



Nr 2 (78), veebruar 2025

Järgmine ajalehe number ilmub 27. märtsil.

Head vabariigi aastapäeva!



Lüganuse Vallavolikogu
Lüganuse Vallavalitsus

Eesti Vabariigi aastapäeva sündmused Lüganuse vallas 24.02.2025

Kell 7.29 Lipu heiskamine, hommikukohv, kontsert - Kait Tamra (Maidla Rahvamaja)

Kell 11.00 Jumalateenistus Lüganuse kirikus
Pärgade asetamine Vabadussõja ausamba jalamile

Kell 14.00 Kontsert - aktus C-JAM (Kiviõli Rahvamaja)

BUSS AINULT TELLIMISEL kuni 20.02.2024
KONTAKT 53345137

Tartu rahulepingu aastapäev

105 aastat tagasi 2. veebruaril 1920 sõlmisid Eesti ja Venemaa Tartu rahulepingu. Tartu rahulepingu sõlmimisega tunnustas Venemaa Eesti Vabariigi iseseisvust ja lõppes Vabadussõda. Tartu rahu avas tee Eesti rahvusvaheliseks tunnustamiseks.

Tartu rahulepingule kirjutasid Eesti poolt alla Asutava Kogu liikmed Jaan Poska, Ants Piip, Mait Püüman, Julius Seljamaa ning kindralmajor Jaan Soots. Tartu rahu 105. aastapäeva tähistamine vallas algas Lüganuse kiriku õpetaja Ulvar Kullerkuppu ja Lüganuse Vallavolikogu esimehe Andrea Eiche sõnavõttudega, millele järgnes pärgade asetamine Lüganuse Vabadussõja ausamba jalamile.

Hoidkem oma sini-must-valget lippu kõrget!

LVL





Lipupäevad 2025. aastal

- 3. jaanuar – Vabadussõjas võidelnute mälestuspäev
- 30. jaanuar – eesti kirjanduse päev
- 2. veebruar – Tartu rahulepingu aastapäev
- 24. veebruar – iseseisvuspäev, Eesti Vabariigi aastapäev
- 14. märts – emakeelepäev
- 23. aprill – veteranipäev
- 9. mai – Euroopa päev
- 11. mai – emadepäev
- 1. juuni – lastekaitsepäev
- 4. juuni – Eesti lipu päev
- 14. juuni – leinapäev (lipp heisatakse leinalipuna)
- 23. juuni – võidupüha
- 24. juuni – jaanipäev
- 20. august – taasiseseisvumispäev
- 1. september – teadmispäev
- 14. september – vanavanemate päev
- 18. oktoober – hõimupäev
- 9. november – isadepäev

Lipupäevad on ka riigikogu või kohaliku omavalitsuse volikogu (KOV) valimise päev, rahvahääletuse toimumise päev ja Euroopa Parlamendi valimise päev. Siis heisatakse Eesti lipp ka valimisjaoskonna hoonele.

Kuigi enamus meie riiklikest lipupäevadest on seotud kindla kuupäevaga, siis on ka mõned nn liikuvad pühad:

- emadepäev – maikuu teine pühapäev
- vanavanemate päev – septembrikuu teine pühapäev
- hõimupäev – oktoobrikuu kolmas laupäev
- isadepäev – novembrikuu teine pühapäev

Eesti lipp on sinimustvalge ja seda kasutatakse rahvus- ja riigilipuna. Eesti lipu kasutamise õigus on igal inimesel.



Lügane vallavanem Dmitri Dmitrijev võtab vallakodanikke vastu **esmaspäeval, 24. märtsil 2025, kella 15.00-17.00** Lügane vallamaja saalis (Keskpuiestee 20, Kiviõli).

Aasa gaasijaama detailplaneeringu ja keskkonnamõju strateegilise hindamise algatamine

Lügane Vallavalitsus teatab planeerimiseaduse (PlanS) § 128 lõike 6 alusel, et Lügane Vallavolikogu 23.01.2025 otsusega nr 230 algatati Aasa gaasijaama detailplaneeringu (DP) ja keskkonnamõju strateegilise hindamise (KSH) koostamine. Planeeringuala asub Lügane vallas Varja külas Aasa kinnistu lõunaosas ning ala suurus on ligikaudu 7 ha. Planeeringuala piirneb lõunaosas Kohtla metskonnaga 191 ning ülejäänud külgedes Aasa kinnistuga. DP koostamise eesmärk on kuni 400 MW elektrilise võimsusega gaasijaama ja selle toimimiseks vajaliku taristu rajamine. DP koostamisest huvitatud isik on Virumaa Energeetika OÜ.

Hetkel kehtiv Lügane valla üldplaneering näeb ette, et detailplaneering tuleb koostada, kui põllumajandustsooni rajatakse keerukama tehnoloogiaga ettevõtte. Planeeringu koostamise käigus hinnatakse planeeringu elluviimisega kaasnevaid asjakohaseid majanduslikke, kultuurilisi, sotsiaalseid ja looduskeskkonnale avalduvaid mõjusid. KSH koostamine on tulenevalt keskkonnamõju hindamise ja keskkonnajuhtimissüsteemi seaduse § 33 lõike 1 punktist 3 kohustuslik, sest kavandatakse põletusseadme ehitamist, mille nominaalne soojusvõimsus on 300 MW või rohkem. DP koostamise algataja, vastuvõtja ja kehtestaja on Lügane Vallavolikogu ning koostamise korraldaja Lügane Vallavalitsus.

DP ja KSH algatamise otsusega on võimalik tutvuda Lügane Vallavalitsuse kantseleis tööpäeviti kell 9-15 ja valla veebilehel. DP koostamisega seotud teadete saamiseks palume teada anda Lügane Vallavalitsuse e-posti teel valitsus@lyganuse.ee või aadressil Keskpuiestee 20, 43199 Kiviõli, Lügane vald, ida-Viru maakond.

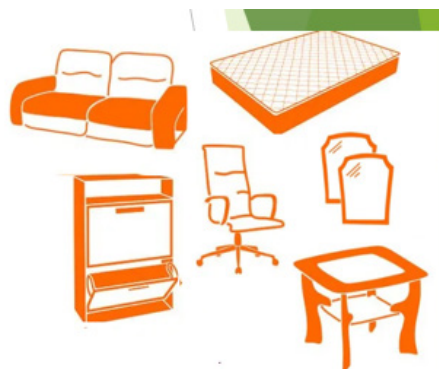
Suurjäätmete kogumisest

Märtsikuus on Ragn-Sells kogumisringi kuupäevad: 04.03.2025 ja 18.03.2025.

Lügane vallas on suurjäätmed hõlmatud korraldatud jäätmeveoga. Suurjäätmete äraveoks peab jäätmevaldaja esitama Ragn-Sells-le tellimuse tellimus@ragnsells.com. Tellimusse peab kirjutama, mida ja millises koguses soovitakse üle anda. Ühe suurjäätmete veokorra maksimaalne maht on kuni 5 m³ hinnaga 4,15 EUR/m³.

Suurjäätmed on:

- mööbliesemed (diivan, laud, jne);
- vaibad, madratsid;
- suured lillepotid;
- riidenagid, peeglid;
- katkised suusad ja kelgid;
- lapsevankrid jne.



Suurjäätmeid võib ka ise Erra jäätmejaama viia. Vastuvõtu-hind on 8,30 EUR/tonn.

Suurjäätmed ei ole:

- ehitus- ja remondijäätmed (nt WC-pott, valamud, ukseid, (suurjäätmed ei ole -pilt)
- tapeet (jne);
- koduelektroonika (nt pesumasin, teler, külmik, pliit jne);
- ohtlikud jäätmed (nt tühjad värvipurgid, eterniit jne);
- vanarehvid, varuosad.



Need vii Erra jäätmejaama! Vastuvõtutingimused leiad valla kodulehel <https://www.lyganuse.ee/erra-jaatmejaam> või tel 5818 8729 (Erra operaator) või tel 527 2990 (vallavalitsuse keskkonnaspetsialist).

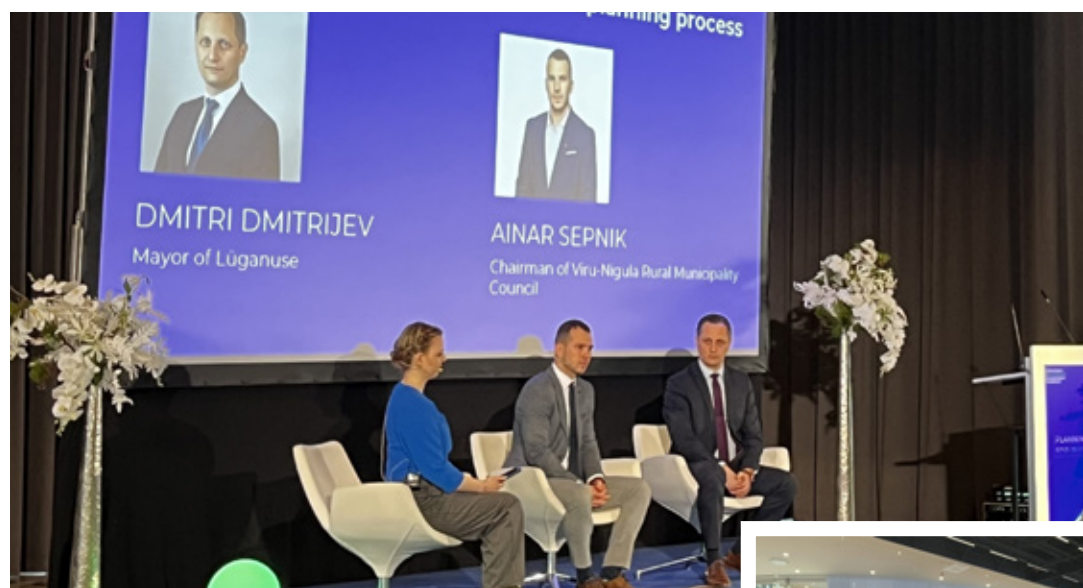
Olga Valiieva
keskkonnaspetsialist

Fermi Energia konverentsil räägiti tuuma- jaamade planeerimisest ja ehitusest

5. veebruaril toimus Tallinnas T1 Venue konverentsikeskuses Fermi Energia kuues uue põlvkonna tuumaenergia aastakonverents pealkirjaga „Ehituseks planeerimine“. Konverentsil esinesid nii Eesti kui ka rahvusvahelised eksperdid, kes arutlesid tuumaelektrijaamade rajamise protsesside üle Eestis ja mujal maailmas.

Konverentsi avas Riigikogu keskkonnakomisjoni esimees Igor Taro. Esinejate seas oli Carl Berglöf Rootsi Riigikantsleis, Fredrik Vitabäck GE Hitachi Nuclear Energy'st, endine Kanada tuumaohutuse komisjoni juht Rumina Velshi ning esindajad ettevõtetest nagu Samsung C&T ja Aecon Group Inc. Eestit esindasid ettekannetega Fermi Energia juhatuse esimees Kalev Kallemet, Maa- ja Ruumiameti peadirektor Kati Tamtik ning omavalitsusjuhid Lügane ja Viru-Nigula vallast. Konverentsi olid kuulamas Lügane valla ametnikud.

Päeva jooksul käsitleti teemasid nagu Rootsi eesmärgid uute tuumaelektrijaamade ehitamisel, BWRX-300 reaktori Euroopa disaini kasutuselevõtt, väikereaktorite loostamise kogemused Kanadas ning tuumajaama planeerimisprotsess Eestis. Lisaks toimus paneeldiskussioon võimalike asukohavaldade ja kohaliku kogukonna ootustest eriplaneeringu protsessi eel, milles osales ka Lügane



vallavanem Dmitri Dmitrijev.

Fermi Energia eesmärk on edendada teadmiste vahetust ja koostööd tuumaenergia valdkonnas, et toetada Eesti energiajulgeolekut ja kliimaeesmärkide saavutamist. 14. jaanuaril esitas Fermi Energia taot-

luse riigi eriplaneeringu algatamiseks kahe 300-megavattise väikereaktoriga tuumajaamale asukoha leidmiseks.

Allikas: Fermi Energia
LVL



Fotod: Lügane Vallavalitsus

MTA saatis maamaksu teavitused

Maksu- ja Tolliamet (MTA) saatis veebruaris maamaksu teated e-MTAs märgitud kontaktidele. Maamaksu esimese osamakse tasumise tähtaeg on sel aastal 31. märts, teise osamakse tähtaeg 1. oktoober.

MTA teavitab maksumaksjaid maksuteate moodustamisest e-kirjade ja tekstisõnumitega veebruarikuu jooksul. Kui oled teavituse kätte saanud, saad maksuteatega tutvuda e-teenuste keskkonnas e-MTA, valides Maksud – Maamaks – Maamaksuteated ja maa andmed.

Maamaksu esimese osa tasumise tähtaeg on 31. märts. Järelejätnud osa tuleb tasuda 1. oktoobriks. Koduomanikele kehtib sel aastal endiselt koduluse maa maksusoodustus.

Lügane vallas kehtivad 2025.

aastal alates 1. jaanuarist 2024 kehtima hakanud uued maksumäärad. Elamumaale ja maatundusmaale kehtib 0,5%, ülejäänud sihtotstarvetega maadele 1% maa maksutamishinnast aastas. Uute maksumäärade kehtestamise vajadus tulenes viimasest maa korraliselt hindamisest 2022. aastal ja maa maksuseaduse muudatustest.

Mis on maamaksuga sel aastal teisiti?

Muutus maamaksu tõusu piirmäär ehk n-õ kaitsemehhanism. Kaitsemehhanism on mõeldud selleks, et maatüki maks ei suureneks eelmise aastaga võrreldes liiga järsult. 2025. aastal suureneb iga katastriüksuse maamaks eelmise aastaga võrreldes kuni 50% või 20 eurot juhul, kui maatükile maksuvabastusi või -soodustusi ei rakendu.

Kui möödunud aasta maamaksuga võrreldes on 50% suurune kasv vähem kui 20 eurot, siis suureneb maamaksusumma 20 euro võrra. Kui aga katastriüksusel on maksuvabastusi või -soodustusi, siis võib 2025. aastal tasumisele kuuluv maamaks erineda ka enam kui 50% või 20 eurot võrreldes eelmise aasta maksumummaga.

Muutus esimese osamakse summa, mis tuleb maaomanikel tasuda. Kui maamaksusumma on üle 100 euro, siis esimese osamakse suurus on vähemalt pool, kuid mitte vähem kui 100 eurot. Kui aga maksumusumma on vähem kui 100 eurot, siis tuleb esimeseks tähtjaks tasuda kogu maksumusumma korraga.

Maksu arvutamise alus on maa väärtus, mille on määranud Maa- ja Ruumiamet. Maa hindamise küsimustega palume pöörduda

Maa- ja Ruumiameti poole e-aadressil info@maaruum.ee. Maksu arvutamisse ja tasumisse puutuvaga on õige pöörduda Maksu- ja Tolliameti poole e-posti aadressil eraklient@emta.ee või telefoni teel +372 880 0811. Kui maksuteates on maksustatava maakasutuse või maksumaksja andmed ebatäpsed, pöörduge andmete täpsustamiseks Lügane vallavalitsuse maaspetsialisti poole.

Maamaks on riiklik maks, millega maksustatakse Eestis kogu maa. Maksumäärad kehtestavad kohalikud omavalitsused. Maamaks laekub täies ulatuses kohaliku omavalitsuse eelarvesse, selle toel saavad omavalitsused arendada kohalikku elu ning pakkuda kohalikele mõeldud teenuseid.

LVL

Sundvalduste seadmist ei tasu karta

2018. aastal jõustunud kinnisasja avalikes huvides omandamise seadus (KAHOS) asendab selle ajani kehtinud kinnisasja sundvõõrandamise seadust. Hetkel kehtiv seadus sätestab kinnisasja avalikes huvides omandamise alused ja korra ning sundvalduse seadmise.

Sundvalduse seadmist kasutatakse nii eraomandis olevate teede avaliku kasutuse määramiseks kui avalikes huvides rajatud tehnosüsteemide ja -rajatiste talumiseks. Lügane Vallavalitsus on korras-tamas Teeregistrit kohalike teede osas ning on algatamas eraomandis olevatel katastriüksustel paiknevate teede kasutusõiguse määramiseks sundvalduste seadmise menetlust. Menetlus algab vastavate teadete edastamisega kinnistute omanikele. Juhin tähelepanu, et kui saate e-kirja teel vallavalitsuselt teate, tuleks kindlasti sellele vastata ja kinnitada teate kättesaamist. Teate kohaselt on kinnistu omanikel õigus esitada oma seisukohad nelja nädala jook-

sul teate kättesaamisest.

Oleme märganud, et maaomanikel on tekkinud sõna „sundvaldus“ kuuldes hirm või kartus, justkui võetaks neilt midagi vägisi ära või sunnitaks midagi tegema. Hirmud on asjatud. Tegelikult see nii ei ole. Varem põhines eratee avalikuks kasutamiseks määramine kas lihtkirjalikult või notariaalsel lepingul. KAHOS muudis erateede avalikuks kasutamiseks määramise erasisikute jaoks kuluefektiivsemaks. Nüüd ei pea iga kinnistu omanik ja vald eraldi notaris lepingut sõlmima käima, vaid vallavalitsus saab avaliku huvi korral erateede avaliku kasutusõiguse määrata sundvalduse seadmise kaudu.

Sundvaldus oma sisult on isiklik kasutusõigus. Seega on ainult otsustamise küsimus, kas eelistada sundvalduse seadmist või isikliku kasutusõigust. Seejuures lihtsam, kiirem ja soodsam variant on sundvalduse seadmine. Sundvaldus võib küll kõlada sunnina, kuid te-

gelik sisu seda ei ole. Sundvalduse seadmist reguleerib kinnisasja avalikes huvides omandamise seadus, mis annab võimaluse seada sundvaldus kokkuleppel. Kui kinnisasja omanik on nõus sundvalduse seadmise ja tingimustega, ei pea sundvalduse seadmise menetlust läbi viima ning vallavalitsus saab otsustada sundvalduse seadmise ilma lisanduvate tasudeta.

Isikliku kasutusõiguse lepingu saab sõlmida vaid notariaalselt ning sellega kaasnevad lepingu sõlmimise kulud ja notaritasud. Uuendusena saab kanda märke sundvalduse kohta ka Kinnistusraamatusse, mis tagab selle, et kõik kanded kinnisasja kohta kajastuvad ühes kohas ning ülevaade kinnistu kohta on parem.

Eratee avalikuks kasutamiseks määramine toob kinnistu omanikule seadusest tulenevaid soodustusi. Kinnistu suurus ei muutu, kuid maamaksu arvutamisel arvatakse maamaksust välja teaaluse maa osa. Samuti lähevad vallavalitsuse-

le üle kõik teemaniku kohustused (lumekoristus, tee hooldamine, hõõveldamine, aukude lappimine, niitmine jne, samuti tulevased remonditööd), õigused ja vastutus. Ehitusseadustiku kohaselt on avalikult kasutataval teel kaitsevöönd – teed ümbritsev ala, mis tagab tee kaitse, teehoiu korraldamise, liiklusohutuse ning vähendab teelt lähtuvaid keskkonnamõjusid. Teatud tegevused on tee kaitsevööndis keelatud, kuid need keelud ei ole absoluutsed. Kui omanikul tekib vajadus teha tee kaitsevööndis töid, tuleb kooskõlastamiseks pöörduda vallavalitsuse teedespetsialisti poole.

Kokkuvõttes julgustame inimesi mitte kartma sundvalduse seadmist. Kinnistu omaniku olukord ei halvene, vastupidi – vallavalitsus võtab enda kohustuseks teed hooldada ning kinnistu omanik ei pea teaaluse maa eest maksa maamaksu.

Gerly Pällo
vallavalitsuse maaspetsialist

Kogu kasutuskõlblik tekstiil ja tekstiilijäätmed eraldi!

Kohalik omavalitsus pidi alates 1. jaanuarist 2025 korraldama tekstiilijäätmete liigiti kogumise. See tähendab, et igal inimesel peab olema võimalik tekstiilijäätmeid ära anda oma kohaliku omavalitsuse piires. Milliseid esemeid viia tekstiilijäätmete kogumispunkti, mida tuleb tähele panna ja mis neist jäätmetest edasi saab?

Esialgselt teeme selgeks, et tekstiili all peame silmas nii riideid, jalanõusid kui ka tekstiile, mis pärinevad kodumajapidamistest, näiteks tekid, padjad, rätikud, kardinaid jne.

Mida teha tekstiilijäätmetega?

Kui riided, jalanõud või muud tekstiilid ei ole enam kasutuskõlblikud, tuleb need viia tekstiilijäätmete kogumiskohta. Selleks võib olla näiteks jäätmejaam, avalik konteiner või kogumisring. Lüganeuse vallas võib riideid ja tekstiile Erra jäätmejaamas ära anda <https://www.lyganuse.ee/erra-jaatmejaam>

Hallitanud, kopitanud või koitanud tekstiilijäätmed viska segaolmejäätmete konteinerisse. Hügieenilistel põhjustel pane segaolmejäätmete konteinerisse ka aluspesu, sukkpüksid ja sokid.

Kasutuskõlblik tekstiil

Kui sul on kodus terved ja puhtad riided või jalanõud, mida endal enam vaja ei lähe, vii need võimalusel kasutatud rõivaste poodidesse või kaubanduskeskustes asuvatesse kogumiskastidesse (Uuskasutuskeskus, Sõbralt Sõbrale, H&M). Kui korraldatakse kasutatud esemete kogumisring, kasuta võimalus. Jälgi ainult, mida konteinerisse panna tohib.

Elus on kõik pidevas muutumises – lapsed kasvavad kiiresti suureks, kolimisel võib mõni asi kaduma minna ja teisest saab üleliigne. Tänapäeval on tarbimine igapäevaelu osa, kuid enne ostu sooritamist tasub kindlasti mõelda, kas see on tõesti vajalik. Kui otsustad siiski ostu tegemise kasuks, tasub kaaluda ka keskkonnasõbralikumad võimalused ning otsida vajalikku asja taaskasutusest. Kuigi



Kiviõli Värkstuba, Kristina Tammisaar. Foto: erakogu

saab ka ise kuulutusi sirvida, on suurepärane, et on olemas kohti ja inimesi, kes on valmis selles küsimuses sulle appi tulema.

Kiviõlis on ka üks tore koht, kus vanad asjad leiavad uue elu. Kui sul on esemeid, mida sa enam ei vaja, saad need viia Kiviõli Värkstuppa. Seal hoolitsevad toredad inimesed selle eest, et sinu kasutatud asjad jõuaksid nendeni,

kes neid vajavad. Värkstuba võtab vastu ka kulunud või defektiga puuvillaseid esemeid (rätikud, voodipesu ja T-särgid). Need kogutakse eraldi ja antakse töökojale, kellega on pikaajaline ja tihe koostöö. Oma tegevusega aitab Värkstuba asjad jätta kasutusse, nii ei jää need tolmuma koguma ega satu prügimäele. Iga väike annetust hoiab kokku ressursse ja panustab

puhtamasse keskkonda.

Enne ostmist mõtle alati: kas ma tõesti vajan seda, kas see peab tingimata olema uus või saaksin midagi hoopis taaskasutusest? Enne asja äraviskamist hinda eseme korrasolekut ning mõtle, et see saab kellegi teise käes ka uue elu. Niimoodi väikeste sammudega saab igaüks aidata kestlikumale eluviisile kaasa.

Parim, mida siiski teha, on igal võimalusel vältida tekstiilide jäätme muutmist. Kui tekstiile tõesti enam kanda või kasutada ei saa – näiteks on särk muutunud auklikuks või püksid siit-sealt kulunud – võib neid pakkuda ka näiteks kaltsuvaipade kudujatele või muudele käsitööseltidele. Samuti on võimalik rätikuid, kodutekstiili, patju ja tekke annetada loomade varjupaikadele, kes neid hea meelelega veel viimast korda kasutavad.

Tööstuses tekkinud tekstiilijäätmed

Kohalik omavalitsus ei pea korraldama tekstiilitootmises tekkinud tekstiilijäätmete vastuvõttu. Tootmisettevõtte peab tekkinud jäätmed liigiti koguma ning andma need üle keskkonnaluba omavale jäätmeäitlusettevõttele.

Miks on tarvis tekstiili eraldi koguda ja mis sellest edasi saab?

Selle asemel, et tekstiilijäätmed satuksid prügimäele või põletusse, saab osa neist ümber töödelda

ning valmistada uusi tooteid. Nii hoiame kokku loodusressursse ja vähendame jäätmeteket. Eestis on ka varsti tekkimas tekstiilijäätmete ringlussevõtu võimekus (<https://eis.ee/ceesti-teeb-maailmas-revolutsiooni-koik-tekstiilijaatmed-lahevad-peagi-taaskasutusse/>), seega liigume sammhaaval selles suunas, et tekstiilijäätmetest sünniks uut väärtust.

Euroopa Liidul on plaan kehtestada tekstiilidele tootjavastutus. Selle peamine eesmärk on panna tootjad vastutama tekstiilitoodete kogu olelusringi eest, mis hõlmab ka kasutatud tekstiilide nõuetekohast käitlemist. Seejuures peavad tootjad edaspidi rahastama tootjavastutuse alla kuuluvate tekstiilitoodete kogumist, korduskasutust, ümbertöötlemist ja kõrvaldamist. Hetkel toimuv EL tasandil läbirääkimised ning loodetavasti jõutakse tulemuseni selle aasta esimeses pooles. Siis selgub ka tootjavastutuse rakendamise tähtaeg.

Olga Valiieva
keskkonnaspetsialist

ERRA JÄÄTMEJAAM

E

SULETUD

T – R

9.00 - 15.00

L

9.00 - 17.00

P

SULETUD

Riiklikel pühadel on jaam suletud.

Jäätmejaam teenindab eraisikutest kliente, kelle elukoht on rahvastikuregistri andmetel Lüganeuse vallas.

Projekti on rahastanud Keskkonnaministeerium rahvusvahelise kliimakoostöö vahenditest.

Info telefonil 58 188 729 (operaator)
www.lyganuse.ee/erra-jaatmejaam

TAHAN ÄRA ANDA	KUHU VIIA?	MIDA JÄLGIDA?
KASUTATUD TEKSTIIL (terved ja puhtad riided, mida saab uuesti kasutada, puuvillane ja vett imav tekstiil)	Kiviõli Värkstuba MTÜ Soo tn 3, Kiviõli T-R 12-16 Tel 5682 0012	Paki kinnistesse kottidesse, et vältida määrdumist. Puuvillased tekstiilid võivad olla defektidega, kuid peavad olema puhtaks pestud.
TEKSTIILIJÄÄTMED (kasutuskõlbmatud rõivad, jalanõud ja kodutekstiil, mida ei saa uuesti kasutada)	Erra jäätmejaam Puiestee 22, Erra alevik Tel. 5818 8729	Sobivad katkised tekstiilid, riided ja jalanõud.
TEKSTIILIJÄÄTMED (kasutuskõlbmatud, mida ei saa uuesti kasutada)	Pane segaolmejäätmete konteinerisse	Sobivad tekstiilid, mis on: määrdunud või niisked, tugeva lõhnaga, hallitanud, kopitanud, koitanud. Lisaks aluspesu, sukad, sokid
TÖÖSTUSES TEKINUD TEKSTIILIJÄÄTMED (nt tootmisjäätmed)	Võta ühendust jäätmeäitajaga, kellega vastav leping sõlmida	Tööstuses tekkinud tekstiilijäätmeid segaolmejäätmetesse panna ei tohi.

PILTUUDIS

Veebruar – sõpruse ja armastuse kuu!

Traditsioonile truus jäädes avasime ka sel aastal sõbrakuu pidulikus tuledesäras. Öhtuti tasub sammud seada Kiviõli keskvaljakule, kus saab imetleda südamekujulist valgusinstallatsiooni. See muudab värve iga mõne sekundi järel ja loob maagilise meeleolu veebruari lõpuni. Sõbrakuu annab märku peagi lähenevast kevadest, mis toob värsked mõtted ning muudab meid kõiki tähelepanelikumaks, hoolivamaks ja sõbralikumaks. Imelist sõbrakuud!



Füüsikaõpetaja Jüri-Mikk Udam: tuulikute infraheli pole inimesele kahjulik

Tuuleparkide hoogustunud rajamise foonil on Eestis tekkinud arutelu selle üle, kas ja kuidas tuulikud inimesi mõjutavad. Fookuses on küsimus infrahelist ning selle võimalikust mõjust lähedal elavate inimeste tervisele. Kuidas aga infraheli tekib ja mil moel see inimesi mõjutab, selgitab Harvardi ülikoolis mehaanikainseneri eriala omandanud füüsikaõpetaja Jüri-Mikk Udam.

Selleks, et rääkida infrahelist, peame esmalt rääkima helist laiemalt. Füüsikaliselt tekib heli õhuosakeste võnkumisest. Kui ühte keha mingil sagedusel vibreerima panna, siis see hakkab liigutama teda ümbritsevaid õhuosakesi. See on nagu doominoeffekt: näiteks kui poognaga viiukeelt liigutada, siis keel müksab õhuosakest, see omakorda müksab järgmist õhuosakest ja nii edasi kuni kõrva kuulmekileni välja. Inimese kõrv hakkab tajuma seda õhu kaudu levivat liikumist vibratsioonina, mida me kutsumegi heliks. Me suudame tajuda helisagedusi päris suures vahemikus: 20 hertsist (Hz) kuni 20 000 hertsini ehk infraheli piirist ultraheli piirini.

Müra mõju kaks komponenti

Heli iseloomustab kaks asja. Esiteks amplituud, mis määrab, kui tugevalt või intensiivselt me heli tajume. Helitugevust mõõdetakse detsibellides (dB). Näiteks sosina amplituud on väike (~35 dB), samas kui karjuva inimese hääle amplituud on suur

(~100 dB).

Kui me räägime normaalsel hääletoonil, siis helitugevus on kuskil 55–65 dB. Amplituudi skaala on selline, et kui helitugevus suureneb 10 dB võrra, siis me tajume seda heli ligikaudu kaks korda valjemana. Sellepärast võib pikaajaline kokkupuude juba rohkem kui 85 dB tugevusega heliga (nt maanteeliiklus, muruniiduk, tolmuimeja, karjumine või vali muusika) olla inimese kõrvale kahjulik.

Teiseks iseloomustab heli sagedus, mis määrab, kui kõrge või madalana me heli tajume. Näiteks mida kõrgem on inimese hääl, seda suurem on helisagedus. Keskmise mehe hääl jääb vahemikku 90–155 Hz, keskmisel naisel 165–255 Hz ning metsas laulval põialpoisl võib helisagedus jääda vahemikku 5000–9000 Hz. Vananedes kuulmine nõrgeneb ning kõrgeid sagedusi (k.a. põialpoisi laulu) me tihti peale enam kinni ei püüa.

Infraheli tekkimine

Infraheli on sellise sagedusega (vähem kui 20 Hz) heli, mida tavaline inimene ei kuule. Heli kandjaks on ka siin meid ümbritsev õhk ning kõik, mis õhuga kokku puutub. Näiteks kui merelainetuse tõttu puutub veepiir õhuga kokku ning paneb selle võnkuma, tekib mitmel sagedusel heli – osa sellest kuulme meeldiva merekohinana, aga osa on infraheli sagedusel ja seda me ei kuule.

Infrahelisid tekib meie ümber igapäevaselt palju, nii looduslikult kui ka tehniliselt. Lisaks tuule tekitatud merelainetusele, metsakohinale ja tormivilinale tekitavad infraheli ka näiteks äike, maavärinad ja vulkaanipursked. Muide, elevantid, kaelkirjakud ja minasarvikud kuulevad ja suhtlevad oma liigikaaslastega vajadusel ka infrahelil, sest madala sageduse tõttu levib heli kaugemale ja suudab läbida takistusi nagu põõsad ja künnad. Tehnilisest seadmetest tekitavad infraheli näiteks autosõit, kodune konditsioneer kui ka tuulegeneraator.

Infraheli sagedus on küll piisavalt madal, et inimese kõrv seda ei erista, aga kui läheb suureks infraheli amplituud ehk tugevus (~90–110 dB), siis hakkame seda füüsiliselt tundma. Näiteks võime infrahelist tulenevaid vibratsioone ja lööklaeneid tajuda suurtes tootmisjaamades turbiinide või kompressorite läheduses, samuti kõvemate plahvatuste korral ja ägedamate bassikõlarite ees muusikat kuulates. Vibratsioonidest tekkivad füüsilised aistingud (nõ rõhumistunne) võivad põhjustada ebamugavust, väsimust ja tasakaaluhäireid.

Infraheli tuulikute

Kui mõtleme heli tekitamisele, siis saab tuulikult võrrelda ühemehelähedast, mis tekitab tuulikulaabade pöörlemisel erinevaid helisid erinevatel sagedustel. Osa neist helidest kuulme oma kõrvaga hästi, teisi aga

mitte, sõltuvalt tekkiva heli sagedusest, amplituudist ja ümbritsevatest looduslikest helidest.

Inimkõrvale kuulmatu infraheli tekitab tuulikutes väga madala tugevusega. Uuema tehnoloogiaga tuulepargid, mida ka meil Eestis rajatakse, toodavad infraheli alla 50 dB – see on kõvasti alla tajutava piiri. USAs läbi viidud mõõtmiste järgi jääb 300 meetri kaugusel tuulikust nende helide tugevus vahemikku 35–45 dB, mida võib võrrelda sosina või õrna taustamüraga. Sellise tugevusega infraheli mõju inimese tervisele on põhjalikult uuritud (nt Maailma Terviseorganisatsioon, Kanada ja Hollandi teadusasutused), ent mitte ühtegi kahjulikku toimet ei ole suudetud tõendada. Vererõhu tõus, tasakaaluhäired ja üldine enesetunde langus võivad tekkida pikemaajalisel kokkupuutel infraheliga tugevusel üle 90–110 dB – see on tuhandeid kordi intensiivsem infrahelist, mida toodavad tuulikud.

Seega pole põhjust muretseda, et tuulikute läheduses elamine võiks inimese tervist kuidagi kahjustada. Tuulikute poolt tekitatud infraheli on nii madala tugevusega, et isegi takistuste – metsade, küngaste ja majade – ületamisel jõuab see inimeseni tasemel, mis jääb oluliselt alla teaduslikult tõendatud kahjulike mõjude piirväärtusele. Seetõttu ei ole tuulikute infraheli inimese tervisele ohtlik.

Allikas: Keskkonnaportaali

Kiviõli Tervisekeskus kujuneb tasapisi tõeliseks esmatasandi tervisekeskuseks

Kiviõli linn osales 2017.aastal meetmes „Tervisekeskuste kaasajastamine“, millega toetati kohalikke omavalitsusi ja perearstikeskuseid kaasagsete tervisekeskuste taristu ehitamisel tõmbekeskustes, tagades kättesaadavad ja mitmekülgsed tervishoiuteenused, parandades teenustele juurde- ja ligipääsetavust.

Kiviõli Linnavalitsuse projekt „Esmatasandi tervisekeskuse rajamine Kiviõli linna“ sai toetust Euroopa Regionaalarengu Fondist. Projekti otseseks eesmärgiks oli esmatasandi tervishoiuteenuste kvaliteedi ja kättesaadavuse parandamine ning kindlustamine ka tulevikus. Kiviõli esmatasandi tervisekeskuse hoone asukohaga Keskpuiestee 36 sai valmis ja avati 2020.aastal.

Kiviõli Tervisekeskuse teeninduspiirkond hõlmab tänaseks kogu Lüganuse valda. Hoone kuulub tervikuna Lüganuse vallale, see on rekonstrueeritud kõigile ruuminoüetele vastavaks ja tingimused selles majas on väga head nii töötajatele kui klientidele. Hoones on olemas paljud perearste ja patsientide toetavad teenused. Majas pakub Lüganuse vald ka oma koostööpartnerite kaudu vaimse tervise teenuseid nagu psühholoog, kogemusnõustamine, füsioteraapia, loovteraapia, tegevusteraapia, mänguteraapia, sõltuvusnõustamine jne. Pakutakse ka sotsiaalkindlustusameti poolt rahastatud sotsiaalse rehabilitatsiooni teenust, et meie erivajadustega lapsed saaksid mugavalt koduvallas teenustel käia. Teenuste lisainfo leiad kodulehelt <https://marenatugikeskus.ee/>

Kiviõli Tervisekeskuse rajamisele on panustatud kokku 1,27 miljonit eurot, millest saime Euroopa Regionaalarengu Fondist (ERF) toetusena tagasi 665 933 eurot. Koos pangalaenu ja ERF toetusega võitis Lüganuse vald endale kohustuse tagada, et 20 aasta jooksul peale projekti lõppemist pakutakse hoones valdavalt tervishoiuteenuseid, sealhulgas tagatakse kaasagssed vastuvõturuumid vähemalt neljale perearstile. Kui seda ei tagata, võib juhtuda, et toetus tuleb ERF-ile tagasi maksta. Oleme seni suutnud nelja perearsti vastuvõtu edukalt tagada, kuid jätkuva elanike kahanemise tingimustes peame olema hoolsad, et ka tulevasel 15 aastal, mil see kohustus vallal peal, oleks nelja perearsti tingimus täidetud.



Juba Kiviõli Tervisekeskuse rekonstrueerimise ajal oli selge, et Püssis, Viru tn 1 asuv perearsti vastuvõturuumide hoone ei vasta tulevikus enam nõuetele. Seetõttu planeeriti tervisekeskuse teise korruse ruumilahendus paindlikult, võimaldades vajadusel kabinettide ümberkorraldamist. Möödunud aasta detsembris teavitas Lüganuse Vallavalitsus Püssi perearsti FIE Tatjana Naumovat, et 2006. aastal sõlmitud tüürileping tuleb lõpetada hoone väga halva seisukorra tõttu. Otsus lammutada Viru tn 1 hoone põhineb eelkõige selle ohutusriskidel, nagu varisemisoht, hallitus ja tuleoht. Vallavalitsus otsis esmalt perearstile uusi vastuvõturuume Püssis, kuid

sobivaid ja ligipääsetavaid ruume ei leitud. Seetõttu pakuti dr Naumovale rendipinda Kiviõli Tervisekeskuses, mis on spetsiaalselt tervishoiuteenuste pakkumiseks ehitatud ja renoveeritud. Ta nõustus pakkumisega ning veebruarikuus tehakse vajalikud kohandused, et uus vastuvõturuum oleks 1. märtsiks kasutusvalmis.

Uude asukohta kolimine toob patsientidele mitmeid eeliseid:
Kaasaegne ja parem ravikeskkond
✓ Uus tervisekeskus on spetsiaalselt tervishoiuteenuste osutamiseks loodud.
✓ Ruumid on avarad, valguskül-

lased ja paremini ventileeritud, mis tagab mugava ja tervisliku keskkonna nii patsientidele kui ka arstidele.

Laiem teenuste valik ja parem kättesaadavus
✓ Patsientidele on ühe katuse all kättesaadavad mitmed tervishoiuteenused, sealhulgas eriarstid, labor, koduõendus, füsioteraapia ja hambaravi.
✓ Tervisekeskuse vahetus läheduses asuv apteek võimaldab vajalike ravimite kiiret ja mugavat kättesaamist.
Mugavam ja turvalisem ligipääs
✓ Hoones on lift ja invapääsud, mis tagavad ligipääsetavuse eakatele, liikumisraskustega inimestele ja lapsevankriga peredele.
✓ Lüganuse vald ja Ida-Viru Ühistranspordikeskus on korraldanud ühistranspordiühendused, tagades regulaarse ja mugava liiklemise tervisekeskusesse.
✓ Vajadusel saab inimene pöörduda sotsiaalsuhtlusesse, et koos leida transpordilahendusi.

Kogukonna tervise paranemine
✓ Uuendatud tingimused võimaldavad arstidel pakkuda kvaliteetsemat ja efektiivsemat ravi.
✓ Tervishoiutöötajate parem koostöö kiirendab diagnoosimist ja ravi.

Lüganuse vald hoolib kogukonna vajadustest
✓ Vallavalitsus toetab üleminekuperioodil ja tagab, et kõik patsiendid saavad jätkuvalt vajalikku arstiabi.
✓ Vanade hoonete lammutamine aitab ennetada võimalikke ohte, tagades turvalisema elukeskkonna.

Lüganuse Vallavalitsus jätkab tööd selle nimel, et tervishoiuteenused oleksid kogukonnale võimalikult kvaliteetsed, mugavad ja kättesaadavad.

Anu Horn
arengu- ja planeerimiseoskuse juht

PILTUUDIS



Lüganuse valla eakate nõukogul toimus järjekordne tööine koosolek

Lüganuse valla eakate nõukogu pidas Purtse päevakeskuses oma järjekordset koosolekut. Arutati tulevikuplaane, esitati vallavene-male küsimusi ja saadi nendele ka vastused. Oli tööine ja informatiivne kohtumine.

Fotod: Viivian Päll



Loeme läbi 2025 raamatut

Kiviõli Riigikooli Viru õppekohas tähistati eesti raamatu aasta algust. Teema-aasta loob võimalused võtta fookusesse sõnakunsti ja lugemisoskuse tähtsust.

Raamatu-aasta algas meie majas piduliku kogunemisega, mõtete vahetamisega ning päeva jooksul toimusid lugemisevahetunnid. 7. klassi õpilased lugesid ette lugusid, ja et põnevust lisada ning tähelepanu hoidmist harjutada, toimus kuulamismäng, kus kõigi küsimustele õigesti vastanute vahel loositi auhindu.

Raamatu-aasta raames on plaanis kutsuda erinevaid külalisi, kes aitavad raamatumaailma sukelduda ja selle võlusid avastada. Esimeseks külaliseks oli mitmeid lasteraamatuid kujundanud Tuulike Kivestu, kes tutvustas põhikooli lastele, kuidas raamatuillustraatoriks saada ja kuidas see töö käib. Lastel oli võimalus ka endal kätt proovida lasteajakirja Täheke esikaane kujundamisega.

Püüame üheskoos lugemistunde kasvatada ja lugemiselamusi saada. Selleks esitasime endale väljakutse – loome kooliperega üheskoos läbi järgmise aasta emakeelepäevaks 2025 raamatut.

Helena Paist
Kiviõli Riigikool
huvijuht



Pildil Tuulike Kivestu. Foto: Helena Paist

Esimesed 100 päeva koolis

Kiviõli Riigikooli 1.b klassi õpilased Annabel, Iti ja Mirtel avaldavad arvamust koolielu kohta.

Tüdrukud alustasid kooliteed 1. septembril Kiviõli Riigikooli Viru õppekohas. 7. veebruaril sai täis 100 päeva koolis. Kõigi kolme tüdruku jaoks on koolitee algus olnud põnev ja neile väga meeldib koolilapse staatus. Tüdrukute vaieldamatuks lemmikuks on kehalise kasvatus tunde, kuid samuti meeldib neile matemaatika ja käsitöö.

Annabel, Iti ja Mirtel on arvamusel, et osavamaks on nad muutunud lugemises ning kirjutamises. Tüdrukud on ühisel meelel ka oma õpetaja ja klassijuhataja Karmen Tõnnissoni osas – ta on lihtsalt parim.

Annabeli sõnul on ta saja päeva väga palju õppinud, eriti meeldib talle see, et oskab juba kirjutada nagu suur inimene. Samuti tunneb ta rõõmu, kui saab koolis sõbrannadega mängida ja kooli üritustest osa võtta. Eriti meeldis talle teatrikülastus koos klassiga ja jaanuaris toimunud klassi aabitsapidu.

Iti tunneb, et on lisaks lugemisele ja kirjutamisele osavam

joonistamises. Samuti on kujutlusvõime ja esinemisoskus paremaks läinud. Vahetunnis meeldib talle joonistada ja kogupäevakooliga raamatukogus käia. Enne koolitee algust kartis ta, et koolis on raske, kuid tegelikult see nii ei ole. Enne kooli sai käidud eelkoolis, kus tutvus uute laste ja õpetajatega. Samuti oli tore see, et ta sai ühte klassi koos oma lasteaiakaaslastega.

Mirtel on aga rõõmus selle üle, et on leidnud endale uusi sõpru. Peale kooli meeldib talle minna iseseisvalt kunstikooli ja käia raamatukogus.

100 päeva jooksul on lapsed jõudnud pidada mitu pidu, käia koos teatris ja kinos. Need üritused on olnud väga vahvad ja lastele meelde jäänud. Päevad on möödunud kiiresti, täis koosolemise ja -tegemise rõõmu ning usinat õppimist.

Laste mõtted aitasid kirja panna lapsevanemad Marie Peri, Keidi Kreisman ja Liis Jaakma



Fotod: KRK

Hea uudis lastele ja noortele!

Lüganuse Vallavalitsus teatab, et veebruari koolivaheajal on Kiviõli Seikluskeskuses mäesuusatamine ja lauataimine esmaspäevast reedeni (3 tundi) kõikidele valla lastele ja noortele 7.–19. eluaastani tasuta. Kaasa võtta õpilaspilet.



Suusatama pääsevad kõik 7–19-aastased lapsed/noored (olenemata, mis koolis nad käivad), kelle elukohaks on rahvastikuregistri järgi Lüganuse vald. Õpilaspilet või ka muu isikut tõendav dokument on tasuta mäe kasutamise õiguse kontrollvahendiks.

Kiviõli Seikluskeskuse lahtiolekuajad leiad kodulehelt seikluskeskus.ee.

Lüganuse Vallavalitsus



Idamaise hõnguga tantsuetendus

Tantsustuudio Isar Dance talvine tantsukontsert pakkus sel aastal publikule midagi erilist. Uusaastashow toimus seekord idamaise kalendri järgi ning 45 eri vanuses tantsijat tõid lavale Hiina tantsukunsti ilu ja mitmekesisuse.

See ülesanne oli nii tantsijatele kui ka stuudio juhile uus ja keeruline, sest teise kultuuri lavale toomine on alati väljakutse ning vastutus. Pikaajaline ettevalmistus – koreograafia loomine, muusika valik, materjalide uurimine ja intensiivsed proovid – andis lõpuks oma tulemuse ning saalisolijad said nautida värvikat ja lummat tantsuetendust.

„Kõige olulisem on puudutada vaataja hinge,“ usub stuudio juht. „Kui suudame kinkida inimestele naeratuse, eredaid emotsioone ja kananahka tekitavaid hetki, siis oleme õigel teel.“

Aljona Zemljak
Tantsustuudio juht



Fotod: Veera Korotajeva

Õpetajad said hariduslike erivajadustega õpilaste paremaks toetamiseks väärt koolituse

Kiviõli kunstide koolis toimus hiljuti koolitus, mis aitas õpetajatel paremini mõista ja toetada hariduslike erivajadustega (HEV) lapsi. Praktiline ja silmiavav kogemus andis õpetajatele vajalikke teadmisi, kuidas iga õpilase arengut veelgi paremini suunata.

Kaasaegne kool ei ole enam koht, kus kõik lapsed peavad sobituma ühtsesse süsteemi. Vastupidi – iga laps on omaette maailm ja vajab just talle sobivat lähene-mist. Eriti kehtib see HEV-õpilaste kohta, kelle jaoks võivad isegi väikesed kohandused õpetamisviisides tuua märgatava muutuse. Just see teadmine oli koolituse fookuses – kuidas märgata ja mõista erivajadustega lapsi ning kuidas luua keskkond, kus nad tunnevad end hästi ja turvaliselt.

Koolitus polnud pelgalt teooria – õpetajad said kogeda, kuidas lihtsate võtetega saab muuta klasisuurtuimise õhkkonda toetavamaks ja lapse jaoks pingevabamaks. Kuidas märgata esimesi märke, kui laps vajab lisatuge? Kuidas aidata tal paremini keskenduda ja leida üles tema tugevused?



Foto: KKK

Koolitusel osalesid Kiviõli kunstide kooli 26 õpetajat ja neli Lüganuse valla noorsootöötajat. Meil on hea meel tõdeda, et sellised koolitused toimuvad, sest iga teadlik õpetaja aitab muuta meie õpilaste koolielu sujuvamaks ja rõõmsamaks. Tänu sellele koolitusele saab

Kiviõli kunstide kool veelgi paremini pakkuda toetavat ja sõbralikku õpikeskkonda. Kõige tähtsam on, et iga laps tunneks end siin hoituna ja väärtustatuna – just sellise eesmärgi nimel kool ka töötab.

Ühtlasi soovitati jagada lapsevanemale infot, mida teha olukor-

ras, kus tundub, et suhe lapsega on keeruline või laps on kurb.

Kui sul on küsimusi või arusaamatusi seoses oma lapse mõistmisega, leiad abi veebilehelt <https://peaasi.ee/>.

Kiviõli Kunstide Kool

Keelesõprade programm aitab õppida ja sõprussuhteid luua

Maidla Kooli 1. klassis õpib mitmeid lapsi, kelle kodune keel on vene keel. Selleks, et toetada nende eesti keele omandamist, käivitasime keelesõprade programmi. Üheksa nädala jooksul kohtusid 1., 4. ja 5. klassi õpilased

kord nädalas eesti keele tunnis, et õppida ja suhelda mängulises ning toetavas keskkonnas.

Kohtumistel harjutati suulist väljendusoskust, õpiti uusi sõnu ja väljendeid ning tehti koostööd erinevates meeskondades. Programmi

käigus ei paranenud mitte ainult keeleoskus, vaid loodi ka uusi sõprussuhteid ja tugevdati suhtlemisoskust.

Keelesõprade programm on olnud kooli keeleõppe algatustes väärtuslik täiendus, andes lastele enesekindlust ja praktilisi keeleos-

kusi. Kõige rõõmustavam on aga see, et õpilased ise jagasid pärast igit kohtumist positiivseid muljeid, tundsid rõõmu ja said eduelamuse.

Kristi Härm
Maidla Kooli arendusjuht

Klubiõhtu koos Reet Linna ja Are Jaamaga

Pensionäride Ühingu Ajaratas koguneb kord kuus, et veeta meeldivalt aega sõprade ja tuttavatega. Seekordne kokkusaamine toimus 10. veebruaril Kiviõli Rahvamajas. Ühingul on 50 liiget ning peaaegu kõik on alati kohal, mis näitab meie ühtehoidvat ja aktiivset seltskonda.

Õhtu avas meie klubiõhtute eestvedaja Helju Veedam. Nagu tavaks saanud, rääkis ta selle kuu tähtpäevadest. Veebruar algab küünlapäevaga, mida tuntakse ka küünlampaarjapäeva ja Neitsi Maarja puhastamispäevana. Vanarahva kommete järgi oli see päev ka naistepüha, mil naised käisid külas ja kõrtsis, samal ajal kui mehed hoolitsesid koduste toimetuste eest. Loomulikult ei unustanud me ka sõbrapäeva, mis on tuntud kogu maailmas, ning Eesti Vabariigi aastapäeva, mis on meie jaoks kõige olulisem.

Sellel klubiõhtul olid meie külalisteks armastatud saatejuht-laulja Reet Linna ja Are Jaama. Koos nendega laulsime sünnipäevalaste auks ühislaulu ning nautisime kaunist muusikat. Hiljuti oma 80. sünnipäeva tähistanud Reet Linna oli nooruslik ja särav nagu alati. Ta esitas koos Are Jaamaga meile tuttavaid ja südamelähedasi laule, mis täitsid saali sooja nostalgiaga. Tants



Juubilarid Heino (85) ja Ene (80) koos ühingu juhatuse liikmetega. Fotod: Viivian Päll

ja rõõmus meeleolu ei tahtnud kuidagi lõppeda!

Reet Linna jagas meiega meenutusi oma elukäigust. Endiselt aktiivse ja tugevana rääkis ta oma tööst Eesti Televisioonis, perest ning ter-

vis hoidmise olulisusest. Ta andis meile ka sõnumi: „Hoidke oma kallist vara!“

Õhtu mõõdus sõbralikus ja südamlikus õhkkonnas. Suur tänu meie ühingu juhatusele torele sünd-

muse eest! Kutsume ka teisi Lüganuse valla inimesi meiega liituma – koos on alati lõbus ja meeleolukas.

Rita Kriisa
pensionäride ühingu Ajaratas liige



Meeleolu hoidsid üleval Reet Linna ja Are Jaama.



Lauldi ühislaulu sünnipäevalasetele.

Vaimse tervise vitamiinidega kevadväsimusele vastu

Pärast pikka talve ootame kevadet pikisilmi, kuid tihti kaasneb sellega seletamatu väsimus. Energiapuudus, meeleolulangus ja uinumisraskused võivad viidata kevadväsimusele. Selleks, et end taas värskemana tunda, saame toetuda vaimse tervise vitamiinidele – väikestele, kuid igapäevastele toetavatele harjumustele, mis kosutavad keha ja vaimu.

Viiis vaimse tervise vitamiini ehk alustala on uni ja puhkamine, tasakaalustatud toitumine, meeldivate emotsioonide kogemine, liikumine ja head suhted. [Peaasi.ee](#) korraldab sel aastal juba kuendat üle-eestilist vaimse tervise vitamiinikuuri, kus viie nädala jooksul igal nädalal keskendutakse ühele vaimse tervise vitamiinile ja jagatakse soovitusi, kuidas nende abil vaimset tervist tugevdada ja vaimse tervise tasakaalu parandada. Vitamiinikuuris saab osaleda nii üksi, perega, sõpradega, meeskonnaga, kui ka klassi või kooliga.

5 nippi, mida kevadväsimuse peletamiseks kohe proovida

Ole lahke
Leia nädal jooksul 5 momenti, mil oled kellegi suhtes lahke!

Loe kokku kõik väikesed hetked, näiteks teed kellelegi ukse lahti, pakud ühistranspordis istekohta, naeratad ja ütled, et pole hullu, kui keegi on mõne eksimuse teinud.

Uuringud näitavad, et teiste vastu lahke olemine võib olla kasulik meie vaimsele tervisele. See vähendab stressi, parandab meie emotsionaalset heaolu ja isegi toe-

tab füüsilist tervist. Lühidalt öeldes – head tehes teed head ka endale. Midagi toredat kellegi heaks teha ei nõua palju aega ega raha. Just väikesed asjad elus võivad tuua suure muutuse.

Tee regulaarseid puhkehetki
Igapäevaelu kiiretes tegemistes unustame tihti päeva jooksul enda jaoks aja maha võtta ning lihtsalt olla. Hingetõmbepaus on võimalus hetkeks peatuda ja lasta oma kehal ja meelel rahuneda. Hingates rahu-likumalt, sügavamalt sunnime me ka enda organismi ja mõtteteväsimusele rahunema

Katseta nädala jooksul näiteks sellist tehnikat: pane endale taimer 3 minuti peale pärast iga söögikorda, koosolekut, suurema ülesande lõpetamist ja võta see aeg, et lihtsalt olla: logeledda, laiselda, hingata. Iga paus loeb: suur või väike, peaasi, et puhkad.

Söö ja suhtle
Proovi nädala jooksul süüa iga päev vähemalt üks söögikord kellegagi koos. Koos söömine aitab vältida kiirustades söömist. See võimaldab meil hetkeks maha rahuneda ja keskenduda heale seltskonnale ning toidule. Ühise söögi ajal jagatud vestlu-

sed aitavad ka töö- ja eraeluga seotud pingetest vabaneda. Mõtle, kas sinu tutvusringkonnas on kedagi, kes võib tunda end hetkel üksikuna, ja kutsu ta endaga koos sööma – mõni kolleeg, kellega sa pole pikka aega vestelnud, või sõber, keda pole kaua aega näinud.

Jaluta
Tee üks jalutuskäik, kõige parem oleks, kui saad teha seda kellegagi koos. Kevadise väsimuse vastu aitab juba pelgalt õues olemine ja liikumine, kuna päevavalgus annab energiat ning värske õhk peletab unisuse. Kui lisada sellele veel mõnus seltskond, siis saab jalutuskäigust tõeline kvaliteetaeg – naer, vestlused ja kõndimine toetavad nii meelt kui ka keha.

Regulaarne mõõduka intensiivsusega füüsiline aktiivsus (vähemalt 150 minutit nädalas: see on ju tegelikult keskmiselt vaid 20 minutit päevas!) aitab säilitada heaolutunnet, enesesõbralikumata mina-pilti, võib aidata parandada meeleolu, vähendada ärevust ning parandada keskendumisvõimet. Arvatakse, et selle taga on füüsilisest aktiivsusest tingitud muutused aju verevarustuses ja hormonaalses tasakaalus.

Soovita kellelegi midagi, mis talle rõõmu valmistaks
Kirjuta üks heaolu saatekiri sõbrale, pereliikmele või kolleegile. Heaolu saatekiri suunab ja julgustab valima tegevusi, mis pakuvad rõõmu. See võib sisaldada soovitusi, kuidas muuta igapäevaelu meeldivamaks ja tasakaalustatumaks, pakkudes tegevusi või ideid, mis aitavad stressi maandada, enesetunnet parandada ja positiivseid emotsioone kogeda. Olgu selleks kalalkäik, galeriikülastus, raamatutesitlus või mõni muu rõõmu pakkuv tegevus. Kui võimalik, mine ise kaasa.

Üle-eestiline vaimse tervise vitamiinikuur toimub 17.02-23.03. Vitamiinikuuri jooksul saab täita testi, et välja selgitada, missugust vaimse tervise vitamiini kõige enam vaja on. Vaimse tervise vitamiinide testi saab teha siin: [peaasi.ee/vaimse-tervise-vitamiinid/](#)

[Peaasi.ee](#) algatatud vaimse tervise vitamiinikuur toimub kuuendat korda ja seda rahastab Tervisekassa.

Anna-Kaisa Oidermaa
[Peaasi.ee](#) kliiniline psühholoog

SPORT

Kiviõli poksijate muljetavaldavad saavutused

Möödunud aasta oli Kiviõli Poksiklubile edukas – eriti särasid tüdrukud, kes töid klubile võite. Tatjana Vinogradova krooniti Ukrainas meistriks kaalukategoorias kuni 57 kg juunioride (kuni 19-aastaste) seas ning ta esines suurepäraselt ka Rumeenias maailmekal rahvusvahelisel turniiril „Dracula“, kus võitis kuldmedali – Eesti esimese sellel võistlusel!

Elizabeth Kiškel tuli Gruusias Eestimeistriks ning tõi koju võidukarika A-kategooria turniirilt kuni 19-aastaste arvestuses. Anja Fefelova saavutas Eesti meistrivõistlustel hõbemedali (kuni 17-aastased), võitis Tallinna lahtised meistrivõistlused ja esines edukalt rahvusvahelisel turniiril Tartus. Nicol Sviridova pälvis 2024. aasta Eesti meistrivõistlustel pronksmedali.

Ka meie poisid näitasid suurepäraseid vormi. Bogdan Višnevskist tuli Eesti meistriks kuni 15-aastaste seas ning võitis ka Ida-Virumaa meistritiitli. Mark Kozlov tõestas oma võimekust, võites nii Maardu Openi kui ka Narva Openi. Matvei Andrienkov saavutas teise koha Narva Openil



Foto: Kiviõli Poksiklubi

ning Ida-Virumaa meistrivõistlustel kuni 17-aastaste seas.

Meie noorimad poksijad (kuni 13-aastased) on samuti tõusmas

Vladimir Tšurkin, treener

Suurepäraseid tulemusi taekwondo's

Veebruari alguses osalesid spordiklubi Idablokk noored sportlased Saksamaal rahvusvahelistel laste meistrivõistlustel taekwondo's, kust naasti muljetavaldavate tulemustega.

Lüganuse vallast osales võistlustel kolm last, tuues koju mitu medalit. Maria Djvorjaninova võitis kuldmedali, hõbemedalid pälvisid Cristófer Salmus ja Alisa Prokopova.

Lisaks tunnistati Cristófer Salmus kuldmedali vääriliseks ka teises kategoorias, alistades sõprusmatšis Ukrainas sportlast.

Spordiklubi Idablokk tegi tugeva esituse ka klubide arvestuses, saavutades seitsme riigi 41 klubi seas 16. koha.



Foto: SK Idablokk

SK Idablokk

Naiskodukaitse Lüganuse jaoskonnal toimus üldkoosolek

7. veebruaril toimus Lüganuse jaoskonna üldkoosolek. Kui tavaliselt on see toimunud malevkonnas, siis seoses õppusega oli malevkond hõivatud ning kohtusime sel korral Lüganuse kirikumõisas. Kaugemal olevad liikmed said osaleda veebi teel. Eelmise aasta tegevusest andis ülevaate jaoskonna esinaine Inga Kütt ning revisjoni tulemusi tutvustas Siiri Sepp. Oli hea meel tõdeda, et enamuse eesmärkidest olid täidetud. Eesmärkidest rääkis ringkonna esinaine Kersti Altpere. Koosolekul valiti juhatusse uus liige Virje Burk. Juhatuse jätkab koosseisus esinaine Inga Kütt, aseesinaine Eha Pau ning liikmed Tiina Pukk, Ave Paavo ja Virje Burk. Täname juhatuses tööd teinud Anna-Liisa Roosilda ja Laine Topsis.

Ka sel aastal saab olema tegus aasta. Liikmetel on võimalus õppida, osaleda erinevatel üritustel ning anda oma jõukohane panus riigikaitse.



Väärtustame kodumaad –
NAISKODUKAITSE
ALUTAGUSE RINGKOND

Ave Paavo



✓ Kuidas saada teada, et lähedane on üks kodu abitusse seisundisse jäänud?

✓ Liikumisandur tuvastab inimese hättasattumise.

✓ Häireteade sotsiaaltöötajale või määratud kontaktisikule.

✓ Ööpäevaringne ligipääs Koduanduri infosüsteemi.

✓ Lähedase liikumisharjumuste vaatlemine app.koduandur.ee

+372 5699 6176 [www.koduandur.ee](#) [xenia@koduandur.ee](#)

Koduandur – koduse turvalisuse seade

Kuidas saada teada, et lähedane on üks kodu hättasattunud? Kas soovid meelerahu, et lähedastega on kõik hästi?

Koduandur aitab just siis, kui sa ise või sinu lähedane ei suuda enam õnneluse korral iseseisvalt abi kutsuda!

Üksi elamine võib olenemata meie eest olla murettekitav ja terviserikke korral isegi ohtlik. Äkilised terviserikked, kukkumised või muud õnnetused võivad jääda avastamata, kui kedagi ei ole tulemas. Koduandur on seadeldis, mis saab sind aidata! Koduandur on loodud selleks, et aidata just siis, kui inimene ei suuda endale ise enam abi kutsuda. Lahendus, mis tagab turvalisuse ja südamerahu nii abivajajale kui ka tema lähedastele.

Mis on Koduandur ja kuidas see töötab?

Koduandur on koduse turvalisuse seade, mis tunneb inimese igapäevast liikumist tema kodus. Andur tunneb ära kui inimene ei ole tavaliselt liikunud ja edastab sellest teavitava sms-i teie poolt soovitud kontaktisiku mobiili numbrile.

Nii tagate endale meelerahu, et hättasattudes oma kodus kesk-konnas, ei jää Te üksinda ja abi on Teie poole teel.

Mis on Kodunupp ja kuidas see töötab?

Kodunupp on käe peal kantav häirenupu seade, mida saab vajaduse korral kasutada, et kutsuda abi vaid ühe vajutusega. Kodunupu kaudu saadetakse häire lähedastele tagades kiire reageerimise. See on eriti oluline ootamatutes terviseprobleemides või kukkumise korral. Kodunupp töötab ka väljaspool kodu!

Kellele sobivad need lahendused?

Koduandur ja Kodunupp on loodud spetsiaalselt eakatele, terviseprobleemidega inimestele ning kõigile, kes soovivad üksi elades suuremat turvalisust. Need seadmed on suurepärase tugi ka nende peredele, kes tahavad olla kindlad, et nende lähedased on hoiatud.

Kodu turvalisus ei ole luksust, vaid hädavajadus. Koduanduri ja Kodunupu abil saad oma lähedastele pakkuda kindlustunnet ja pikendada kodus veedetud aega.

Lisainfo: [www.koduandur.ee](#), tel +372 5341 4885.

Hoiame end ja enda lähedasi!

LVL

VABANDUS

Eelmises vallalehes oli viga nimes, mille pärast vabandame
Lüganuse valla mälumängu juhi Mati Ulmi ees.




Lüganuse valla lumelinn
Kiviõli Viru tn staadionil
22.02.2025
kell 10.00 kuni 13.00

Mõnusat tuju aitab üleval hoida soe tee,
pannkoogid ja tantsumuusika!

Jäame lootma Ilmataadi lahkusele,
et seda lund meil jätkuks.

Lume puudumisel
jääb üritus kahjuks ära!




8. MÄRTS 2025
KELL 12.00
SONDA
KOGUKONNAMAJAS

RAHVAMAJA TUUNINGUKAMBER
KOOSTÖÖS
SILVAKAISU OÜ-ga
TEEMA: NAISTEPÄEVA ERI!
SEEBIST LILLEKIMP JA MULL
OSALUSTASU 20 EURO
REGISTREERIMINE KUNI
3. MÄRTSINI
karmen.korts@lyganuse.ee





Lingid on aktiivsed!
Ajalehte internetist lugedes klikka
tekstis oleval lingil ja jõuad kiirelt
vajaliku infoni.

LÜGANUSE vallaleht

Väljaandja
Lüganuse Vallavalitsus
Keskpuistee 20, Kiviõli linn,
Lüganuse vald

Kujundus
MK Meedia OÜ
info@mkmeedia.ee

Toimetaja
Viivian Päll
Tel 512 4398,
viivian.pall@lyganuse.ee

Trükk
Printall AS
printall@printall.ee

Toimetusel on õigus kirju ja teisi kaastöid nende
selguse huvides toimetada ning lühendada.
Ajalehte saab lugeda www.lyganuse.ee/lyganuse-vallaleht

11.märts 2025
kell 19.00
Sonda
Kogukonnamajas

Lüganuse valla
mälumängusarja
3.mäng

Osalemistingimused:
• kuni neljaliikmeline võistkond
• vanusepiirang puudub

Täpsem info:
karmen.korts@lyganuse.ee
või
58188731




EMAKEELEPÄEVA
TÄHIŠTAMINE SONDA
14. MÄRTSIL

ALATES 17.00
SONDA RAAMATUKOGUS
AVATUD
EMAKEELEPÄEVA
ALGATAJA
MEINHARD LAKSI
MUUSEUM

KELL 18.00
SONDA KOGUKONNAMAJAS
EMAKEELEPÄEVALE
PÜHENDATUD LUULE-
JA MUUSIKAÕHTU

Korraldajad Lüganuse Kultuurikeskus
Lüganuse Valla Raamatukogu




23. AUGUSTIL 2025
VILISTLASTE KOKKUTULEK
13:00 registreerimine
14:00 pidulik avamine
15:00 endiste ja praeguste töötajate vastuvõtt
16:00 tantsuks ansambel "PÕHJATU"

OSALUSTASU
Peo osalustasu 20.- kanda hiljemalt 15. augustiks 2025
Lüganuse Vallavalitsuse arveldusarvele
SEB EE891010220267492221 või
Swedbank EE162200221068428704
Selgitusse lisada Maidla Kool 100 ja osaleja nimi
Tasumine kohapeal sularahas

KOHAPEAL
• Avatud mokteilibaar
• Toitlustuseks kohvikud
• Meenete müük

Õnnitleme aukodanikke!

Urve Kuusmik **80**
Vija-Anni Nappa **82**
Aleksander Sinimäe **98**

Õnnitleme veebruari
juubilare ja sünnipäevalapsi!**98**

Laine Sirtse

94Elmar Kangro
Olli Older
Elmerine Mäesepp
Lilija Lullu**93**

Lille-Are Maaslieb

91

Viktor Oksanen

90Irina Alimova
Evdokia Fokeeva**85**Heino Jürise
Valeriya Tetsman
Meeli Pungas
Asta VaitšjuneneHelvi Lõhmuste
Nina Ivanova**80**Alexander Aksenov
Ene Sild
Elle Laupa
Liivi Krasnova
Rael Luiker**75**Aleksander Patlep
Urmas Kaljurand
Ivan Speht
Vello Ivask
Juhan Eskor
Aleksandra Jakovenko
Jekaterina Sarri
Inna Pudova
Liudmila Lalina
Tatjana Makarova
Ene Taalberg

Lüganuse vallalehes õnnitletakse väärikasse ikka jõud-
nud vallakodanikke (75, 80, 85, alates 90nest iga aasta).
Palume neil, kes ei soovi vallalehe kaudu õnnitlusi
saada, anda sellest teada telefonil 332 5840, 512 4398 või
e-posti teel viivian.pall@lyganuse.ee.

MÄLESTAME LAHKUNUD VALLAKODANIKKE

Olga Lvova	13.10.1924 – 29.01.2025
Gennady Zernov	25.11.1949 – 07.02.2025
Ina Bezzaborkina	06.08.1950 – 31.01.2025

KULTUURIKALENDER

- 4. märts** kell 17.00, Kiviõli kiigepiis
Lüganuse valla vastlapäeva tähistamine.
- 8. märts** kell 12.00, Sonda Rahvamaja
Tuuningukamber.
- 10. märts** kell 17.30 Kiviõli Rahvamaja
Pensionäride klubi Ajaratas tantsuõhtu
- 11. märts** kell 19.00, Sonda Rahvamaja
Lüganuse mälumängusarja 3.mäng
- 13. märts** 19.00, Kiviõli Rahvamaja
Teatrietendus „KÖBUS JA LÖBUS“, Pille Pürg, Toomas Lunge
(Piletid müügil piletimaailmas ja piletilevis, kohapeal 1 tund enne etendust)
- 14. märts** emakeelepäeva tähistamine
Sonda raamatukogu kell 17.00,
Sonda kogukonnamaja kell 18.00.
- 16. märts** kell 11.00, Lüganuse Rahvamaja
Lüganuse Naisteklubi
- 30. märts**, Kiviõli Rahvamaja
Kiviõli teater OTPAD 25

KIRIKUKALENDER

EELK LÜGANUSE RISTIJA JOHANNENE KOGUDUS

- 2. märts** kell 10.00, Lüganuse kirik
Pühapäev enne paastuaega.
- 5. märts** kell 18.00, Lüganuse kirik
Tuhkapäev. Paastuaia algus. Palvapäev.
- 7. märts** kell 19.00, Lüganuse kirik
Tuhkapäeva kontsert, Helin-Mari Arder, Teet Raik, Mart Soo, Danel Aljo.
- 9. märts** kell 10.00, Lüganuse kirik
Paastuaia 1. pühapäev.
- 16. märts** kell 10.00, Lüganuse kirik
Paastuaia 2. pühapäev.
- 23. märts** kell 18.00, Lüganuse kirik
Paastuaia 3. pühapäev.
- 30. märts** kell 10.00, Lüganuse kirik
Paastuaia 3. pühapäev
- Koguduse kantslei avatud:**
E: 10.00 – 14.00, N: 16.00 – 18.00
Pühapäeviti 1 tund enne ja pärast teenistust.
Muul ajal kokkuleppel: 337 4249 või 502 6774