



Uusaastalubaduste täitmise ABC

2



Sõbralikkust ja mängulisust armastav õpetaja

Heli Israel on üks neist õpetajatest, keda kõik õpilased teavad. Uurisime, kuidas ta Keila Kooli jõudis, millised mälestused meenuvad oma kooliajast ja millega ta tööväliselt tegeleb.

Välisõpingud Trondheimis

3



Kadri Käpa

Kui kaua olete Keila Koolis töötanud ja kuidas siia jõudsite?

Keila Kool on mu teine töökoht. Enne seda töötasin psühholoogina Eesti tollases esimeses erafirmas, mis tegeles personaliotsingutega. Ka kooli tulin esmalt psühholoogiks. Õpetaja sai minust vähehaaval sedamööda, kuidas inimeseõpetuse osakaal suurenes. Lõpuks loobusin psühholoogi osast, leidsin, et klassiruumis on minust ka selles vallas rohkem kasu. Aga psühholoogia on minu paleus endiselt. See kõik oli veidi vähem kui kolmkümmend aastat tagasi. Tulin toona Keilasse minu Keila Kooli viilist-lasest abikaasa juurde ja olen siia jäänud. Keila on laste kasvamiseks väga hea koht, kõik on lähedal, ringe-trenne igaühele, rahulik ümbruskond.

Olete ka Keila TORE ringi juhendaja, kuidas TOREni jõudsite?

TORE väljaõpet pakkus meile minu klassiõde, kes töötas Sauel ja korraldas koolitust. See on lühiversion. Enne osalesime projektis „Vanem õde, vanem vend”. Sellest on nüüd 22 aastat. Pigem on küsimus, miks ma sinna jäänud olen. TORE kontseptsioon vastab minu põhimõtetele. Märksõnadena oleks need sõbralikkus, mängulisus, tolerantsus erinevuste suhtes, abivalmidus, kõigiga arves-

tamine. TORE pakub võimalust ühisteks tegevusteks erinevas vanuses noortele, õpetades läbi mängu sotsiaalseid oskusi. Nii ongi meil ringis noored vanuses 11-18. Olen uhke, et minu panust on TOREs hinnatud. Ju siis selles midagi on, sest aasta-aastalt tuleb sügisel ringi uusi lapsi ja noori täis. Kuigi TORE põhikoolitus kestab ühe õppeaasta, on palju neid, kes ka pärast seda ringis jätkavad, tegelikult enam. Lähtun ringis arusaamast, et kuigi TORE tähendab tugiõpilasi, õpib igaüks seal olema eelkõige toeks iseendale.

Mis paneb teil töö juures silmad särama?

Oh, seda on nii palju. Torekad, kes tulevad ringitundi neljandas klassis ja gümnaasiumis on ikka veel seal. Õpilased, kes vahetunnis klassiruumis nutis passimise asemel twisterit mängivad. Noored, kes „tere!” vastates silmad telefonist tõstavad. Õpilane, kes küsib „õpetaja, kuidas sul läheb?”. Õpilased, kes päriselt teada ja kuulata tahavad. Kolleegid, kes mööda minnes naeratavad. Tunne, et päev on korda läinud.

Kas õpilased ja õpetamine on aastatega muutunud ja kuidas?

Meie mängisime pinginaabriga tunni ajal laua all malet. Praegu püüvad paljud, eriti gümnaasiumiõpilased, peita sinna oma nutitelefoni. Just nagu polegi suurt erinevust. Siiski, kui aju kontrollib malemängu, siis nutitelefoni



kontrollib aju. Nuti ei ole halb, kui seda kasutada teadlikult. Tehisintellekt, otsingumootorid ning veebilehed on kasulikud, kui tead, mida otsid ja miks, ning kasutad seda enese arendamiseks, mitte kodutööde maha kirjutamiseks.

Noored on endiselt uudishimulikud, kriitilised, huumorikad, leidlikud. Mida näen, on see, et mingi osa neist ei võta ise oma õppimise ja tulemuste eest vastutust, vaid ootab, et seda teeks keegi teine, näiteks õpetaja. Sellest on kahju. Loovülesanded pole vast enam nii lähedal, noorte mõte jääb kuidagi ühte suunda kinni või ei viitsita alati pingutada. Vähem on neid, kes tunnis kaasa räägivad, oma arvamust avaldavad. Seevastu noorte tehnikaalane areng ja taibutus on tohutu. Ma isegi ei püüa järele jõuda. Kuna noored on harjunud kiire (nuti)uud-susega, hakkab neil tavalises tunnis igav. Seetõttu peabki õpetaja rohkem pingutama, et noortele õpetatavat erinevalt moel pakkuda. Õnneks uuenevad ka õpimeetodid. Olen isegi jõudumööda nende uundamisega kaasa löönud. Samas ainult mäng ja lust ei ole arenemiseks piisav. Õppimine eeldab tõsist (aju)tööd, kannatlikkust ja järjekindlust. Enamikes noortes seda jätkub.

Mulle meeldivad teismelised, sestap ma koolis töötangi. Kunagi ei tea, mis nad ette võtavad, välja mõtlevad või millega üllatavad. Tundub, et koolipäevad sarnanevad üksteisele, tegelikult pole see sugugi nii. Iga

klass on omanäoline ja millelgi poolest vahva.

Millega tegelete vabal ajal?

Arvatakse, et õpetajal on palju vaba aega – nädalavahe-tused, vaheajad, päev lõpeb mõnegi muu ametiga võrreldes vara. Päriselt see nii pole. Vahel venivad tööpäevad 12-14-tunnisteks, sageli tuleb töötada ka laupäeval. Üksnes tundideks ettevalmistamine võtab tunde, lisaks õpilaste tööde lugemine, uue info otsimine... Aga vaba aega jääb siiski ka. Sel ajal ma loen, vaatan loodus- või ajaloolisi dokumentaalfilme, mängin oma 5- ja 2-aastase „stressipalliga”, teen käsitööd ja võimalust mööda lihtsalt jalutan. Kuna koolis töötamine eeldab suures mahus suhtlemist, siis vabal ajal eelistan olla omaette või pere seltsis.

Millisena näete tulevikus kooli?

Ega me keegi tea, milline kool tulevikus on. Endiselt on õpilased, aga kas ja mis kujul kool asub, ei oska ennustada. Sestap kirjeldan oma unistuste kooli ja õppimist selles. Minu unistuste koolis hindeid ei panda ja hinnanguid ei anta. Selle asemel saab õpilane tagasisidet saavutatud kohta ja soovitusi edasiseks enese arendamiseks. Suurem osa õppimisest toimub mitte ainetundidena, vaid projektidena ja avastusõppena. Õppimine eeldab koostööd ja suhtlemist erinevates gruppides, aga ka iseseisvat uurimist ning harjutamist. Õpetajast saab pigem asjatundlik

mentor, kes abistab info leidmisel, juhendab raskuste korral, julgustab jätkama. Õppimiseks on erinevaid viise ja kohti, see pole ajaga piiratud. Õpilase osa valikutes ja ka vastutuses on suurem.

Milline oli su lemmikõppeaine koolis ja miks just see?

Õppisin tollases Tallinna 44. Keskkoolis (praegu Mustamäe Gümnaasium) keemia kallakuga klassis. Olen aus ja ütlen, et mulle meeldis kõike õppida, meeldis uurida koolis õpitavale lisaks, lugeda, küsida, oma arvamust avaldada. See viimane osale õpetajatele miskipärast ei meeldinud. Erilist lemmikut õppeainete hulgas polnud. Kui midagi esile tuua, siis vast ajalugu. Ülikooli minnes valisin psühholoogia. Seal sai tookord kõige laialdasema hariduse. Ajaloo puhul peletas selle tollane punane alatoon. Kui peaksin praegu valima, õpiksin psühholoogia kõrval geenitehnoloogiat.

Mis on kõige meeldejäävam mälestus oma kooliajast?

Peaaegu tunnistama, et kõige rohkem nägin vaeva matemaatikaga. See oli minu ainus neli tunnistusel keskkooli lõpetades. Matemaatikaõpetaja ütles, et ta ei saa mulle viit panna enne, kui ma õpin kümne piires liitma ja lahutama. Üks pluss üks on mul endiselt sageli üks. Kuna koolis õpiti tõsiselt, nalja ei tehtud, ja mina olin üsna tagasihoidlik kõrvaltvaataja, siis ega väga eredaid sündmusi vist polnudki, pigem selline ka-leidoskoop. Üldiselt mäletan kooli positiivsena.

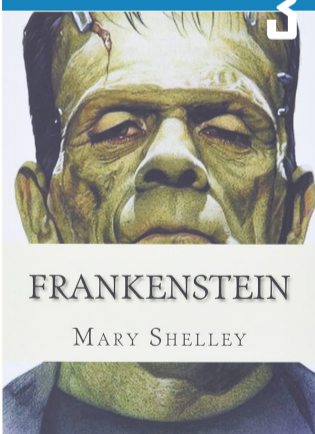
Mis on üks tarkus, mida soovite, et kõik õpilased teaksid?

Igasuguseid vahvaid tarkuseteri, millest kinni võtta, on palju. Üks, mida tasub meele pidada, on tegelikult TORE suvekooli mõte „annan endast parima”. Ega me ju muud teha saagi, kui anda parim – selles olukorras, sellel päeval, neile inimestele, iseendale. Teist kordan sageli endalegi: „igast olukorrast leidub väljapääs, vahel isegi mitu”. Ühtki lootusetut olukorda pole, kõik sõltub sellest, kuidas neisse suhtuda ning mida ette võtta. Ka huumor aitab pea alati ning kõige puhul.

Soovin kõikidele just sellist aastat, neid valikuid ja saavutusi, mida keegi endale plaaninud on.

Aasta parimad loetud raamatud

3



Filmiarvustus

4



Korduvad lõpud ja algused

Aasta lõpp on sageli aeg, mil vaadata tagasi möödunud aastale ning meenutada tehtut – „pärlid” ja „ämbreid” ehk kordaminekuid ja möödapanekuid. See on ka aeg, kui inimesed annavad lubadusi ning teevad plaane. Mis on aastavahetuses nii maagilist, et just see on aeg muutuste algatamiseks või uueks lootuseks?

Geter Ehrenpreis

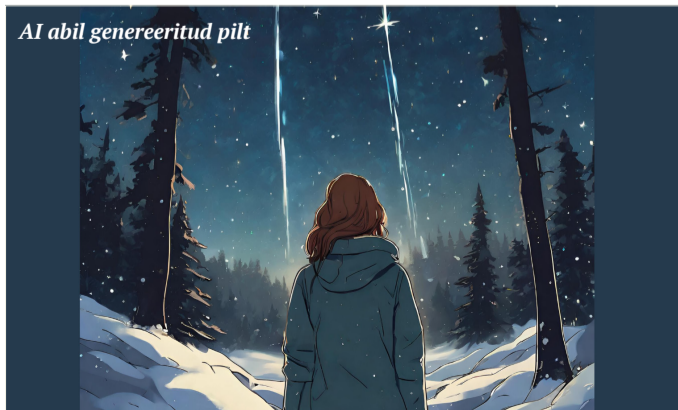
Jaauari esimesed nädalad on sageli aeg, kui jõusaalid ning erinevad treeningusaalid on rohkelt rahvast täis – kõik (taas) indu täis regulaarselt trennis käima, tervislikult sööma, pahedest loobuma. „Uus aasta, uus mina!” on loosung, mida tihti kasutatakse, et alustada uute harjumustega, püüelda paremuse poole, jätta kõik negatiivne seljataha. Mida nädal edasi, seda enam pööratakse oma endiste harjumuste juurde tagasi. Inimesed ei muutu üleöö. Kell lööb südaööd ning kui ees on uus aastanumber, oleme endiselt need, kes olime 24 tundi tagasi. Loomulikult inimesed muutuvad, kasvavad, arenevad, kuid see toimub pikaajaliselt, läbi kuude ja aastate, tasapisi.

Samamoodi, tasapisi toimuvad vahel ka algused ja lõpud. Aasta lõpp tuleb ootuspäraselt, kuid vahel ikka üllatuslikult liiga kiiresti. Mõni sõber jääb vähehaaval kaugemaks ning suhtlemine toimub üha harvem ja harvem, kuni ühel päeval märkad, et pole juba aastaid kohtunud. Mõni teine aga saab, vastupidi, märkamatuult lähedasemaks, kuni ühel päeval saab teda nimetada lähedasimaks sõbraks, kallimaks, osaks perest. Nii lõpud kui algused võivad tulla järsku ja ootamatult – suhted lõppevad, inimesed kolivad, vahetavad tööd, kooli või lähevad tülli. Kallite inimeste kaotamise ja suurte muutustega elus on keeruline toime tulla, eriti siis, kui ei tea, mis ees ootab. Koosveedetud aeg, õnnelikud hetked ja soe tunne südames võiks olla see, mis jääb ning igapäeva mured ja probleemid mälestustest kustutab. Lõpud tekitavad kurbust, igatsust või nostalgiat ning ehk on aasta lõpp see aeg, kui neid jälle meenutatakse. Samas annab uusaastöö maagia ka südamesse lootuse, et midagi uut ja head on tulemas.

Võibolla on see pimedus ja külm ilm, mis sunnib inimesi rohkem tubastele tegevustele, võtma aega maha ja mõtisklema tehtu ja nähtu üle, tegema plaane ja mõtlema tulevikule. Nagu on inimesi, kes analüüsivad oma tegevusi ja eesmärke pidevalt, on ka neid, kelle jaoks on aasta lõpp üks vähestest aegadest, kui mitte ainuke aeg seda teha. Selle juures on aga ehk isegi kõige keerulisem oma lubadusi hoida ja meeles pidada.

Eesmärkide seadmine, plaanide tegemine ja tehtu analüüs on igati kohane igal ajal – olgu selleks sünnipäev, suvaline pühapäev või üks unetu öö keset veebruarit, ei pea ootama aasta lõppu. Kui aga ei ole enne mahti olnud mineviku ja tuleviku üle mõtiskleda, siis on vana-aastaõhtu selleks sobiv aeg küll. Võibolla on aasta vahetumine see, mis paneb inimesed mõistma, et liigume ajas edasi, oleme pidevas muutuses ning mis ees ootab, on veel teadmata. Selles on maagiat, lootust ja ehk pisuke kartustki.

AI abil genereeritud pilt



Uusaastalubaduste täitmise ABC

Uue aasta tulekul lubaduste ja eesmärkide püstitamisest on paljude jaoks saanud traditsioon. Ka on uuringud näidanud, et need, kes endale uusaastalubadusi seavad, on 10 korda tõenäolisemalt valmis oma käitumist muutama kui inimesed, kes seda ei tee. Kuid paljud inimesed ei ole valmis oma lubadustele pühendumise ja loobuvad, kuna nende motivatsioon väheneb, nad ei ole seadnud oma eesmärke prioriteediks või vahetavad oma lubadused uuemate, olulisemate isiklike eesmärkide vastu. Kuidas aga luua kestvaid eesmärke ja neid täide viia?



Eliise Lauren Valdna

1. Sea endale vaid üks eesmärk

Ära ülehinda oma võimeid! Liiga paljude asjadega korraga tegelemine võib olla väga koormav. Selle teeb keeruliseks ka käitumismustrite loomisele kuluv aeg. Ühele konkreetsele eesmärgile keskendudes muutub lubaduse täitmine oluliselt saavutatavamaks. Suuremad eesmärgid on võimalik jagada väiksemateks osadeks ning neid siis üksikhaaval täitma asuda. Ka väikse eesmärgi täideviimisel saab aju dopamiini ning edu-alamus toob motivatsiooni juurde.

2. Kasuta SMART mudelit (vt pilti)

Eesmärgid on unistused, millel on tähtaeg. Eesmärkide tõhusamaks sõnastamiseks ja täideviimiseks on loodud tehnika, mis aitab luua eesmärke, mis oleksid konkreetsed ja paremini saavutatavad. Samuti saab läbi sellise eesmärkide seadmise oma eesmärkide täitmist jälgida. Seda nimetatakse SMART mudeliks. Näiteks on sinu eesmärgiks parandada oma füüsilist vormi. Sõnastame selle uuesti, kasutades SMART mudelit: parandan oma füüsilist vormi, järgides regulaarset treeningkava, kus keskendun jooksmisele ja jõutreeningule. Eesmärk on suurendada jooksupäeva igal nädalal ning tõsta jõutreeningul kasutatavaid raskusi iga kahe nädala tagant. Soovin saavutada märgatavat füüsilist vormi paranemist kuue kuu jooksul, jälgides ja kohandades treeningplaani vastavalt vajadusele.

3. Kaasa oma lähedasi

Tihti on lihtsam end motiveerituna hoida, kui sead endale mõne lähedasega sa-

masuguse eesmärgi, näiteks hakates koos õhtuti jalutama käima. See annab sulle täiendava põhjuse pingutada ja vastustunde mitte ainult enda, vaid ka teiste ees. Abiks on ka paluda kellelgi aeg-ajalt sinu edusammude kohta uurida ja sulle kaasa elada.

4. Väldi eelmise aasta ebaõnnestumiste kordamist

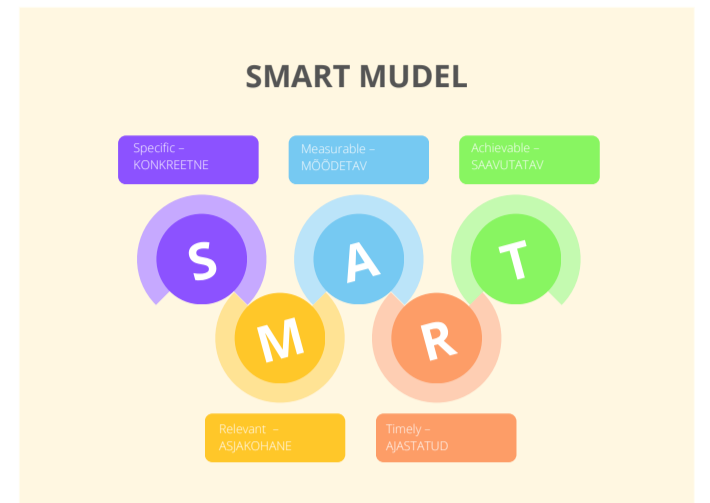
Ära astu samasse ämbriisse mitu korda! Kui oled varasematel aastatel uue aasta lubaduse täitmisel ebaõnnestunud, ära sea endale samasugust eesmärki. Mõtle läbi, miks eesmärk varasemalt ebaõnnestus ja kohanda seda vastavalt. Võibolla oli põhjuseks ebasobiv ajastus või oli eesmärk liiga ebamäärane. Samuti võib sama eesmärgi kordamine juba alguses motivatsiooni alla tõmmata.

5. Hoia eesmärk nähtaval kohal

Argipäeva saginas võib eesmärgiks seatud jooksutiir või raamatu lugemine kiiresti pakilistest toimetustest alla mattuda. Selle vältimiseks hoia lubadusega seotud asjad või vahendid pidevalt endale nähtaval kohal. Pane jooksujalatsid kuskile, kus sa neid hommikul esimese asjana näed, või aseta raamat hambaharjatopsi kõrvale. Hommikul trenni minekuks paki juba õhtul kott ning sea riided valmis. Alati on heaks ideeks ka endale telefoni meeldetuletusi seada või kalendermärgikku plaanid kirja panna.

6. Muuda lubadus harjumuseks

Väikeste harjumuste tekkeks kulub inimesel üldiselt 21 päeva, küll aga võib rutiinse treenimise harjumuseks saamiseni kuluda pool aastat. Motivatsiooni kadumisel on hea omada just enesedistsipliini, mis aitab esmase ohina kadumisel harjumuste loomet jätkata ning on ühtlasi harjumuste alustalaks. Enesedistsipliin on eesmärkide saavutamisel vankumatum ning usaldusväärsem kui motivatsioonile lootma jäämine. Abistavaks nipiks on ka oma vaba aja tegevuste planeerimine, nii ei saa harjumuste loomisele saatustlikuks ajapuudus.

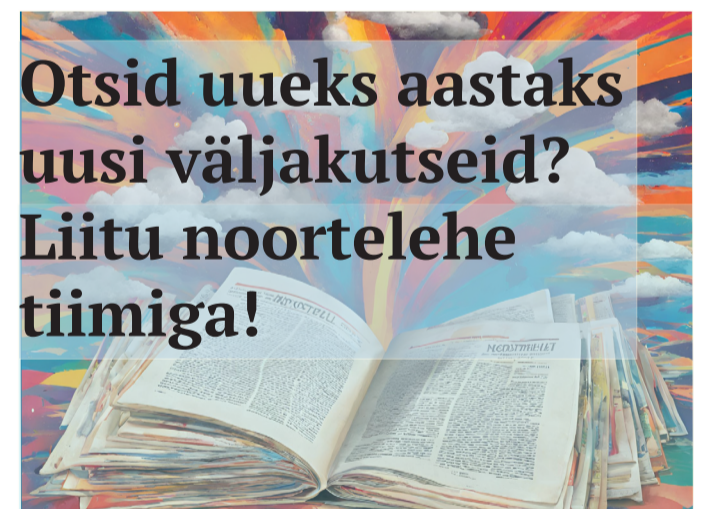


7. Premeeri ennast

Ära unusta tähistada ka väikseid võite! Motiveerivad preemiad aitavad luua seoseid väljakutsuvate tegevuste ja positiivsete emotsioonide vahel. Luba endale pärast igit eesmärgini viivat sammu midagi head, olgu selleks siis lemmiksaiake või episood meelepärast sarjast. Ka *to-do list*'is asjade mahatõmbamine või mõnes rakenduses tegevuse tehtuks märkimine annab ajule dopamiini ja sobib seega heaks preemiaks.

8. Ära anna alla

Sa oled ise oma elu kujundaja, vastutades oma õnne ja edukuse eest. Sinu kätes on võim parandada oma elukvaliteeti ja luua endale meelepärane elu. Kui endale antud lubadused või eesmärgid hakkavad ununema, tuleta endale meelde, miks sa need seadsid. Teadvusta endale, et iga samm, mille sa nende suunas astud, on oluline ja viib sind lähemale soovitud tulemusele. Ära unusta, et sinu panus ja pühendumus loovad tee sinu soovitud tulevikuni.



Tere tulemast seiklusse, kus sõnad muutuvad lugudeks ja noorte hääl saab kõloma!

Kas oled kunagi mõelnud, kuidas **sinu mõtted** võiksid jõuda tuhandete lugejateni? Noorteleht ilmub kord kuus ja seda trükitakse 5500 eksemplari, mis jõuab igasse Keila kodusse ja kaugemalegi!

Osalemine meie noortelehes ei ole lihtsalt kohustus, vaid pilett **põnevasse maailma**, kus iga artikkel on võimalus avastada midagi uut. See on võimalus jagada oma vaateid, kirjutada lugusid ja kujundada mõtteid. Siin ei ole piiranguid, vaid ainult **avatud ukseid loovusele**.

Kuidas see kasulik on? Esiteks, õpid kirjutama mitmekesisel viisil, alustades intervjuudest ja lõpetades meeleolukate arvamuskõnede ja horoskoopidega, millel pole mitte mingit pistmist tähtedega!

Kuid kõige tähtsam, noortelehes osalemine on **lõbus**! Siin saad väljendada ennast, leida sõpru ja nautida loomingulist protsessi. Üheskoos kujundame meedia tulevikku ja **sinu panus** on just see särav detail, mis teeb selle kogemuse eriliseks.

Liitu meiega, **avasta oma hääl** ja lase oma mõtetel lennata! Noorteleht ootab sind, et koos luua lugusid, mis jäävad meelde!

Välisõpingud Trondheimis

Olen Tallinna Tehnikaülikooli kolmanda aasta rakenduskeemia ja geenitehnoloogia tudeng ning sel sügissemestril õppisin ja seiklesin vahetusõpilasena Norras Trondheimis. Vahetusõpingud on mind meelitanud juba gümnaasiumist ja nüüd kasutasin võimalust läbi ERASMUS+ programmi, et see seiklus teoks teha. Nägin, et läbi selle saan võimaluse tulla kodusest mugavustsoonist välja, saada üsnagi lühikese perioodi jooksul lugematu hulga õppetunde enda ja ümbritseva maailma kohta ning luua endale rahvusvaheline sõprusvõrgustik.

Kristian Pärt

Trondheim on endine Norra viikingikuningate pealinn, kus täna tegutseb Norra kõige suurem ülikool NTNU (Norwegian University of Science and Technology). Hingeliselt meenutab linn veidi Tartut – imekaunis jõeäärne vana-

linn ja ka mitmed modernsed uusarendused. Elanikkonnast viiendiku ja aktiivsest linnapildist enamiku moodustavad tudengid. Tudengitest omakorda suur osa on õppima tulnud teistest Norra piirkondadest ja ligi 2000 vahetusõpi-



last kõikjal maailmast.

Algselt ei tundugi keskkond Eestist eriti teistsugune – ilm, toit ja inimesed on suhteliselt kodused – suurim erinevus on ikka Norra muinasjutuline maastik. Siiski, mida kauem seal viibida, seda rohkem hakkad märkama väikseid detaile, mis kokku liites muudavad koha Eestist ikka päris erinevaks. Kõige rohkem hakkasin igatsema muidugi inimesi. Kohanemine oli üllatavalt kerge ning kogu viie kuu jooksul Norras ei kohanud ma ühtegi inimest, kes inglise keelt ei mõistnud.

Minu sõpruskonna moodustasid suures enamuses teised välitudengid, kes samuti kõik uues keskkonnas otsivad inimesi, kellega koolisiseselt ja -väliselt koos lahedalt aega veeta, seega sõprade leidmine oli suhteliselt lihtne. Kodu nelja seina vahel „mitte midagi“ tehes tekivad päris kiiresti tõsised süümekad, seega otsisime igal võimalusel koos

mingit tegevust: käisime pidevalt matkamas ja seiklemas, suusatamas ja uisutamas, kokkasime ning veetsime mõnusalt koos aega filmi- või lauamänguõhtutel.

Küllastasime sõpradega ka mitmeid Norra maalilisi piirkondi. Näiteks käisime matkamas Lofoodidel, seisime Åndalsnesi fjordides silmitsi Euroopa kõrgeima vertikaalse mäekülje Trollveggeniga ja jalutasime klaasselgetel jäätunud mägijärvedel Innerdalenis, mida muide peetakse Norra kauneimaks oruks. Norras ühel hetkel kaotavad suured sõnad mingis mõttes oma mõju, sest iga org, rada või mäestik on mingitpidi „ainulaadne“, „erakordne“ ja lihtsalt imeline. Matkarajad on kõikjal ja avastamist lõputult.

Üks meeldivaim kultuurišokk oli norrakate niinimetatud „cabinculture“. Igal perel on kuskil mägedes oma metsamajake ja ka ülikooli all toimetavale spordiorganisatsioonile kuulub linna ümbritsevat metsades üle 20 *cabini*, mida tudengid saavad broneerida. Majakesed on eri suuruse ja matka raskusastmega, reeglina pole vett ega elektrit ja vahel isegi mitte levi, kuid need on tudengite hulgas äärmiselt populaarsed. Minu jaoks üks unustamatuim osa kogu sellest välisõppe seiklusest olidki need nädalavahetuste *cabintripid* sõpradega.

Usun, et vahetusõpingud on fantastiline võimalus igat inimest mitmekülgset rikkastada – näha uusi paiku, kultuure ja eluviise, luua mälestusi ja sõprussuhteid terveks eluks ning kõige selle kõrvalt ka natuke koolipinki nühkida. Täiesti uues keskkon-

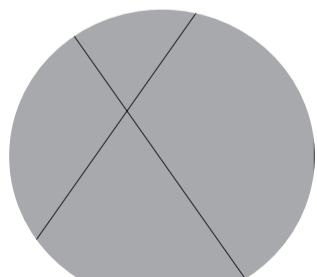


nas on huvitav kohtuda selle inimesega, kes päriselt oled, kui võtta ära kodused tavad ja harjumused ning igapäevaste lähedaste ja sõprade vormitud hoiakud ja eelarvamused. Tunnen, et olen väga mitmekülgsest kasvanud ja eriti on kasvanud nälg uute seikluste järele.

Rohkem ägedaid pilte ja lugusid võib vaadata ja kuulata mu Instagramist: [Kristian.trap](#) või [TalTechi Loodusteaduskonna Üliõpilaskogu](#) instagrami [taltech_lyk](#) vahetusõpingute *highlightist*.



Parimad raamatud, mida lugesin möödunud aastal

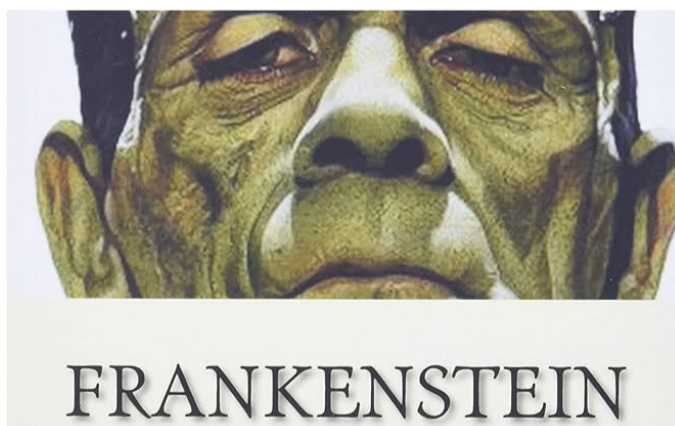


Kareen Kink

„Väike Prints“, Antoine de Saint-Exupéry
Olin seda raamatut ka varem lugenud, kuid põhikoolis ta mulle erilist muljet ei jättnud. Nüüd, seda uuesti lugedes, olin ma sellest täielikult vaimustunud. Raamat sellest, kuidas me ei tohiks kaotada oma lapselikku

suhtumist ja peaksime nautima igat pisiasja enda ümber. On väga lihtne muutuda tui-madeks täiskasvanuteks, kes vaid sagivad ringi, kaotades nii ennast kui lähedasi. „Kõige ilusamad asjad maailmas, neid ei saa näha ega katsuda, neid tuntakse südames.“

„Oma tuba“, Virginia Woolf
See raamat räägib naistest ja nende rollist ühiskonnas. Olgugi et tegu oli loengutega, mida Virginia ülikoolis pidas, oli see nii kaasahaarav, et raamatut oli võimatu käest panna. See teos pani mind sügavalt mõtlema ka meie ühiskonna peale ja arengule, mis on juba toimunud. See raamat on jätnud mulle ühe sügavaima mulje. „Kas teist keegi on märganud,



FRANKENSTEIN

kui palju raamatuid on kirjutatud naistest ühe aasta vältel? Kas keegi on märganud, paljud neist on kirjutatud meeste poolt? Kas te olete teadlikud, et te olete ilmselt loom, kelle üle arutatakse kõige enam siin universumis?”

„Lohejooksja“, Khaled Hosseini
See raamat räägib kahest väikesest poisist, kes on parimad sõbrad ning elavad Afganistanis. Kuid kahjuks laastab sõda nende kodumaad ja senine elu muutub täielikult. Raamat juhtub alatihi midagi, mis ei lase sul raamatut käest panna ja lisaks põnevale loole on väga huvitav teada saada kultuurist, mis erineb väga palju meie omast. Usun,

et see lugu ei jäta kedagi külmaks.

„Sinu jaoks, tuhat korda uuesti“

„Frankenstein“, Mary Shelley

See raamat erines täielikult sellest Frankensteinist, mida on mulle maalinud filmid ja popkultuur. See lugu oli südantlõhestavalt kurb, rääkides üksindusest ja väljajäetusest, jutustades lahti suhte looja ja loodava vahel. Kõige paeluvam oli, et Mary kirjutas selle teose, kui oli vaid 18-aastane ja see raamat on paelunud inimesi üle kaheksa aasta.

„Miski pole inimhoiusele nii valus kui suur ja järsk muutus.“

Ootame noori osalema rahvusvahelisse projekti

Projekti eesmärk on võimestada noori maa- ja linnapiirkondades rohkem aega looduses veetma ning läbi innovatsiooni ja roheturismi propageerimise kliimamuutuste vastu võitlema.

Esimene rahvusvaheline kohtumine toimub 22.–26. aprillil Keilas, kus osalevad lisaks eestlastele noored Rumeeniast, Portugalist ja Iirimaalt. Koos uuritakse roheturismi praktikaid, antakse sisen-dit projektimaterjalide arendamiseks, küllastatakse Lääne-Harju valda ja tutvustatakse külalistele loodusauneid kohti. Projekti osalemine annab võimaluse tutvuda noortega teistest riikidest, saada uusi sõpru, tutvuda teiste kultuuridega, saada teadmisi roheturismist ning anda oma panus rahvusvahelisse projekti. Lisaks saavad Eesti kohtumisel osalejad eelisyjärjekorras kandideerida kohtumisele Rumeenias, mis toimub sügisel 2024.

Projekt soovib anda noortele kättesaadavad võimalused, oskused ja vahendid arendada rohevaldkonna oskusi, saada muutuste eestvedajateks oma kogukonnas ning võtta aktiivne roll kliimamuutuste vastases võitluses, edendades ökoloogiliselt sõbralikke tavasid ja käitumist. Samuti luuakse materjalid noorsootöötajatele noorte toetamiseks keskkonnasõbraliku mõtteviisi arendamisel.

Projekti tulemusena valmib veebilehekül, mobiilirakendus ja teemakohane infomaterjal ning toimuvad mitmed veebinarid ja väiksemad sündmused.

Kandideerimiseks ja lisainfo saamiseks kirjuta geter@keila-noortekeskus.ee

Projekti toetas Erasmus+ ja Euroopa Solidaarsuskorpuse agentuur Erasmus+ programmist.

„Laululindude ja madude ballaad”



Liisa-Lotte Hein

Inimtühtjas kinosaalid istudes jään lõppenud filmi üle mõtisklema nagu ikka, kui nähtu vaatatajale mõju avaldab. Ma pole elus näinud teist nõnda pika kestusega filmi, mille lõputiitrite ajal mõtlesin, et keriks õige algusesse ja vaataks kogu loo otsast lõpuni teist korda läbi. Suundusin otsejoones raamatukokku, et „Näljamängude” raamatud värskelt läbi lugeda.

„Näljamängude” sarja austaja olen olnud juba aastaid. Enne eeloo „Näljamängud: laululindude ja madude ballaad” vaatamist polnud ma näinud Suzanne Collins’i triloogia põhjal tehtud filme. „Laululindude ja madude ballaad”, mis on sügisel kinolinadele jõudnud filmi aluseks, jätsin pooleli, sest raamat ei haaranud mind kaasa samamoodi nagu eelmised. Õigupoolest on uus film vaadatav ka neile, kes pole kokku puutunud ei filmide ega raamatutega, kuid eelteadmised „Näljamängude” düstooopiast



tulevad filmi süvenemisel ka suks.

Filmi tegevus toimub Panemi riigis, kus korraldatakse iga aasta ellujäämismänge. Loosi teel valitakse võistlejateks 24 teismelist tribuuti – üks poiss ja üks tüdruk igast Panemi 12 ringkonnast. „Laululindude ja madude ballaad” toimub 64 aastat enne esimese raamatu sündmusi. Loo keskmes on 10. näljamängud, kus peategelane Coriolanus Snow peab ennast tõestama, taastades avalikkuse huvi mängude vastu. Ta satub juhendama 12. ringkonna tribuuti Lucy Gray Bairdi,

kes võib publikut oma lauluhääle ja esinemisoskusega. Tegellate ellujäämistung käivitab sündmuste ahela, millel on traagilised tagajärjed.

Ehkki film kestis pea 3 tundi, ei tundnud ma, et see oleks kordagi veninud. Üheks filmi tugevuseks on muusika. Nagu pealkirigi vihjab, sai filmis kuulda ballaade, mis kõitsid vaataja tähelepanu õigetel hetkedel. Lõputiitrite ajal mänginud Olivia Rodrigo folklaul „Can’t catch me now” tabas filmi olemuse täiuslikult. Ka näitlejatöö on põh-

jus, miks film oli nii nauditav, kusjuures peaosatäitjad Tom Blyth ja Rachel Zegler avaldasid mulle enim muljet.

Kriitikana on fännid välja toonud erinevused filmi ja raamatu vahel: kõik sündmused ja detailid üle 500-sõnalisest romaanist ei ole jõudnud kinolinale. Nõustun sellega, et peategelase sise-monoloog (mis on raamatus nii tülgastav, et loobusid lugemisest) võiks ka filmis kajastuda. Filmis näib Corio-

lanus Snow inimlikum, kui ta tegelikult oli. Ka Snow ja Lucy Gray suhet on kujutatud filmis mõnevõrra teistmoodi.

See on haruldane, et eelistan filmi raamatule. Olles näinud kinolinadel „Laululindude ja madude ballaad”, tuli tahtmine anda raamatule teine võimalus. Soovitan filmi (ja ka raamatut) kõigile fantaasia- ja ulmefännidele, kes düstooopia, närvikõdi ja *action*’i, aga ka romantika järele igatsevad.



HOROSKOOP

JÄÄR

Raha - Raha tuleb! Ning läheb sama kiiresti. Võta aega, et koostada eelarve tabel ning oma kulutustel silma peal hoida! Siiski ei saa see kerge aasta olema.

Suhted - Õpi kannatlikkust! Ära avalda armastust esimesel kohtumisel ja võta kihlumiseks rohkem kui üks tund. Vajad sel aastal veidi rohkem romantikat.

Tervis - Aktiivse tähtkujuna pead olema väljas liikudes ettevaatlik, et jääd mitte libiseda ja oma luid murda. Pööra tähelepanu oma painduvusele.

SÕNN

Raha - Vanemate antud taskurahast elad vaevalt ära. Väike lisatöö nädalalõppudel ei tee paha. Ära ainult kõike kohe ära kuluta, sest suvi on alles ees!

Suhted - Suhted on sassis. Tõsielusarjadest ei tasu suhtenippe otsida. Võta parem raamatukogust mõni suhtealane raamat.

Tervis - Hoia vaimsel tervisel silma peal. Pööra tähelepanu oma toitumisele ja veendu, et annad seedimisele aega. Võid sel aastal paastumist proovida.

KAKSIKUD

Raha - Peale tööpakkumisest loobumist on rahaga veidi kitsas, kuid ära heida meelt. Sinu hoolikad investeeringud kannavad tõenäoliselt vilja.

Suhted - Naudid uute inimestega tutvumist ja oled avatud uuteks seiklusteks. Kasuks tuleb koos partneriga uusi asju proovida või pikale reisile minna.

Tervis - Tervis on väga hea, aga ära unusta hambaarstil käia. Mõni vana plomm vajab väljavahetamist. Pööra tähelepanu vedeliku tarbimisele.

VÄHK

Raha - Teekond majandusliku õitsenguni on konarlik, kuid tulutoov. Ära lase tagasilöökidel end mõjutada! Püüa vähem oma raha puid-padile kulutada.

Suhted - Igatsed partneri järele, kes koduse tunde tekitab. Seevastu unustad ära, et uute inimestega kohtumiseks pead koduksest välja astuma.

Tervis - Füüsiline tervis on suurepärase, kuid äkki oleks aeg aktsepteerida, et oma vaimse poolega tuleb ka tegeleda, kasvõi natuke.

LÕVI

Raha - Kulutatud kõik raha iluprotseduuridele. Rasketel aegadel ära tõtta kohe hoiupörsast purustama, vaid uuri lisateenimisvõimaluste kohta.

Suhted - Hakkad kahtlema oma headuses. Neela oma uhkus kordki alla ja vabanda, kui oled valesti käitunud. Usu, seda hinnatakse. Ilmselt.

Tervis - Võtad igal hommikul kolmkümmend erinevat vitamiini, et tervist korras hoida. Aga sellest jääb väheks. Liigu rohkem ja avasta jooga!

NEITSI

Raha - Raha tuleb, aga läheb sama kiiresti. Millal sa õpid ütlema uutele asjadele ei? Sul on terve hunnik asju, mis kodus juba tolmu all on.

Suhted - Suhtled nii palju, kui võimalust on pidevate haiguste vahel. Osale inimestele suudad närvidele käia, aga ära sellest välja tee, palju on ka neid, kes sinu seltskonda naudivad.

Tervis - Joo palju vett – tulemuseks särav nahk. Ära oma salli koju unusta, sa alles olid haige, oleks aeg veidi terve ka olla.

KAALUD

Raha - Raha tuleb isegi siis, kui tööd pole. Kuid kõiki sääste ei ole mõttekas ära kulutada, mõni kuu on kulukam kui teine, eriti juuli.

Suhted - Mõtled, et peaksid oma vanadele sõpradele uuesti kirjutama ja midagi koos tegema, kuid tõmbad ennast hoopis pleedi sisse kerra ja jääd soojemaid ilmu ootama.

Tervis - Ära unusta päikesekreemi kanda! Need vähesed päikselised päevad, mis Eestis on, põletavad su muidu kohe ära.

SKORPION

Raha - Oma taskuraha eest ostad Instagrami *follower*’e ja kulutad kogu ülejäänud aja *photoshoot*’idele. See võib isegi edukaks osutuda.

Suhted - Jääd Tinderis surfamisest sõltuvusse. Võibolla leiad pimekohtingul eluarmastuse. Usalda oma kõhutunnet, see ei valeta (peaaegu kunagi)!

Tervis - Värske õhk ja piisav uni tõstavad su elukvaliteeti suurel määral. Sööd porgandeid ja mustikaid parema silmanägemise nimel.

AMBUR

Raha - Hoia kasiinodest eemale, kuna hasart on kerge tekkima. Ka vahetunnis toimuvad pokkeriturniirid on ohtlikud.

Suhted - Kauaoodatud armastus on viimaks kohal! Aga kuidas teda ära tunda, see on küsimus. Hoia silmad lahti, muidu lipsab võimalus mööda!

Tervis - Kui tennis ei käi, tuleks toitumine üle vaadata. Jaanuaris käid esimest ja viimast korda jõuksis. Algu seegi. Tee proovi jalutamiseks.

KALJUKITS

Raha - Otsustad poole aasta pealt töökohta vahetada ja lõpuks jääd üldse töötuks, aga ehk leiad endale vähemalt rikka kaasa.

Suhted - Sinu parimateks sõpradeks on soe tekk ja tee. Istud juba kaks kuud soojas toas ja keeldud välja minemast, su inimsõbrad mõtlevad iga nädal, kas oled veel elus.

Tervis - Vaimse tervise toetamiseks avastad kitsejooga. Otsustad oma korteri täita kitsedega, aga saad kiiresti aru, et su füüsiline vorm pole piisavalt hea, et nendega ringi hüpelda.

VEEVALAJA

Raha - Su raha voolab kuhugi teadmatuse kohta ära ja sa ei leia seda üles. Mõtled hakata hoidma kogu raha pangakaardil, aga ei tee seda ning unustad taas, kuhu oma raha pistsid.

Suhted - Suhted on korras, sest sa pole mitu kuud kellegagi rääkinud. Peaksid ehk suhtlema hakkama, kui tahad, et sõbrad ära ei kaoks.

Tervis - Suudad end kuidagi iga nurga otsa ära lüüa ja nii oled kogu aeg sinikaid täis. Proovi oma silmad avada ja vaadata, kuhu kõnnid!

KALAD

Raha - Majanduslik olukord hakkas juba tasapisi paranema, kuid uue maksutõusu tagajärjel oled samas punktis tagasi. Siiski, kõige hullem asi ei ole.

Suhted - Kui kohale jõuad, on suhted head. Kandideerid tõsielusatesse, näiteks „Alasti ahvatluse”. Oodatud edu see ei too, aga kogemus missugune!

Tervis - Nädalavahetustel on tervis veidi parem kui tööpäevadel. Kõrvu tasub regulaarselt pesta, kuid ole vatitikuga ettevaatlik.

PS! Ära lase ennustustel end tagasi hoida, tähtede koosseis oli seekordsetel vaatlustel erakordselt suur!

NOORTELEHT
KEILA NOORTE AJALEHT

VÄLJAANDJA KEILA NOORTEKESKUS
MÄE 7, KEILA
KEILA.NOORTELEHT@GMAIL.COM
TRÜKK: PRINTALL

TOIMETUS:
GETER EHRENPREIS
LIISA-LOTTE HEIN
KADRI KÄPA

ELIISE LAUREN VALDNA
KAREEN KINK
MIRELL PAJUMETS
LISETE TALVAR

Facebook
 Instagram