



NOORTELEHT



NELJAPÄEV, 12.03.2026. NR 3 (57)

NOORTELEHT ILMUB ÜKS KORD KUUS KEILA LEHE VAHEL

lk 2

ARVAMUS
lgavus ja selle
vältimise
mõju

lk 2

Kevadpuhastus ei
alga riidekapist

lk 3

Intervjuu
Noorsootöötaja
Birgit

lk 3

KOGEMUSÖömatk tõi osalejad
mugavustsoonist välja

Noored ja heaolu: läbi professionaali silmade

Intervjuus noorte heaolu spetsialisti Liisi Jürisooga rääkisime tema tööst, millised probleemid esinevad noortel aina sagedamini ning kuidas leida abi, kui seda kõige rohkem vaja on.



Ingel-Elise Sagadi

Mida sinu töö endast täpselt kujutab?

Olen nüüdseks olnud üle kahe aasta Keilas noorte heaolu spetsialist. Jõudsin siia projekti „Lääne-Harju noorte tööhoive suurendamine ja hoidmine“ kaudu, mis viidi aastal 2024 ellu üle Eesti. Eesmärk on toetada ja aidata noori vanuses 13–29. Olulisim on noorega kontakti loomine, mis põhineb ennekõike ikkagi usaldusel. Pakkuda talle tuge erinevates eluvaldkondades, näiteks kui noor tahab edasi õppima minna ja/või tööle, siis koos temaga uurime erinevaid võimalusi. Tutvume töölepinguseadusega, et kõik oleks selge, vormistame erinevaid vaja-

likke dokumente ning sedasi saab noor ka tulevaseks eluks näpunäiteid asjaajamisest erinevates ametiasutustes. Minu töö hõlmab nõustamist, jõustamist, suhtlemist noore võrgustikuga, kuulamist, lahenduste leidmist ning ka ennat valdkonnaga kursis hoidmist.

Kuidas jõudsid just selle eriala juurde?

Tänaseks olen noorte ja nende peredega toimetanud juba 12 aastat. 7 aastat olin vabatahtlik projektis „Vanem vend, vanem õde“ ehk siis põhitöö oli mul mujal – tegutsesin müügi ja turunduse valdkonnas. Viimased 5 aastat olen põhikohaga oma praegust tööd teinud. Tallinnas ehitasime üles noorte arenguprogrammi, mis on samalaadne praeguse projektiga. Seal aitasime samuti noori tööle, juhendasime õpiabi leidmisel, korraldasime huvitegevusi, vaimsete murede korral pakkusime psühholoogi teenust. Noortega töötamine on mulle südamelähedane olnud terve elu. Töenäoliselt võib asi selles olla, et mul endal oli samuti keeruline lapsepõlv ning mäletan, et siis oleks olnud väga suureks abiks mõni usal-



Pilt: erakogu

duslik täiskasvanu, kes oleks lihtsalt olemas. Üksi ja noorena on väga raske täiskasvanute maailmas orienteeruda.

Kuidas on sinu töö mõjutanud sinu igapäevaelu?

Kindlasti väga palju positiivselt, muidu ei saaks seda tööd teha. Näiteks tänane päev oli selline, kus mul õnnestus mitme noorega kontakt luua, kellega olin kaua püüdnud ühendust leida, ning saime teha kokkuleppeid. See annab mulle päeva lõpus sellise positiivse laengu, et edasi tegutseda ka siis kui mõni päev nii edukas ei ole. Lisaks on meile ka ette nähtud supervisioonid ja psühholoogiline nõustamine. Seega, kui olukorrad on väga keerulised, siis meid nende noortega töötajaid, ei jäeta üksinda ja häta.

Kas ning milliseid lahendusi oled leidnud oma tööst iseendale?

Ääretult palju. Kuna tegemist on pidevalt muutuva valdkonnaga, siis olen saanud ennat täiendada erinevatel koolitustel ja seminaridel, kus olen palju teada saanud ning õppinud iseenda ja oma mineviku kohta. Paljud küsimused on saanud vastused ning seeläbi olen saanud pakkuda paremat tuge ka meie noortele. Olen õppinud, et alati ei ole kiireim lahendus parim – sageli jõuab la-

hendus ise sinu ja nooreni.

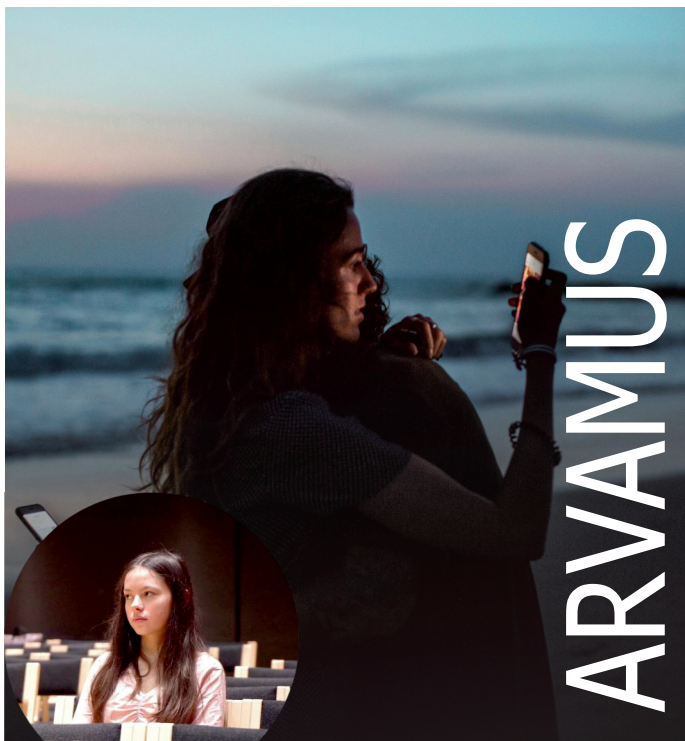
Kas on mõni lugu, mis sind on eriti puudutanud?

Neid on mitmeid. Eriliselt on meelde jäänud lugu ühest neiust. Tema oli minu esimene noor alates ajast, millal käivitasime noorte arenguprogrammi Tallinnas. Ta saabus meie juurde, kuna ei jõudnud kooli. Esimestel kohtumistel ei vahtetanud me sõnagi, kuna ta ei soovinud. Tasapisi hakkasime siiski suhtlema ning sealt ilmnesisid väga suured küsimused ja kitsaskohad. Kaasates teisi spetsialiste, hakkasime seda lõngakera koos noorega harutama. Ilmnesisid lähisuhte vägivalla juhtumid, suitsiidimõtted ning -teod, enesevigastamine. Läks aega, aga noor sai piisavalt tuge, et usk enesesse ja tulevikku tuleks tagasi. Oleme siiani temaga aeg-ajalt suhelnud. Praeguseks on ta abielus ning nad ootavad abikaasaga esimest beebit. Eriti oli liigutav, et ta jagas esimest ultrahelipilti minuga. Sellistel hetkedel tunnen, et meie töö on imeline.

Missuguste probleemidega oma töös peamiselt kokku puutud?

Paljud tulevad muu küsimusega, aga seal all on veel mitu kihti (näiteks kodune olukord, kiusamine, vaimne ja füüsilise tervise). Vaimse tervise teema-

Pilt: erakogu



Tähe Lilleorg

Igavus ja selle vältimise mõju

Igavus on tänapäeva ülestimuleeritud ja kiires maailmas luksuses, sest see annab vaba aja iseenda mõtetega olemiseks, loovuse taaskäivitamiseks ja eneseanalüüsiks. Kahjuks aga leiame end pidevalt olukorrast, kus veedame igavuse vältimiseks pidevalt aega oma nutitelefonides. Me oleme muutunud igavuse vaenlask. Seejuures me tihti ei märka, et sellega hävitame oma võime olla iseseisvad mõtlejad. Kui me ei luba endal kogeda tühje hetki, ei teki ka vajadust ise midagi luua, vaid me jääme igavesti sõltuma välisest stimulatsioonist.

Igavuse peletamise populaarseimaks viisiks on kujunenud tagataskus pesitsevas nutitelefoni *scroll*imine. Meil on meelelahutus alati endaga kaasas. Niipea kui tekib võimalus, haaramme telefoni, et seal tundide kaupa internetis surfata ning teiste inimeste elu passiivselt pealt vaadata. Sotsiaalmeedia platvormid on üles ehitatud nii, et kasutajatel ei hakka mitte kunagi igav, kuid tegelikult need keskkonnad orjastavad meie tähelepanu. Pidev infovoog ei jäta ruumi oma-päi mõtlemiseks, vaid asendab sisedialoogi võraste hääletga.

Kui sul on igav, siis su aju sorteerib prügi. Ta viskab välja ebaolulise info, mida sa päeva jooksul sisse ahmisid. Kui seda protsessi pidevalt uue infoga segada, siis aju prügikast ajab üle ääre ja tulemuseks on keskendumisraskused. Arvuti jookseb kokku, kui tema mälu on 100% täis. Inimesega on sama lugu. Igavus on see vaba mäluruum, mis on vajalik süsteemi stabiilseks tööks. Ilma selleta kaob perspektiiv – sa ei näe enam suurt pilti, vaid ainult järgmist klikki.

Igavus on see vaba mäluruum, mis on vajalik süsteemi stabiilseks tööks.

Igavus on märk sisemisest vabadusest. Ekraanid pakuvad mugavat põgenemist omaenda mõtete, ärevuse või probleemide eest, kuid ilma sisekaemuseta ei toimu arengut. Filosoof Lars Svendsen väidab oma teoses „Igavuse filosoofia“, et igavus on modernne seisund, mis tekib tähenduse puudumisest. Selle asemel, et täita see puudujääk järjekordse *scroll*imisega, peaksime tühjusega sõbraks saama. See on ainus tee jõuda autentsete soovide ja vajadusteni, mis ei ole reklaamide või sotsiaalse surve tulemus.

Me ei lase igavusel tekkida, rääkimata selle nautimisest, aga just igavus on värv, mis meid loovuseni juhatab. Apple'i looja Steve Jobs on öelnud: „Ma usun väga igavusse. Igavus laseb meil anduda uudishimule ning uudishimust sünnib kõik.“ Igavuse peletamine loominguliste tegevuste kaudu aitab meil areneda ja vähendab vajadust teiste elusse sekkuda. On privileeg omada aega, kus keegi ei ütle sulle, mida mõelda või tunda. Me peame õppima uuesti taluma vaikset ebamugavust, mis tekib, kui me midagi ei tee, sest just selles ebamugavuses peitub kasvupotentsiaal.

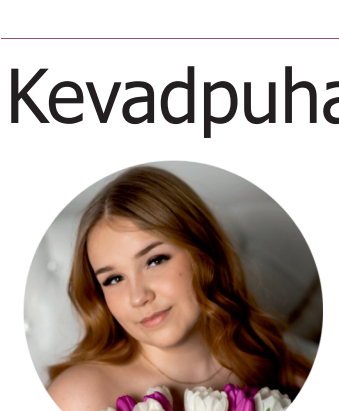
Järgmine kord, kui sul on nii igav, et tahaks seina vahtida, siis vahigi. See on hetk, kus sa oled lõpuks vaba tarbimisurvest ja saad olla lihtsalt sina ise. Igavus ei ole raisatud aeg, vaid investeering sinu vaimsesse tervisesse ja loovusse. See on luksuses, mida sa endale lubada saad ja tegelikult ka peaksid, et säilitada oma inimlikkus selles kiirelt muutuvast digitaalses maailmas.

Saada Noortelehele oma arvamust: keila.noorteleht@gmail.com

del on noorte heaolu spetsialisti roll ennekõike märgata ning kuulata. Alati, kui noor minu juurde tuleb, selgitan, et siin räägitu on konfidentsiaalne info ning ei kuulu kolmandale osapoolele avaldamiseks, kui see info ei ohusta otseselt noore elu ja tervist. Samuti on olukordi, kus ma pean kaasama eriala spetsialistid ning arutama situatsioone ka oma kolleegidega. Sellisel juhul küsin ma noorelt luba, kas ma võin anonüümselt tema lugu jagada.

Kindlasti on ka koolikohustuse mittetäitmine hästi suur murekoht. Minu roll siin on noore toetamine ning temaga asjade arutamine sellest vaatenurgast, mis on talle oluline, pidades samas silmas tema heaolu. Samuti on suureks toeks erinevad spetsialistid, kes koostöös noorega aitavad püüelda ja ellu viia eesmärgi. Üks suurem probleem on see, et noored on palju nutiseadmetes ja eriti väljas ei käi. Suheldakse interneti teel ning reaalsed kohtumised jäävad sageli tagaplaanile. See omakorda soodustab kooli mitte minekut ning omaette olemist. Raske on seda mustrit muuta. Kui kooli pole pikalt jõutud, siis tekivad võlgnevused erinevates ainetes, mis omakorda põhjustab noores ärevust ning soovimatust kooli ilmuda. Mõnikord on murekohaks suhted kaasõpilaste ja/või õppejõududega. Siinkohal avaldaksin tunnustust Keila Kooli personalile, spetsialistidele ja oma kolleegidele, kellega koos oleme mitmetest keerulisest olukorrast väljapääsu ikkagi leidnud kaasates nii vanemaid, noort kui ka ülejäänud tugivõrgustikku. Ennekõike peab leidma ikkagi noorest endast kasvõi pisikesest motivatsiooni, et asjadega soovitud suunas edasi liikuda.

Kui sa ei teeks oma praegust tööd, siis mida sooviksid teha?



Emma-Mia Kübard

Kevade alguses tekib see tunne. Päike paistab tuppa ja näitab järsku kõiki tolmukihne, mida talvel ei märganud. Tuba tundub rohkem sega mini kui kunagi varem ja sa mõtled: „Olgu, aeg koristada“.

Aga mis siis, kui päris kevadpuhastus ei puuduta ainult su riideid ja riidekappi? Mis siis, kui kõige suurem segadus ei ole su toas, vaid su peas?

Me alahindame tihti seda, kui palju keskkond meid mõjutab. Kui laud on täis vanu pabereid, poolikuid märkimikke ja „ah küll ma kunagi teen ära“-asju, siis hoiab su aju neid ka n-ö taustal lahti. Iga ese on nagu väike lõpetamata mõte. Seepärast on füüsilise koristamine palju enam kui lihtsalt esteetika. See

Ma arvan, et oleksin tööl loomade hoiupaigas, sellepärast et olin seal 15 aastat vabatahtlik – loomad ja nendega seonduv läheb mulle väga korda. Samas tuleb seal vastu võtta ka väga raskeid otsuseid, seega ma pole päris kindel, kas töötaksin seal. Eks see on nii iga töö puhul. Suur rõõm on näha loomi, kes on minemas uude koju. Paljud neist saabusid väga kehvas tingimustes: kellel oli raske inimest usaldada, vajades sageli meditsiinilist sekkumist. Mitmed uued peremehed ja perenaised jagavad jooksvalt ka pilte õnnelikest asukatest, kelle rahulolev nägu ja sõbralik kehakeel teevad südame soojaks. Olen õppinud kogemusnõustajaks. Näen ennast ka selles rollis, toetades kogemuslugude kaudu teisi sarnase saatusega inimesi. Ennekõike neid ära kuulates ja toeks olles. Praktika läbisin Tallinna Lastehaiglas vastastundinute osakonnas toetades vanemaid ja ka teisi pere liikmeid, kes seda sellel hetkel vajasisid. Igal juhul näen ennast töötamas inimeste või loomadega, mis iganes amet see siis ei oleks.

Mida soovivad noortele, kes vajavad abi, aga ei julge seda küsida?

Abi küsimine ongi raske nii noorele kui ka täiskasvanule ja meie kui eestlaslikult kanged inimesed saame kõik ise ju oma probleemidega hakkama. Minu üks eesmärk Keilas on viia noorteni teadmise, et olen olemas ja saab alati rääkida vabas vormis, ei pea tulema otseselt küsima – võib ka niisama ühendust võtta. Noortekeskuses on mul olemas ruum, kus saab rahulikult juttu ajada. Võib tulla ka sõbraga, miks mitte sõpradega. Koolides olen samuti käinud ennast klassides noortele tutvustamas ja jätnud oma kontaktid tahvlile – kellel soov, see võtab. Sealtna on tulnud päris mitu noort küsi-



Pilt: erakogu

ma nõu mõnes küsimuses. Kui ei soovita sõpradega või vanematega mingit küsimust jagada, siis on kergem arutada seda osapoolega, kes pole seal ringis. Ennekõike tahaksin südamele panna, et toe otsimine ja edasi pöördumine on julgus, mitte nõrkus.

Kust võib abivajav noor sind leida?

Koolis ja noortekeskuses on olemas plakatid, kus on kirjas minu kontaktid. Samuti võib mind pärisnime alt leida Facebookist. Kõik on teretulnud noortekeskusesse ja seal on alati noorsootöötaja, kellelt saab küsida, kas Liisi on majas. Samuti on kooli personalil olemas info minu kohta. Oled alati oodatud!

Võta kontakti: liisi.juriso@keila.ee 53863930



Kaasrahanud Euroopa Liit



Eesti tuleviku heaks

Kevadpuhastus ei alga riidekapist



Emma-Mia Kübard

on ruumi tegemine ka oma mõtetele. Vahel piisab sellest, kui viskad ära kümme asja, mida sa pole viimase aasta jooksul kasutanud, kustutad telefonist mittevajalikud pildid või korrastad oma koolimaterjalid. Iga väike muutus ruumis võib tekitada suure muutuse su fookuses.

Võib-olla oled kandnud viimased kuud endaga stressi, mis pole isegi sinu kontrolli all. Võib-olla mõjutab sind liiga palju kellegi arvamust. Või hoopis hoiab sind tagasi mõte, et sa pole piisav. Kevadpuhastus ei pea olema vaid kappide sorteerimine, see võib ka olla otsus, et sa ei võta teatud mõtteid ja hirme endaga järgmisesse hooaega kaasa. Sa ei pea kõike korraga ära lahendamata, aga saad otsustada, et ei lase neil enam sind juhtida.

Kevadpuhastus võib hõlmata ka suhteid. Kõik inimesed ei ole mõeldud sinu ellu jääma igaveseks. Mõni oli oluline mingis eluetapis, aga see ei tähenda, et ta peaks oluline olema ka nüüd. Küsi endalt ausalt: kas see suhe annab mulle energiat või võtab seda? Kas sa oled selles suhtes päriselt sina? Tihti tähendab kellestki või millestki distantseerumine eneseaustust. Sot-

siaalke kevadpuhastus võib olla kõige raskem puhastus, aga ka kõige vabastavam.

Samas ei pea kevad tähendama täielikku „uus mina“ projekti. Sa ei pea tegema radikaalset muutust, vahetama täielikult garderoobi ega looma täiuslikku hommikurutini. Mõnikord piisab *mini-reset*ist. Kolmkümmend minutit ilma telefonita. Aken lahti, tuba tuuldumas või mõni uus eesmärk, mille nimel astuda üks väike samm juba täna. Kevad ei nõua, et sa muutuk-

sid täiesti teiseks inimeseks. Ta pakub lihtsalt võimalust olla veidi kergem versioon iseendast.

Võib-olla seisnebki selle kevade suurim puhastus mitte selles, kui läikivaks sa oma toa muudad, vaid selles, kui õrnalt otsustad endaga edaspidi rääkida. Võib-olla on see otsus mitte jääda kinni inimestesse, kes sind ei hinda. Võib-olla on see julgus mitte lükata oma unistusi „ehk kunagi“ kategooriasse.



Pilt: pexels.com

Noorsootöötaja – koordinaator Birgit: julge küsida „miks?“

Keila Noortekeskuses töötab palju aktiivseid ja toredaid inimesi. Uurisin noorsootöötaja ja maleva koordinaatorilt Birgit Pärnastelt, mida kujutab endast noorsootöö, milline oli tema nooruspõlv ning mida võib oodata selle aasta malevast.



Tähe Lilleorg

Kuidas jõudsid noorsootööni?

Sellela on üks naljakas lugu – mõni nimetaks seda lausa kokkusaadumuseks. 2023. aasta sügisel tegin kodus suuremat koristust ning jäin sirvima üht raamatut, mida olin enda arvates juba korduvalt lugenud. Seekord märkasin aga esimest korda, et raamat on pühendus, aga mitte mulle, vaid Gethele.

Ainus Gethe, keda tundsin,

oli minu endine põhikooli huvijuht ja toonane Keila Noortekeskuse juhataja. Kirjutasin talle, et soovin kingituse, mis oli ilmselt juba vähemalt 5 aastat mu käes olnud, talle tagastada. Paari nädala hiljem saimegi kokku ja lisaks raamatu üleandmisele jäime ka niisama vestlema.

Vestluse käigus tegi Gethe mulle ettepaneku tulla noortekeskusesse noorsootöötajaks. Kuna ma polnud noorena noorsootöötajaga enda arvates eriti kokku puutunud (nüüd ma tean, et see tegelikult nii ei ole) ja polnud kindel, kas see on midagi mulle, siis palusin mõtlemisaega. Tegelikult läks vestlusest mööda vaid paar tundi, kui saatsin talle kirja, et olen nõus. Umbes kuu hiljem alustasingi tööd Keila Noortekeskuses noorsootöötajana.

Võin nüüdseks öelda, et mul polnud õrna aimugi, millesse

ma ennast mässin, aga see on olnud üks parimaid otsuseid minu elus.

Kui peaksid end kirjeldama ainult kolme sõnaga, mis need oleksid?

Kolm sõna, millega ma ennast kirjeldaksin, on empaatiline, avatud ja naljatilk.

Milline olid teismelisena?

Teismelist mind kirjeldaksid ilmselt kõige paremini väljendid „tubli tüdruk“ ja „rööprähkleja“. Tegelesin väga paljude asjadega. Põhikoolis olin aktiivne TORE ja õpilasesinduse liige, esindasin oma klassi erinevatel sündmustel ning osalesin mitmesugustes kooliprojektides. Lisaks laulsin tüdrukute ansamblis ning proovisin kätt erinevates trennides.

Gümnaasiumis see tuhin veidi vaibus, sest siis keskendusin rohkem uue keskkonnaga ja inimestega harjumisele.

Teismelisena olin ma pigem positiivne ja energiline, suure empaatiavõime ning tugevate emotsioonidega. Minu jaoks olid eriti olulised suhted sõprade ja lähedastega ning nendega koos veedetud aeg. Lisaks sõpradega ajaveetmisele meeldis mulle ka väga raamatuid lugeda ja isaga filme vaadata. Üks mu lemmikuid filmisarju on siiani „Rocky“.

Millist nõu annaksid oma 15-aastasele minale?

15-aastasele Birgitile tahaksin öelda, et sa ei pea ennast muutma, et teistele meeldida. Sa ei saagi kunagi kõigile päriselt meeldida – see on täiesti okei. Inimesed, kes sinust päriselt hoolivad, armastavad sind sellisena, nagu sa oled. Kõige olulisem on see, et sa iseendale meeldiksid.

Teiseks ütleksin, et nutmine on täiega okei – vahel isegi vajalik! Lase pisaratel voolata ja kui kellelgi teisel on sullepärast ebamugav, siis neil tuleb õppida sellega ise toime tulema.

Milliste muredega kõige sagedamini noored Sinu juurde tulevad?

Kõige sagedamini räägime noortega vaimse tervise tee-



Pilt: erakogu

madest, suhetest vanemate ja sõpradega, soorollidest, koolist ning erinevatest muutustest nende elus. Tihti on noortel lihtsalt vaja kedagi, kes neid päriselt kuulab, ja turvalist ruumi, kus oma mõtteid ja tundeid jagada.

Kas noored räägivad tänapäeval oma muredest rohkem või vähem kui varem?

Mulle tundub küll, et noored räägivad oma muredest rohkem kui varem. Teadlikkus vaimsest tervisest ja enesehoidmisest on kasvanud ning see annab noortele julgust oma tundeid väljendada ja abi küsida.

Samuti on tänu teadlikkuse kasvamisele üha rohkem turvalisi täiskasvanuid, kelle poole noored saavad pöörduda.

Mida on see noorsootöö Sule inimesena õpetanud?

Noorsootöö on mulle vägagi palju õpetanud. Julgen öelda, et viimase kahe ja poole aasta jooksul olen inimesena arenenud rohkem kui sellele eelnenud viie aasta jooksul kokku.

Üks olulisemaid oskusi, mis see töö on mulle andnud, on julgus küsida „miks?“. Usun, et seda küsimust võiksid inimesed oma elu jooksul palju rohkem esitada – nii iseenda kui ka ümbritsevale.

Korraldad ka see aasta malevat. Miks peaksid noored malevasse kandideerima?

Malev on minu arvates üks ägedamaid võimalusi, mida noorsootöö noortele pakub. Lisaks võimalusele oma raha teenida, annab malev ka tohutult palju ägedaid uusi kogemusi, teadmisi ja oskusi.

Meie Keila Noortemalev pakub töökogemust erinevates töövaldkondades ja -rühmades. Lisaks tööpäevadele toimuvad mitmesugused järeltegevused, mille käigus saab leida ka uusi sõpru, arendada koostöö- ja suhtlemisoskust ning avastada iseennast.

Lähemalt räägime Keila Noortemalevast infotundides, kuhu on oodatud 13–19-aastased Keila noored. Nii et kui oled huvitatud, siis lisainfot leiab meie sotsiaalmeediast ja kodulehelt.

Kuidas on Keila Noortemalev aastate jooksul muutunud?

Selle aja jooksul, kui olen maleva koordinaator olnud, on toimunud kaks malevat ja hetkel organiseerin ma enda jaoks kolmandat. Ei saa öelda, et selle aja jooksul oleks mingeid väga suuri muutusi toimunud, sest suurema osa ajast olen kulutanud süsteemide selgeks õppimisele. Küll aga on mul suur soov Keila

Noortemalevat edasi arendada, et pakkuda noortele veelgi suuremat ja ägedamat kogemust. Seega vaatame, mis tulevik veel toob.

Mille järgi malevasse noori valitakse?

Malevasse kandideerimisel on esimesed tingimused, et kõik vajalikud dokumendid (noore CV ja avaldus ning lapsevanema/eestkostja nõusolek) oleksid õigeaegselt esitatud ning noore rahvastikuregistrijärgne elukoht oleks Keilas. Samuti tuleb osaleda maleva intervjuul.

Pärast seda jagame noored töörühmadesse. Tavaliselt esimesena saavad võimaluse need noored, kellel pole varasemat malevakogemust. Ülejäänud kohad täidame avalduste ning intervjuude põhjal kogutud info alusel.

Kuna soovijaid on tavaliselt alati rohkem kui kohti, soovitan oma avalduse ja CV koostamisse päriselt panustada. Oluline on ka teada, et neid ei pea tegema üksinda. Infotundidele lisaks korraldame ka CV töötuba, kus saab tutvuda erinevate vormidega ja küsida abi. Oleme noortele toeks kogu kandideerimisperioodi vältel. Kui sul on vaja abi, siis haara mõnel meie noortekeskuse noorsootöötajal sabast kinni või kirjuta meile:

malev@keilanoortekeskus.ee

Öömatk tõi osalejad mugavustsoonist välja



Birgit Pärnaste

Tänavune Saue Noortekeskuse korraldatud 22. öömatk kujunes Keila osalejate jaoks mitmes mõttes eriliseks. Keila Noortekeskusest osales sellel aastal lausa 23 matkajat, mis oli rohkem kui kunagi varem. Kokku tuli kohale üle 230 osaleja, mis tekitas juba star-dis elevust: nii suures seltskonnas õõ läbi liikuda oli paljude jaoks esimene kogemus.

Matkateekond algas Laokülast ning kulges 13 kilomeetrit läbi metsa ka mööda mere äärt. Kui esimesed kilomeetrid viisid läbi paksu lume ja vaiksete metsaradade, siis

matka teises pooles ootas ees tõeline üllatus – suurem osa teest kulges jäätunud mere peal. Matka üheks kõige mõnusamaks hetkeks sai poolel maal pakutud soe supp ning tee, mis pakkusid nii kehalist kui ka emotsionaalset turgust.

Ilm oli küll külm, kuid talutav. Mitmed noored siiski tõdesid, et matka kõige raskem ja väsitavam osa oli just paksumas lumes sumpamine. Teekonna läbimise muutis lihtsamaks see, et kõnniti sõprade ja teiste matkalistega koos. Osalejad rõhutasid, et kaastelgi tugi oli raja jooksul väga oluline – jutustati, hoiti ühtlast tempot, jälgiti, et keegi lihtsalt jääle ei kukuks, ning vajadusel kanti ka nooremate seljakotte.

Matka läbides avastas nii mõnigi noor, et ta on oluliselt vastupidavam, kui arvas. Selgus, et 13 kilomeetrit polegi nii hull, kui esialgu tundus. „Õppisin, et ma suudan rohkem, kui ma eeldasin. Peaksin endasse rohkem usku- ma,“ tõdes üks noor osaleja.

Matka alguse ja lõpu emotsioonid olid samuti mitmekesised. Oli neid, kes teekonda alustasid imetusega osalejate hulga üle ning lõpetasid hea tunde, et väljakutse sai edukalt lõpetatud. Oli ka teisi, kes jõudsid Kloogaranda lihtsalt väsinult, kuid siiski rahuloleva ja rõõmsana, et teekond lõpuks koos sõpradega läbitud.



Pilt: erakogu

Meil on hea meel, et sel aastal osales nii võrd palju julgeid noori, kes astusid välja oma mugavustsoonist ja proovisid midagi uut. 22. öömatk jääb meile kindlasti meelde – lumiste metsaradade, jääkülma ranna, sooja supi, naeru ning tugeva ühistundega. Ootame juba põnevusega, mida toob meie järgmise aasta öömatk.

KEILA NOORTEMALEV 2026

I VAHETUS (16-19A): 12.-18. JUUNI
ROOSTA PUKKEKÜLAS

II VAHETUS (13-15A): 10.-21. AUGUST
KEILAS

MALEVA INFOTUNNID:

Noortekeskuses 19. märtsil kell 17:00

Veebis 21.märtsil kell 12:00

CV töötuba: 24. märtsil kell 16:00-17:30

KANDIDEERIMINE:

23.märts - 5.aprill

LISAINFO:

malev@keilanoortekeskus.ee

keilanoortekeskus.ee/malev/

FB, IG, TikTok: @keilanoortekeskus



Tänavakass Tauno leiab sõbra

Mirjam Plaado

Ingel-Elise Sagadi

Tänavakass Tauno luusis Balti jaamas ringi. Ta oli siiani veel oma ebaõnnestunud kohtingust löödud. Muidugi, ikka veel näljane. Ta vaatas toidust lookas lette ja tundis taas, kuidas kõht valjult koriseb. Kass kõndis mööda juurvilja ja puuvilja müügilaudadest ja jõudis lõpuks lihatoode juurde. Väikeses kalaletis rääkis müüja valjult telefoniga, märkamata, mis tema leti ümber toimus. Tauno lip-sas müügileti äärde, pani ühe kalakese tasku ning jooksis väljapääsu poole.

Kui ta oli piisavalt kaugele jõudnud, võttis kõuts jooksu

tempo maha ja tõmbas hinge. Ta keeras ümber nurga kitsale tänavale, kus teda näha ei olnud. Tauno võttis kala välja ja hakkas hammustama juba seda, kui äkki kõlas üks kõrvulukustavalt kile hää: „ÄRA TEE!“

Tänavakass kukutas kala maha ja tõmbus äkilise liigutusega eemale. Ta jälgis, kuidas kala maas loperdas, nagu üritaks see püsti tõusta. „Kuidas sa elus oled?“ küsis kass, ikka veel pahviks löödud, „Minu teada vajavad kalad vett, et hingata.“

„Ei noh, vajavad jah, aga ma olen meisterhingaja,“ targutas kala, „ma suudan õhust ka veemolekule sisse hingata, aga mitte väga kauaks.“ Tauno mõtles, et see on loogiline küll, sest kui kalad suudavad vees õhumolekule sisse hingata, siis miks nad ei peaks

suutma ka vastupidist.

„Näe, võta sealt maast see kilekott. Mine otsi mõni pori-loik ning täida kott veega. Siis paned mu sinna sisse.“ Kõuts hakkas juba kala käsku täitma, kuid siis seistas. „Ja miks ma seda tegema peaksin?“

Kala hakkas korra hirmust kõhklema, kuid siis muigas. „Ma tean kohta, kus sa korraliku kõhutäie saaksid. On üks restoran, kes jätab oma jäägid päeva lõpul maja taha prügikasti. Päris peen koht ka, kui sa gurmaan oled.“ Sekundiga oli Taunol kott kala jaoks valmis ja kala mugavalt seal sees.

„Mis su nimi on, muidu?“ küsis kass justkui muuseas. „Kalmer.“

„Tere tulemast Tallinnasse, Kalmer!“



Retsept: Kanakarri köögiviljadega

Üldinfo:

Portsjoneid: 8

Ettevalmistusaeg: 10 min

Küpsetusaeg: 20 min

Koostisosad:

- 1 brokkoli
- 2 keskmist paprikat
- 1 pakk suhkruherned
- 4 tl punast karripastat (maitse järgi)
- 1 purk kookospiima
- 1 purk kookoskoort
- 2–3 kanafilēd
- 0,5 tl musta pipart
- näpuotsatäis soola

Valmistamine:

1. Lõika kana, paprika ja brokkoli väikesteks tükkideks ning pese suhkruherned.
2. Kuumuta suures potis või sügavas pannis veidi õli. Lisa kana ning küpseta, kuni kana on kuldne ja läbi küpsenud, seejärel maitsesta soola ja pipraga. Tõsta kana korraks kõrvale.
3. Vala potti kookospiim ja kookoskoor ning lisa karripasta. Sega läbi ja lase kergelt keema minna.
4. Pane kana tagasi potti ning lisa ka brokkoli, paprika ja suhkruherned. Lase neil umbes 8–10 minutit podiseda, kuni köögiviljad on pehmemad, aga mitte täiesti lõidid.
5. Serveeri riisi või mõne muu lisandiga. (Nipp: Kui tahad värskemata maitset, lisa veidi laimimahla, värsket koriandrit ja soovi korral natuke tsillit.)
6. Naudi ja jaga lähedastega!

HOROSKOOP

♈ JÄÄR

Esimesel kevadkuul on sul rohkem energiat kui talvel, aga kannatus võib kergemini katkeda. Tahad, et asjad liiguks kiiremini. Kõike ei pea korraga ära tegema. Vali üks eesmärk ja keskendu sellele.

♉ SÖNN

Esimesel kevadkuul tunned vajadust stabiilsuse järele. Võid märgata, et eelistad kindlat seltskonda ja tuttavat rutiini. Sel kuul võta teadlikult aega puhkamiseks.

♊ KAKSIKUD

Sul on palju mõtteid ja uusi ideid. Võid avastada, et tahad alustada mitut projekti korraga. Probleem on selles, et kõik jääb poolikuks. Sel kuul vali üks tegevus, millele päriselt pühendud.

♋ VÄHK

Kevad muudab sind natuke tundlikumaks, eriti suhete osas. Võid hakata rohkem märkama, kes päriselt pingutab ja kes mitte. Kui miski sind häirib, ära kogu pinget endasse, vaid räägi sellest.

♌ LÕVI

Sa tahad rohkem tähelepanu ja tunnustust – see pole halb. Samas ära oota, et keegi teine su panust märkaks, kui sa ise sellest ei räägi. Kui oled millegi nimel vaeva näinud, jaga seda.

♍ NEITSI

Kevad toob soovi korda luua. Võid hakata analüüsima kõike, mis ei ole ideaalne. Kõik siiski ei vaja parandamist. Sel kuul lõpeta üks projekt, mis sul on ammu pooleli. Pea meeles, et see ei pea olema perfektne.

♎ KAALUD

Suhted on sel kuul fookuses. Võid märgata, et väldid mõnda vestlust, et mitte konflikti tekitada. Kui sul on teistsugune arvamus, kommunikeeri seda. Sa ei pea kõigile meeldima.

♏ SKORPION

Sa mõtled palju, aga ei ütle kõike välja. Kevad võib tuua olukorra, kus pead otsustama, kas hoiad midagi enda teada või räägid ausalt. Kui miski on sind pikalt häirinud, ära lükka vestlust edasi.

♐ AMBUR

Kevad tekitab sinus soovi midagi uut proovida. See ei pea olema suur muutus – vahel piisab väikesest väljakutsest. Sel kuul luba endal katsetada ja vaadata, kuhu see viib.

♑ KALJUKITS

Sa oled harjunud olema see, kes hoiab asju kontrolli all. Kevad tuletab meelde, et sa ei pea kõike üksi tegema. Kui tunned, et koormus on suur, jaga see ära. Sel kuul proovi küsida abi varakult.

♒ VEEVALAJA

Kevad toob sulle uusi ideid ja võib-olla ka uusi inimesi. Kõik ei pea kohe kindel ja selge olema. Mõni muutus tundub alguses ebamugav, aga võib hiljem osutuda vajalikuks.

♓ KALAD

Su tuju võib kõlkuda rohkem kui tavaliselt. See ei tähenda, et midagi on valesti – lihtsalt kevad toob rohkem emotsioone pinnale. Ära lase ühel halval päeval tervet nädalat ära rikkuda.

PS! Ära horoskoopi liiga tõsiselt võta, Emma-Mia libises sulaval jääl ja jättis seekord tähtede vaatamise sinnapaika.

NOORTELEHT

KEILA NOORTE AJALEHT

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

TOIMETUS:
KADRI KÄPA
BRITA RIKKOLAS
ELIISE LAUREN PROOSO
EMMA-MIA KÜBARD

INGEL-ELISE SAGADI
TÄHE LILLEORG
MIRJAM PLAADO
PATRICK ENOK

Instagram

Facebook