik Kundas“ esmaesitlus

18. detsembril esitleti Kundas, Põdra pubis raamatut „Piknik Kundas“. Autor Ebe Pilt ja ajakirjanik Rein Sikk jutustasid raamatu saamislugu.

Tegemist on täiesti žanrivaba teosega ja koostatud eelkõige suurest kiindumusest Kunda linna vastu. Kogumik on oma olemuselt avastusretk väikeses tööstuslinnas.

Lugeja leiab raamatust nii looduskauneid paiku nagu Kunda jõe ürgorg Lontovas kui ka ajalooliselt põnevaid kohti nagu Lammasmäe.

Suureks üllatuseks on lugejale erilised toidureseptid, millest mõned on pärit lausa 19. sajandi lõpust ning 20. sajandi algusest.

Autor tänas raamatu sünnile kaasaaitajaid, kelle hulgas olid Kunda elanikud, Kunda ettevõtted ja Kunda Linnavalitsus. Raamatu esmaesitlusel viibis ka Viru-Nigula vallavanem Einar Vallbaum, kes on ise põline kundanlane.

Raamat annab kindlasti kohalikule südamele kodusoojuse tunde. Kunda külalisele on raamat täis avastamisrõõmu. Raamatut saab osta Rahva Raamatu ja Apollo kauplustest.



Aseri lauatennisist juhatas sisse Eesti sportlaste aasta suursündmuse

27. detsembril Nordea kontserdimajas toimunud galaõhtu „Spordiaasta tähed 2017“, millest tegi otseülekande Kanal 2, olid esimesena laval lauatenniseneiud Airy Avameri Narvast – aasta parim naislauatennisist ja Reelica Hanson Aserist, kes tunnistati ELTL poolt 2017. aasta parimaks noormängijaks. Neiud demonstreerisid lauatennise mängu ilu, millele sai kaasa elada saalitäis rahvast ning televaatajaid. Eesti Olümpiakomitee president Urmas Sõõrumaa hinnangul oli lõppev spordiaasta Eesti spordile viljakas ja emotsiooniderohke, rahvusvahelistelt tiitlivõistlustelt võideti 156 medalit 32 erinevalt spordialalt. Eestis on aasta parimaid sportlasi valitud juba üle 80 aasta.

Hoiame pöialt, et Viru-Nigula sportlased on aastal 2018 nominentide seas!

KAIRE KUTSAR
ASERI VABAAJAKESKUSE JUHATAJA

Viru-Nigula spordihoone – väike, aga tubli

Viru-Nigula spordihoones on hommikupoolikute Vasta kooli laste kehalise kasvatus tunnid. Alates kella 15-st on spordisaalis võimalik harrastada erinevaid spordialasid - seda nii juhendatud treeningute näol kui ka iseseisvalt toimetades.

Kolm korda nädalas käivad kaks gruppi poisse usinasti korvpalli harjutamas, treeneriks tuntud Andres Sõber. Lauatennisist tutvustab suurtele ja väikestele huvilistele Pekka Laidinen. Teisipäeviti saavad lastealapsed esimesi algteadmisi jalgpallist Alar Peegi juhendamisel ja seda spordihoonetagusel jalgpalliplatsil. Võimalused on veel sulgpalli mängimiseks. Jõusaalis käib 1-2 korda nädalas Kaido Vahesalu, kes juhendab, julgustab ja nõustab soovijaid. Pühapäeviti on joogahuvilistele mõnus Hatha jooga, kus harjutuste sekka saab asjalikke ja mõnusaid näpunaiteid tervislikuma eluviisi kohta.

Kolmapäeviti on saali oma tööliste broneerinud Viru-Nigula Saeveski. Reedeti käivad saalis Kunda ja Viru-Nigula korvpallisõbrad. Külmemate ilmade jätkumisel saab varsti teha ka esimesed uisutiirud Vasta tiigil.

Treeningutevälisel ajal on spordisaali võimalused kõikidele huvilistele kasutamiseks. Nädalavahetustel on võimalik saali rentida ka sünnipäevadeks ja muudeks üritusteks.

ERIKA KLEIN

Meie valla laste seiklused
Poolas - *Fun for Skills* projekt

Vasta kooli (Andella Tsilk, Marju Linda Peek, Rihard Õunapuu), Kunda Ühisgümnaasiumi (Violetta Mitjuhhiina, Uljana Karpljuk, David Olenevits) ning Tallinna Pae Gümnaasiumi (Kirill Homtsenko) õpilased võtsid detsembri keskpaigas osa projektist nimega *Fun for Skills*. Projekt toimus 9.-17. detsember Poolas, Poronin'is. Tegemist oli rahvusvahelise projektiga, kust võttis osa 33 inimest (kaasaarvatud juhendajad) neljast erinevast riigist: Poola, Rumeenia, Bulgaaria ning Eesti. Osavõtjate vanus oli 15-17 aastat.

Projekti peamine eesmärk oli tutvuda programmeerimise põhitõdedega. Samuti sooviti veel koos üksteist paremini tundma õppida, üksteise koduriikide kultuuriga lähemalt tutvuda, oma sotsiaalseid oskuseid lihvida, arendada inglise keele oskust jne. Igalt õhtul oli võimalus minna ujuma ning käia saunades.

Õpilased ise meenutasid oma projektis osalemist järgnevalt:

Esimesel päeval oli põhiliseks eesmärgiks üksteisega tutvumine seetõttu mängisimegi palju tutvumis- ning nimemänge. Õhtul kirjutasime oma päeva kohta enda youthpassi.

Teine päev algas energize-rite ehk energiamängudega, mis olid väga huvitavad. Tol päeval tutvusime veelgi enam üksteisega. Päeva keskel olid meil integratsiooni- mängud, mis kestsid kolm tundi. Õhtul oli Rumeenia kultuuriõhtu, kus saime teada erinevaid fakte Rumeenia kohta, proovisime erinevaid traditsioonilisi toite ning tantsisime traditsioonilisi (rahva)tantse.

Kolmas päev algas samuti energiamängudega. Tol päeval mängisime põhiliselt kommunikatsioonimänge. Samuti mängisime mänge, mis arendasid meie loogilist mõtlemist ning loomingu- lisust. Tolle päeva lõpetas Bulgaaria kultuuriõhtu.

Neljandal päeval kesken- duti grupitööle- ja mängudele. Tol õhtul oli Poola kultuuriõhtu, kus mängisime Kahooti ning tegime muid huvitavaid ja lõbusaid tegevusi.

Viienda päeva hommikul oli teemaks stereotüübid. Me tegime selle teemaga seotud grupitööd ning -mänge. Tol päeval külastasime me Poola linna nimega Zakopane. Alguses mängisime me seal linnamängu (pidime kaardi järgi üles leidma mõned kohad, võõrastega pilti tegema jm ülesandeid täitma). Hiljem läksime me vaguniga mägedesse ning nautisime imeilusat vaadet. Too päev lõppes grilliõhtuga.

Kuuendal päeval hakkasime tegelema Legoga, st tegelesime programmeerimisega. Paarides ehitasime



omale ka roboti. Õhtul oli kauaoodatud Eesti kultuuriõhtu, mis oli väga naljakas ja põnev.

Seitsmendal päeval tegelesime samuti programmeerimisega ning täiendasime

eelneval päeval ehitatud roboteid. Õhtul rääkis(id) iga riigi esindaja(d) enda riigi tehnoloogiast, äridest jne.

Viimane päev algas samuti programmeerimisega. Kõigepealt tegime viimased

viimistlused oma robotitele ning siis oli meil robotite võitlus. Pärast seda tegime projekti kokkuvõtte ning jätsime omavahel hüvasti.

ANDELLA TSILK

EESTI GRUPI TAGASISIDE:

„Mina, Andella Tsilk, arvan, et see projekt oli suurepärane! Sain sealt omale väga palju sõpru ning tutvuid. Omandasin sealt tohutult hulgal uusi teadmisi ning kogemusi. Mulle väga meeldis inimestega suhelda, omavahel tutvuda, teiste kultuuridest rohkem teadmisi saada jne. Mulle väga meeldis selle projekti põhiteema - programmeerimine ja roboti(te) ehitamine. Tänu antud projektile said kõik osavõtjad väga palju keelepraktikat, kuna igapäevane suhtlemine käis inglise keeles. Kui teilgi tuleb kunagi selline võimalus osaleda mõnes projektis, siis kindlasti tehke seda. Mina sain sellest projektist kustumatuid mälestusi ning palju uusi sõpru.“

Violetta Mitjuhhiina: „See projekt meeldis mulle väga. Väga toredad inimesed olid ja üldiselt väga tore seltskond. Kuid olid ka miinused. Oli väga vähe aega et olla teistega ja suhelda, kuna alati olid mingisugused tegemised. Õppisin ma sealt muidugi inglise keelt ja ka võõrastega suhtlemine oli õppimine. Üldiselt oli väga tore ja tahaks veel korrata.“

Marju Linda Peek: „Mulle väga meeldisid poolakad, kes olid lahe-

dad ja toredad. Ma õppisin, kuidas programmeerida ja legodest ehitada roboteid. Ma arvan, et see oli mulle kasulik, kuna sain kogemusi juurde ja harjutasin inglise keelt.“

David Olenevits: „Projekt oli huvitav ja hariv, sai uusi sõpru. Mulle meeldis veel see, et projekt oli rahvusvaheline ja nii oli mul võimalus praktiseerida oma inglise keele oskust ning õppida natuke seda juurde. Sain teada teiste riikide kultuurist ja õpisin paar fraasi/sõna teistes keeltes. Õppisin, kuidas programmeerida robotit ja sain oma paarilisega Bulgaariast roboti valmis, millega pärast võitlesime teiste robotitega.“

Uljana Karpljuk: „Projekt oli täiega lahe. See on suureks võimaluseks noortele õppida võõrkeelt, laiendada silmaringi ning leida uusi sõpru. Sealt õppisin, kuidas ehitada iseseisvalt lego robotit ning samuti õppisin olla julgem ning iseseisvam.“

Rihard Õunapuu: „Väga tore projekt, noored õpivad sealt palju tiimitööd ja robotikat, suured kumardused ka nende ees, kes selle kõige taga on, kuna see on suur ettevõtmine. Kõik oli väga tore.“

Mis teha, kui suhtesse kipuvad tulema vaidlused?

Kiires elutempos tuleb tihtipeale ette vaidlusi ja ka riide. Inimestel on omad arvamused, olgu siis isiklikult või tööalaselt. Tugevamad isikud kipuvad domineerima. Ükski inimene ei koge end ümbritsevat maailma samasugusena nagu tema kolleeg, sõber või isegi perele. Meie varasemad kogemused, teadmised ja hoiakud mõjutavad otseselt seda, millised on meie ootused tulevikule. Tegelikult saame kontrollida, kuidas ootamatule olukorrale reageerida inimsuhteid rikumata.

ÄRA KARJU!

Hääle tõstmine tähendab, et oled andnud oma emotsioonidele. Kui aga teine osapool on tõstnud häält, on eriti oluline, et sa ei vastaks samaga. Vastasel juhul võitegi omavahel vaidlema jääda ning seada ohtu kogu senise suhte.

Püüa leida võimalikult kiiresti riiu põhjus. Isegi, kui



oled absoluutselt kindel, et sinul on õigus, siis ole avatud mõttele, et teine osapool näeb olukorda teisest vaatenurgast. Ükski inimene ei lähe enamasti ilma mõjuva põhjuseta endast välja.

ÄRA KARDA VABANDADA

Tee endaga järjepidevat tööd, et olla alati see, kes esimesena vabandab. Kui ootad, et vastaspool alati sinu juurde tuleks, näitad sellega välja, et sinu jaoks

on leppimisest olulisem teadmine, et sul oli õigus. Tulemuslikkuse nimel on oluline aru saada, mis juhtus, mitte kelle süül see juhtus. Seetõttu proovi end antud situatsioonist eemaldada ning hinda vaid õigeid ja valesid tegevusi, mis antud olukorran viisid.

ÄRA KASUTA INETUID SÕNU!

Vastaspoole mõnitamine ja alavääristamine võtab fookuse ära sellelt, mida te

gelikult arutatakse. Vaimne vägivald ei ole kunagi lahendus ja on isegi hullem kui füüsiline.

Erimeelsustega kaasneb tihti solvumine vastaspoole peale. Tuleta endale meelde, et sinuga kõiges mitteinõustumine ei tähenda, et ta sinusse ei usuks või sind ei hindaks. Kui ta sinust ei hooliks, vaidleksid sa üksinda.

Vahel ootame vastaspoolt midagi, mida ta meile anda ei saa. Teenetisega tülitsedes tuleb endale pidevalt meenutada: vaidlus tähendab, et mõlemad osapooled otsivad parimat lahendust ning soovivad omavahel ära leppida. Kui nad seda ei teeks, ei oleks ka mingit vaidlust ning olukord „laheneks“ lihtsalt teineteise ignoreerimisega.

ALLIKAS: RORY VADEN "HOW TO FIGHT: 10 RULES OF RELATIONSHIP CONFLICT RESOLUTION" TOIMETAS MEELI EELMAA



Kunda sportlane Artur Ukolkin sooritamas hüppega lööki. FOTO: TEAM YOUNG

Klubi Team Young tublid saavutused

Tubli saavutus Ambassador CUP 2017 meie Viru-Nigula valla sportlaste poolt. Meeskonnas oli palju uusi võistlejaid, kes alustasid oma võistleja karjääri selle turniiriga. Olime osa Virumaa Taekwondo meeskonnast. Meeskonda kuulusid sportlased Rakverest, Kundast, Viru-Nigulast, Väike-Maarjast, Haljalast ja Sõmerult. A-klassi sportlased tegid väga efektsed ja tugevad matšid, saime nautida heal tasemel Taekwondod, milleks andsid panuse ka meie tublid ja hästi treeninud sportlased. Eeskujulik tehnika ja parimad matšid Anete, Karina, Ronald, Hardi. Võistlejaid oli Soomest, Lätist ja Eestist. Sellele kalendriaastale panime punkti just selle turniiriga.

Kokku võitsid spordiklubi Team Yong sportlased aastal 2017 85 medalikohta, millest 24 oli kuldmedalit, 41 hõbemedalit ja 20 pronksmedalit. Spordiklubi võitis aasta kokku detsembril lõpus toimuva spordiklubi jõulupeoga. Peale tublide medalisaavutuste avasime ka 2017. aastal uue treeninggrupi mudilastele. Sportlased treenivad kolmes grupis: mudilased, lapsed kuni 12 aastat ja vanem grupp, kus ülemist vanusepiirangut ei ole.

Täname kõiki meie toetajaid, fänne, sportlasi, harastajaid ja lapsevanemaid. Eriline tänu Kunda spordikeskusele, Kunda linnale ja Viru-Nigula vallale.

2018. aastat alustame kõrgetasemelise laagriga Soomes ja seejärel juba valmistume Eesti meistrivõistlusteks ja rahvusvahelisteks turniirideks.

Vees treenimise plussid

Vee imeline mõju inimesele on selgelt tajutav vesiaeroobika treeningus. Vesi vabastab stressist, aitab kehakaalu normi saada, annab hea enesetunde, rahuliku une ja hea tervise. Veetreening ei koorma liigeseid ja on parimaks valikuks kaalulangetajale ning mis peamine, sobib kõikidele, olenemata vanusest. Veetreening on ka populaarne rasedate seas.

Veetakistus, inerts- ja üleslükkejõud ning liikumisel tekkinud põõrised annavad lihastele hea koormuse ja seetõttu kulutab veetreening ka rohkem kaloreid kui samasugune töö kuival maal – spetsialistid on öelnud, et olenevalt kehakaalust 450–700 kcal tunnis. Kuna vesi on tunduvalt suurema takistusega kui õhk, on koormus vees rohkem kui kaks korda suurem. Millise koormuse lihased saavad, sõltub ka sellest, kui sügaval vees ollakse. Üleni vees seistes jääb kehakaalust alles 3,5%, kui vesi ulatub õlgadeni, siis 6-7%, kui rinnuni, siis 15–30%, kui puusadeni, siis 50–80%. Seega kaalub 70kilogrammiline inimene vees vaevalt 3-4 kg. Ühte tundi tugevat veetreeningut võib võrrelda kahe tunni aeroobikaga.

Mis see on ja kuidas toimib? Tegemist on muusika saatel kehalise treeninguga vees. Olenevalt tunnist, kas madalas (rinnuni) või sügavas vees, abivahenditeks võõd, jalamanetid, nuudlid, kerged hantlid vms. Ujumisoskus ei ole oluline. Tavaliselt juhendab treener kuival, näidates ette harjutused ja kombinatsioonid, kuid ta võib ka vees olla, seda juhul, kui kõigile on harjutused tuttavad. Üldjuhul on tund 45-60 minutit pikk.

Tunni sisu mitmekesistamiseks on vesiaeroobikas välja töötatud erinevad stiilid, samuti kasutatakse erinevaid vahendeid, mis annavad lisakoormust neile lihasrühmadele, mida soovitakse treenida.

Lisaks veel - neile, kellele ei meeldi saalis higistada ja mitu korda nädalas higiseid trenniriideid pesta, on vees tehtavad treeningud suurepäraseks alternatiiviks. Saadakse täpselt nii tugev koormus, kui intensiivselt kaasa tehakse.

Kunda Spordikeskuses toimuvad vesiaeroobika treeningud esmaspäeviti ja kolmapäeviti kell 19.00.

KERSTIN HULKKO

Hoolitse õigesti hammaste eest!

Hambahaiguste ärahoidmiseks on tähtis, et hamba igalt pinnalt eemaldatakse katt hoolsalt ja korrapäraselt. Katt ei eemaldu ilma mehaanilise puhastamiseta. See tähendab, et nätsu närimine ja õuna söömine ei puhasta hambaid katust küllaldaselt.

Hammaste puhastamiseks on vajalikud sobiv hambahari ja -pasta. Hambaharjad jaotatakse kõvadeks, pehmeteks ja poolpehmeteks. Hambaharja valikul tuleb arvestada, et harja pind peab vastama mõõtmelisel hamba mälumispinna laiusele ja hambakrooni kõrgusele. Laste hammaste pesemist hambaharjaga alustatakse esimese hamba suhu lõikudes (hambapasta võetakse kasutusele siis, kui laps oskab sülitada Laste hambaharjad on väikesed, vastates piimahammaste kõrgusele ja mälumispindade laiusele. On väär kasutada laste hammaste puhastamiseks suuri harju, sest need vigastavad lapse õrna iget.

Tugevat harja peavad kasutama need, kelle hammasel on halvasti eemaldatavat pigmendist kattu. Rohkem võib soovitada poolpehmet harja, mis on piisavalt tugevate harjaskimpudega, et puhastada kõiki hambapindu. Pehme hari on vajalik neile, kellel on ülitundlikud hambakaelad, nõrk ja erosioonidele kalduv hambaemail, samuti neile, kes kannatavad igemepõletike all. Laste hammaste puhastamiseks on sobivad poolpehmed ja pehmed harjad.

Hambaharja tuleks regulaarselt vahetada iga kolme kuu tagant. Selle aja jooksul



kaotavad harjaste kimbud elastsuse ja deformeeruvad, harja pind muutub ebaühtlaseks ja hambapind jääb puhastamata.

Hammaste puhastamisel hoitakse harja käes nagu pliatsit, et vältida liiga tugevat survet hammastele. Tugeva horisontaalse hõõrumise tagajärjel võivad hambaemailile jääda vaod. Harjased olgu suunatud poolviltu igemevakku ja lühikeste edasi-tagasi liigutustega harjatakse kõik hambad. Hammaste harjamist alustatakse purihammastest, esmalt keelepoolsel küljest. Sellele järgnevad mälumispinnad, siis põskmised ja huulepoolsed pinnad. Lõpuks sülitate pasta välja, suud ei pea loputama.

Hambapasta on oluline selleks, et poleerida hambapind hästi puhtaks ja et hambakoed saaksid samal ajal täiendavalt mineraalaineid. Harjale kantakse herneerasuurune tükike hambapastat. Hambaid peaks harjama 3-5 minutit, hommikul ja õhtul. Hammaste pesemise lõpus tuleks harjata keelt. Hambaid ei ole soovitatav pesta kohe pärast söömist, kuna hambaemail on siis pehme ja hambahar-

jaga pesemine võib pinda kahjustada. Pese hambaid 30 minutit pärast söömist! Hammaste vahede puhastamiseks kasutatakse vastavalt vajadusele kas hambaniiti, -tikku või -vaheharja.

Hambatikud sobivad suuremate hammaste vahede katust puhastamiseks. Igapäevaseks kasutamiseks olev hambatikk on läbilõikes kolmnurkne. Tikuga puhastades toeta kämmal lõualuu vastu. Tikk on õigesti hammaste vahel, kui tiku läbilõikes kolmnurga kand jääb igeme poole ja terav külg läheb hammaste vahele. Tikku liigutatakse edasi-tagasi 4-5 korda nii, et tiku vahepeal hammaste vahet täielikult ei eemaldata. Suurte hambavahede puhastamiseks on parim väikest pudeliharja meenutav hambavahehari.

Hambavaheharjaga puhastades toeta kämmal lõualuu vastu. Vahehari on õigesti hammaste vahel, kui tunned teiselt poolt keelega harja otsa. Harja liigutatakse hammaste vahel edasi-tagasi 4-5 korda nii, et hambavaheharja vahepeal hammaste vahet täielikult ei eemaldata.

Hambaniiti oleks mõistlik kasutada enne hambapesu,

kuna sellisel juhul saavad hambavahedest eemaldatud toiduosakesed ning pärastise pesu jooksul pääsevad hambavaapa tugevdavad pastas sisalduvad fluoriidid kenasti ka hambavahedesse. Hambaniit viiakse ettevaatlikult edasi-tagasi liigutustega hammaste kontaktpinnast läbi. Puhastatakse kummagi hamba pind kuni igemevao põhjani kolme-nelja hõõruva liigutusega.

Lõpuks võiks kasutada suuvett. Suuvee kasutamine peale hammaste pesu tõhustab suu puhtust veelgi, sest eemaldab allesjäänud toiduosakesed, värskendab hingeõhku, vähendab baktereid, mis põhjustavad hambakattu ja halba hingeõhku. Soovitav on kasutada fluoriidi sisaldavat suuvett, see muudab hamba emaili tugevamaks. Loputa suud suuveega vähemalt 30 sekundit peale igit hammaste pesu. Lastele on saadaval spetsiaalselt laste hammastele sobilikud suuveed.

Söö mineraalainete rikast toitu ning ära liialda süsivesikutega. Alati pole oluline suhkru sisaldavate maiustuste hulk, vaid see, kui tihti neid süüa ehk kui pikk on aeg, mil kleepuvad magusained hambaemaili katavad. Hammaste tervise huvides püüa süüa kuni viis korda päevas, siis jõuab sülg vahepeal neutraliseerida hapete mõju ja uhada hammastelt toiduosakesed.

HAMBAARST REELIKA FILIPPOV TEL 325 5369



**KALLE SEPP
MIKK TAMMEPÕLD**
KONTSERTTUUR „VAIKUS”

Kunda linna klubis
21. veebruaril 2018
kell 19.00

01.02 Saku mõis	11.02 Rapla Kultuurikeskus
02.02 Keila Kultuurikeskus	12.02 Tõrva kirik-kammersaal
03.02 Haapsalu Kultuurikeskus	13.02 Elva Kultuurikeskus
04.02 Kuressaare Kultuurikeskus	14.02 Tartu Karlova Teater
05.02 Kõrkvere koolimaja	15.02 Antsla Kultuuri- ja Spordikeskus
06.02 Kärda Kultuurikeskus	21.02 Kunda Linna Klubi
08.02 Vändra Kultuurimaja	22.02 Rakvere Buena Vista Sofa Club

Pilet 10.- Info tel. 32 21 556

Piletid Piletilevist, Piletimaailmast ja kohapealt.

Fotokonkurss

Kõik Kunda Ühisgümnaasiumi
õpilased,
õpetajad,
ja lapsevanemad.

Ootame teid osalema talvise loodustfoto konkursil

„Talvevõlu“



Saada oma foto hiljemalt 12. veebruariks
loodus@kundakool.ee

Tutva ka fotokonkursi tingimustega
Kunda Ühisgümnaasiumi kodulehel.

Tutvustame uut ettevõtet Viru-Nigula vallas — Thermory AS

Viru-Nigula Teataja küsimustele vastas ettevõtte juhatuse liige Johann Sulling

Avate Viru-Nigula vallas saekaatri, seoses sellega palju töökohti te kohalikele inimestele loote?

Puiduettevõtte Thermory laieneb Lääne-Virumaa-le. Kaksikümne aastat tagasi asutatud ja algselt kümnest inimesest koosnenud puidutöötlemise ettevõtte Thermory, mis alustades kandis nime Brenstol, on tänaseks kasvanud 250 töötajaga suurfirmaks. Ettevõtte tootmiskompleks asub Harjumaal ja peakontor Tallinnas. Muu hulgas on meil tütarfirma USA-s, saakaater Valgevenes ning häid partnereid kõikjal maailmas. Thermory sümboliseerib vastupidavust, keskonnasõbralikkust, puidu tõelist ilu ja ehedust. See on parim, mis päris puidust võimalik. Seetõttu on ka inglise keeles Thermory



hüüdlauseks: „Excellence in Wood” (täiuslikkus puidus - tõlk). Thermory tooted on kemikaali- ja plastiku vabad ning tooraine pärineb vaid jätkusuutlikult majandatud metsadest. Nõnda toetab iga Thermory projekt jätkusuutlikku ehituskultuuri. Veelgi enam. Me kanname oma tegevusega kaasajastatult edasi iidsetest aegadest pärinevat puidukasutuse traditsiooni. Edasimüüjaid on Thermoryl 35, partnereid 50 riigis. Peale selle käib Thermory messidel ja otsib arhitekte, kellele meie toodang meeldida võiks. Näiteks Hiinas on maailma

suurima Disney poe fassaad meie Thermory materjalist tehtud.

Saetööstuse rajamiseks oleme tänaseks omandanud Aseri lähedal Rannu külas kinnistu pindalaga 8 ha ja 6000 m² hoonestusega. Tegeme jooksvat saetööstuse tehnoloogiliste, personali ja muude küsimustega ning meie optimistlik eesmärk on käivitada Rannu saetööstus järgmise aasta I kvartalis. Uus saetööstus loob valda maksimaalselt juurde 40 töökohta.

Millised ootused on teie ettevõttel seoses koostöö-

ga värskete Viru-Nigula vallale?

Eeldame, et rajamisel olev saeveski peab ise olema kommertstingimustel elujõuline ilma avaliku sektori abita. Me ei oota vallalt mingit spetsiaalset tuge ega eelisjärjekorras teenindamist. Nagu enamikele ettevõtetele, on meil lihtsalt vaja, et meie tegevust ei piirataks rohkem, kui seadusi järgides mõistlikult vaja on. Kokkuvõttes ootame vallalt lihtsalt head koostööd.

Kas ettevõtte kaalub võimalust koostöö vormis toetada mõnda vallale kuuluvat allüksust (lasteaiad, koolid, eakate keskused)?

Kui saame saeveski peale käivitamisperioodi kasumise, siis tuleb selline koostöö kõne alla küll. Kindlasti ei suuda me sotsiaalseid kulusi olulises matus finantseerida, aga selline koostöö aitab siduda ettevõtet kohaliku eluga.

Las töömured jäävad ukse taha

Määratle prioriteet. Eneseteostus on oluline, kuid selleks on erinevaid võimalusi. Mõelda tasub sellele, kas tööalased saavutused on esikohal ja kui kauaks. Esita endale selliseid küsimusi, nagu mida vajad ja millest oled valmis loobuma, et tunda end edukana ja isegi õnnelikuna? Mis on veel tähtsad asjad sinu jaoks?

Sõnasta eesmärgid. Pinget ja koormust talutakse paremini, kui teadvustada pingutuse eesmärki. On hea teada, kuhu tahad jõuda pingutuse abil tulevikus ja mis on selle saavutamise vaheetapid. Kas eesmärgiks on vaid parem (suur) palk, sellega kaasnev mugav elustiil

või püüdlud millegi muu poole?

Loo selgus selles, mille üle omad kontrolli ja mille üle mitte. Võta vastutus ja initsiatiiv nende asjade muutmiseks, mida saad teha oma tööasjade paremaks korraldamiseks. On asju, mida sa muuta ei saa ja nende pärast pole vaja ülemäärast muretseta. Leia viise nendega toimetulekuks.

Piira muretsemisega. Kui muremõtted ei anna kõigele vaatamata rahu, siis luba endale muretseta teatud piiratud aja jooksul, nt alates kella seitsmest 15 minutit ja keskendu täiega sellele. Kui vajad seejuures kaaslast, kes kuulaks ja mõistaks, siis võtke samuti ajalimiit ja pidage

sellest kinni. Kui aeg läbi, otsusta muretsemine lõpetada ja võta käsile mõni tegevus. Mida meeldib, seda parem.

Üks asi korraga. Lõpeta rööprähklemine. Nii nagu tööülesannetele ja muretsemisele keskendumisega, sobib see juhtnõrk ka hobidele, meelelahutustele ja perele pühendumisel. Kui oled otsustanud aja maha võtta, tegeleda millegi meeldivaga, oled lähedaste või sõprade seltsis, siis ära haara lisaks muid, asjasse mittepuutuvaid teemasid, seda enam probleeme. Küll jõuab — selleks oli sinu 15 minutit muretsemiseks. Naudi iga hetke siin ja praegu.

Tasakaal töö- ja era-

elus. Võimalik, et elus on perioode, kus tööle ja karjäärile pühendumine on esikohal ja see on sinu teadlik valik. Vahel aga võtab töötamine sinu üle võimust isiklikus elus emotsionaalselt köitva puudumisel või koguni probleemide eiramisel. Kui märkad, et tööelu kõrval pole eriti midagi, mis oleks tasakaalustav, energiat taastav, rõõmu ja rahulolu pakuvat, sinu aega ja pühendumist väärivat, siis jõuame tagasi algusesse — vaata üle oma prioriteetid ning otsusta, kas see on see elu, mida sa tõesti elada tahad.

ALLIKAS: CVKESKUS.EE

ELU ON PARIM MEELELAHUTUS
(pärast surma jõuab mossitada küll)
kahes vaatuses

ANDRUS VAARIK

25. jaanuaril 2018
kell 19.00
Kunda linna klubis

Vestlus publikuga vabas vormis, küsida võib kõike!

Täispilet 15.- / sooduspilet 13.-
Piletid müügil www.piletilevi.ee, www.piletimaailm.com ja Kunda noortemajas

Info tel. 32 21 556

KOMÖÖDIATEATER 50 38 045

Kunda Küla Seltsimajas
20. jaanuaril 2018 a
kell 19.00

„Uuel aastal UUE HOOGA“

Tantsulusti pakub KV BÄND

Pilet 5 €

Laudade broneering ja info
tel. 529 3980

OÜ ETEST PR
ostab metsa- ja põllumaad.
Tel 50 45 215, 51 45 215

JÄÄGRI GRILL
SEIKLUSTE MAITSE!

TOITLUSTUS IGA PÄEV, LISAKS TAVAMENÜÜLE KA ULUKILIHATOIDUD. ERINEVATE SÜNDMUSTE JA SEMINARIDE PIDAMISEKS, KOHTI KUNI 80. KÜLALISTEMAJA. SAUN PRIVAATSE EESRUUMIGA. JAHITURISM VASTAVALT HOOAJALE.

WWW.JAAGRIGRILL.EE
INFO@JAAGRIGRILL.EE
+3725163192
3351566

TEATED

Alates 02.02.2018 on Aseri Raamatukogus üleval näitus „Autorinukkude näitus”