



Tervisekeskuse karkass on valmis

1. oktoobril toimus Kadrina esmatasandi tervisekeskuse 15. töökoosolek, mille käigus saadi teada, et seinte ja lagede montaaž on lõppenud. Pärast lagede montaaži tuleb katuslagi kohe katta aurutõkkega. Tellija juhtis tähelepanu vajadusele katta kõik puitdetailid niiskuse eest, sest vihmakahjustused puidul jäävad nähtavaks igavesti.

Töökoosolekul kooskõlastati ka tervisekeskusele akende tootja ja paigaldaja, milleks sai AS Aru Grupp. Tellija soovis, et platside ja teede katendid paigaldataks 2020. aastal, nii nagu hankes kirjas oli.

Oma tulevaste tööruumidega tutvusid ka perearstid, kes on ootusärevil. Ühes perearstidega otsustati alustada läbirääkimisi mööbli hanke kooskõlastamiseks. Koos mööbli asukohaga lepatakse kokku ka kõigis tugev- ja nõrkvoolu pistikute asukohtades.

Hetkeolukord kinnitab, et tööd on graafikus ning objekt peaks valmima tähtajaks.

Aarne Laas,
abivallavanem



Tervisekeskuse ehitus pilvepiirilt vaadatuna. Foto: AS Paide Mek

Soomusrong „Wabadus“ jõuab Kadrinasse

Aastatel 1918–1920 toimus Eesti Vabadussõda, mille võitmisel ja Eesti riigi iseseisvuse kehtestamisel mängisid olulist rolli soomusrongid. Nüüd, 100 aastat hiljem, on Eesti Sõjamuuseum valmis ehitanud tollasest soomusrongist inspireeritud näidise, mis sai nimeks soomusrong nr 7 „Wabadus“.

„Wabadus“ alustas oma teekonda 4. jaanuaril Kehrast. Sellel päeval möödus sada aastat otsustavast lahingust, millega peatati Tallinna poole suunduvad vaenlaste üksused. Soomusrong liigub mööda olemasolevaid raudteid üle terve Eesti kuni 2019. aasta lõpuni.

Kui Vabadussõjas oli soomusrongi roll kanda lahingumoona ja sõdureid, siis näidisrongist „Wabadus“ leiab Vabadussõda, soomusronge ja selle kangelasi tutvustava näituse, suurtükivaguni, kuulipilduja vaguni, desantvaguni, sanitaarvaguni ja katteplatvormil asuva soomusauto „Estonia“.

Rongi külastamine on tasuta ning rongilt saab osta temaatilisi meeneid.

Soomusrong nr 7 „Wabadus“ valmis Eesti Vabariik 100 korraldustoimkonna, Eesti Sõjamuuseumi ja Ooperaili koostöös. Soomusrongi ja -auto liikumise Wabaduse teekonnal annavad oma panuse Eesti Raudtee, Kaitseliit, USS, kohalikud omavalitsused ja mitmed muuseumid. Vabadussõja ajalugu tutvustava näituse on koostanud Eesti Sõjamuuseum.

Soomusrong „Wabadus“ on Kadrinas huvilistele avatud 2. - 8. novembrini kella 11.00-18.00.

Anu Viltrop,
projektjuht



Foto: Eesti sõjamuuseumist

Rajatraktor jõudis Kadrinasse

Kadrinasse jõudis kaua oodatud rajatraktor, mille abil saame muuta meie suusaradade hooldust efektiivsemaks ja luua paremaid tingimusi suusasõpradele ning ühtlasi suurendada tervisespordi harrastajate arvu.

Kadrina terviseraja arendamiseks esitas vallavalitsus taotluse 31. jaanuaril 2019 Kultuuriministeeriumi taotlusvooru „Regionaalsete tervisespordikeskuste väljarendamise teostamine“.

Tänu suurepärasele projektile saime rahastamisotsuse. Loodame, et saame

nüüd tänu kunstlume tootmiseks vajalikele kahuritele ning rajatraktorile pakuda nii kohalikele kui ka kaugelt tulnud suusasõpradele paremaid suusaradu ning muuta meie terviserada atraktiivsemaks.

„Tänu rajatraktorile saame anda oma praegusele suusarajale juurde lisaväärtust, sest traktoriga on võimalik lihtsasti sisse sõita nii klassika- kui vabastiili suusarada,“ sõnab Kadrina terviseraja tulihingeline aktivist **Tõnu Rummo**.

Maris Aros,
arendusspetsialist



Kadrina terviserajal hakkab sõitma rajatraktor Paana 170, juhiks Tõnu Rummo. Foto: Kodukant

Kadrina valla esimene õpetaja ja tugispetsialisti stipendiaat on Kai Tamm

Kadrina valla õpetaja ja tugispetsialisti stipendiumi eesmärk on tagada kvalifitseeritud õpetajate ja tugispetsialistide töötamine valla haridusasutustes ning soodustada uute õpetajate ja tugispetsialistide elama ja tööle asumist Kadrina valda. Stipendiumit saavad taotleda statsionaarse või mittestatsionaarse kahe viimase õppeaasta magistriõppe üliõpilased, kes omandavad õpetaja või tugispetsialisti kutset või kes peale õpingute lõppemist asuvad vähemalt kolmeks aastaks tööle Kadrina valla haridusasutusse.



Kai Tamm tunneb, et peab veel tõstma oma pedagoogilist pädevust. Foto: Erakogu

Kadrina vallavanem Kai-rit Pihlaka sõnul on üldteada, et väljaspool suuremaid linnu on eriti keeruline

leida kvalifitseeritud õpetajaid ja tugispetsialiste. Volikogu on juba mitu aastat plaani pidanud, kuidas kindlustada hariduse tulevik spetsialistidega. „Sellepärast võeti vastu määrus, mille alusel tulevase spetsialiste valda võiks meelitada. Loodame, et info levib ja järgmisel aastal on juba taotlejaid rohkem,“

Kai Tamm omab bakalaureusekraadi sotsiaalpedagoogika erialal, kuid erialase arengu ja oma professioni tõstmiseks alustas ta magistriõpinguid Tartu Ülikoolis

sotsiaalteaduste valdkonna põhikooli mitme aine õpetaja õppekavas. „Magistrikraadi soovin teha haridusteadustes, kuna minu sisemine suur soov ja tahe on erialast tööd teha just koolis ning seetõttu tunnen, et vajan just pedagoogilise pädevuse tõstmist,“ sõnab Kadrina valla esimene õpetaja ja tugispetsialisti stipendiumi saaja Kai Tamm, kes töötab alates 21. augustist 2018 Kadrina Keskkoolis sotsiaalpedagoogina.

2019. aastal väljaantava stipendiumi suurus on 200 eurot kuus. (KK)

Õnnitleme õpetajaid!

2. oktoobril tunnustati tublisid Lääne-Virumaa õpetajaid galal „Lääne-Virumaa aasta õpetajad 2019“. Kadrina vallast sai kiidetud 11 haridustöötajat. Aasta klassijuhataja nominendid olid Kadrina Keskkooli õpetajad **Harry Laiv** ja **Marianne Annula**. Põhikooli aineõpetaja nominendid

olid **Merike Trepp** ja **Reesi Sirvi**. Aasta klassiõpetaja nominendid olid **Piret Särg**, **Rea Ritsik** ja **Sirje Promen**. Maakondliku elutöö auhinna nominendid olid **Eda Sakk**, **Siret Punk**, **Mai Faelmann** ning Kadrina lasteaia Sipsik õpetaja **Kaidi Kivro**. Palju õnne kõikidele nominentidele!

4. oktoobril tunnustas ka Kadrina vallavalitsus tublisid haridustöötajaid. Kadrina Keskkoolist said tunnustuse **Eerika Saaren**, **Liina Leinmets**, **Holger Bremen** ja **Rein Kriks**. Vohnja Lasteaed-Algkoolist kiideti **Kaida Mikolat**. Kadrina Kunstidekoolist hinnati **Edvin** ja **Aime Lip-**

su tööd. Lasteaia Sipsik perest tõsteti esile **Iia Kaskla**, **Vilma Tammsalu**, **Ingrid Haavajõe** ja **Urve Ringmetsa** tööd. Kõiki neid ühendab üks - pühendumusega tehtud töö. Kadrina tänab ja kiidab tehtud töö eest! (KK)



Kadrina tublid tunnustust saanud haridustöötajad koos kiitjatega. Foto: Ain Liiva

Kadrina Vabatahtlikul Päästel lõpuks oma embleem

Kadrina Vabatahtlik Pääste sai just organiseeritud tuletõrje 100. aastapäevaks oma embleemi. Selle ideeaatoriks on vabatahtlik päästja **Raido Nagel**. „Minu teada ei ole Kadrina vabatahtlikel varem oma embleemi olnud, seega on tegemist ajaloo esimese Kadrina Vabatahtliku Pääste embleemiga,“ ütleb Nagel.



Embleemi autor on kadrinlane Vallo Vaheäär.

Embleemil on kujutatud Kadrina valla ja Eesti lipp, kirjutatud Kadrina VPK. Embleemi keskel asetsevad redel, kirves, kang ja kiiver, mille jaoks on saadud eeskujuna Päästeliidu logolt.

Kadrina päästjatele kujundas embleemi **Vallo Vaheäär**. Kleebised on pärit **Viru ReklamiAgentuur OÜ**-st, tikkis **Raktik** ja vajalikud õmblustööd tegi **Ingrid Liivamäe**. (KK)

Kadrina Noorsportlaste Fond uueks vooruks valmis

Avalduste esitamise tähtaeg Kadrina Noorsportlaste Fondi on 1. november. Fondi eesmärk on toetada noorsportlaste treeningettevalmistust, võistlus- ja treeningvarustuse soetamist, osalemist vallasestel ja ka väljaspool Kadrina valda toimuvatel tasulistel treeningutel ja sõidukulude kompenseerimisel.

Toetust saavad taotleda Kadrina valla üldhariduskoolides õppivad noored. Toetuse taotlemiseks saab esitada avaldusi kaks korda aastas: 1. novembril ja 1. maiks. Taotlus esitatakse paber kandjal sihtasutuse juhatusel või e-posti aadressil: noorsportlased@gmail.com. Täpsem info vallaveebis.

Fondi on võimalik panustada, tehes annetus sihtasutuse Kadrina Spordikeskus arveldusarvele EE872200221065422075 (selgitusse märkida - Kadrina Noorsportlaste Fond). Oma panuse saab anda ka ostes Kadrina Spordikeskuse administraatorilt kruusi või rätiku. Iga kruusi ja rätiku ostust saadud tulu läheb Kadrina Noorsportlaste Fondi. (NSF)

MURUMÄE MÄLUMÄNG

Septembrikuu lehes küsitud tänavusuvises ETV saates "Eesti mäng" esitatud kolm Kadrina teemat küsimust olid esitamise järjekorras: **Korvpallimeeskond Kadrina Karud**, **Kadrina saunanaiste pink** ja **Kadrina Vabadussammas**.

Õigesti vastanud olid **Marje Rüü**, **Peeter Viira**, **Neeme Mangulis**, **Are Kivimäe**, **Ainu Kirotbek** ja **Urmus Hinno**.

Auhinna Kadrina Maanaiste Seltsilt on võitnud **Are Kivimäe**. Auhinna saab kätte Maanaiste Seltsi majast Viru tn 14b.

Uus küsimus: Kes on pildil?

Vastused teatada: telefonil: 502 3846, e-postiga: rystom@hotmail.ee, kirjalikult: Koidu 21, Kadrina. Viimane päev on novembrikuu viies päev. Kõigi õigesti vastanute vahel loositakse välja auhind Kadrina Maanaiste Seltsilt.

Ikka teie Risto Murumägi



Sel hooajal nii mõndagi uut Kadrina Spordikeskuses

Käesoleva kuu alguses käivitatus hoogsalt ujula hooaeg - basseinid on valmis kõiki huvilisi vastu võtma. Basseinihooaja eel tegime oma süsteemidesse suure investeeringu, kui paigaldasime vee puhtuse paremaks hoidmiseks UV-lambi, mis hoiab seotud kloori taset allpool ning seeläbi saame pakkuda veelgi parema kvaliteediga vett.

Väga suur roll vee puhtuse hoidmisel on meie klientidel, kes peavad kõik enne basseini minekut ennast pesema. Mida rohkem läheb ujuma inimesi, kes ennast eelnevalt ei pese, seda mustemaks vesi saab.

Nagu eelmisel hooajal on meie ujula avatud tööpäevadel alates kella 8.00 ning nädalavahetustel alates 14.00.

Suure muutuse on läbi teinud ka meie võimla põrand, mis tegelikult juba sel kevadel sai uue lakikihi ning sulg-

palli mängimiseks vajalikud jooned. Tänu uuele lakikihile on tunne, nagu oleks tegemist uue põrandaga. Esimesed trennid ja mängud on peetud ning kasutajate tagasiside on seni olnud väga positiivne.

Vahest kõige suurem muutus sellel hooajal on meid kõiki veel ees ootamas. Nimelt on meil praeguseks juba alanud Kadrina Spordikeskuse fuajee remont, mis toob selle ruumi tänapäeva. Hange võitnud Oto Ehituse töö tulemusena muutub fuajee soojemaks, mõnusamaks ja valgumaks. Asukohta vahetab administraatori laud ning õmblustöököda saab eraldi sissepääsu, mis suurendab oluliselt külastajate kasutusmugavust. Lisaks suureneb laoruum ning seeläbi muutub kogu fuajee viisakamaks ja mõnusamaks.

Uue kuue saab ka vallamajapoolne trepikoda ning vastavalt võimalustele ürita-



Remont spordikeskuse fuajees on täies hoos. Foto: Kadrina Spordikeskus

me parandada mõne teisegi koridori tingimusi, et üldpilt muutuks silmale vastuvõetavamaks.

Fuajee remondi tõttu ei jää sportlik tegevus seisma, kuid maja külastajad peavad mõne aja jooksul harjuma väikeste muudatustega tavapärasel korraldusel. Loodame mõistvale suhtumisele. Kogu töö käib selle nimel, et saaksime valla elanikele ja ka kaugemalt tulnud külalistele

pakkuda veel paremaid tingimusi nii spordiks kui ka ooteajaks. Lisaks fuajeele on Kadrina vallal plaanis parandada ka spordikeskuse parkimistingimusi.

Kõik inimesed on alati meie majja sportima oodatud. Usun, et iga soovija leiab võimetekohase tegevuse, millega oma tervisesse panustada.

Robert Salep, Kadrina spordikeskuse juht

CADrina tuleb ka kümnendat korda

Juba kümnendat korda kutsub Kadrina Keskool külla tudengeid Eestimaa koolidest, et võidu joonestada. Arvutijoonestamise kõrval toimub korvpallivõistlus, noorte robotikute kokkutulek ja õhtune meelelahutus. 22. novembril tuleb uue loogoga CADrina suuremana kui kunagi varem.

CADrina avalöögi lavastab sel aastal kogenud etendaja ja koreograaf **Katrin Essen-**

son. Üldpilt avamängust on juba paika saamas, see-eest proovid on alles ees. Etendus keskendub inimese ja masina suhte, vihjates CADrina ralliteemalisusele. Ka loomulik võistlemine iseenda ja teistega on kirjutatud avamängu, mida lavastaja ise adrenaliiniooperiks nimetab.

CADrinale tuleb külla helikopteriomanik **Oleg Gross**, kes oma kõrge lennuga masinast räägib ja hea ilma kor-

ral seda ka näitab. Kohal on ralliautod, et huvilised neid uudistada saaksid. Kindla jah-sõna auto näitamiseks on öelnud **Georg Gross**. Kes veel Ott Tänaku filmi pole näinud, hoidku silmad-kõrvad lahti, sest ka seda saab vaadata ning tasub põialt hoida, et **Ott Tänakul** endal jääb kiirel võistlusajal aega Kadrinasse külla tulla. Õhtusele joonestamisvõistlusele annavad hoo õhtujuht **Ur-**

mas Vaino koos salajase paarilise, harjumuspärased ja ka uued võistlejad, peaesineja Shanon ja põnevad üllatuskülalised.

Päevast oodatakse osa võtma kõiki, sest tegevust jagub igapähele. Kindlasti tasub CADrina veebilehel pilku peal hoida, et olla kursis kõige tähtsamate uudistega.

Reio Opromei

Kadrina valla kaasav eelarve 2019

Kadrina valla kaasava eelarve ettepanekuid sai esitada 12. augustist kuni 12. septembrini. Selle aja jooksul laekus 8 ettepanekut. Need vaatas läbi hindamiskomisjon koosseisus Kairit Pihlak, Maris Aros, Aivar Aruja ja Ülle Visnapuu. Rahvahääletusele valis komisjon neli ideed. Kadrina valla kaasava eelarve ettepanekute poolt saab hääletada **23. oktoobrist kuni 6. novembrini**.

Hääletusel saab osaleda iga vähemalt 16-aastane isik, kelle elukoht on Eesti rahvastikuregistri andmetel Kadrina vallas. Iga hääletusel osalev isik saab hääletada vaid korra ühe endale meelepäraste ettepaneku poolt. Hääletada saab Kadrina valla kodulehe www.kadrina.ee kaudu, raamatukogudes ja ka lehest välja lõigatud hääletuslehe abil. Hääletusleht tuua või saata Kadrina vallamajja Rakvere tee 14.

KAASAVA EELARVE ETTEPANEKUD ON JÄRGMISED:

Ettepanek nr 1. Petangiväljakute rajamine
Petangiväljakute rajamise eesmärk on mitmekesistada liikumisharrastuse võimalusi Kadrinas - inimeste õue kutsu-

seks, ala populariseerimiseks ja seltskondliku läbikäimise soodustamiseks. Petank (pétanque) on Prantsusmaalt pärit kuulihetmäng. See on ala, millega tegelemine ei nõua erilisi kulutusi varustusele ja mida võib mängida peaaegu kõikjal. Väljakud on planeeritud rajada hosteli ja võimla vahelisele alale. Asukoht sobib seetõttu, et spordikeskuses on olemas olmetingimused ja võimalus laenutada varustust.

Eeldatav maksumus 5132 eurot.

Ettepanek nr. 2. Lastele ja noortele sobiva madalseikluraja ehitamine

Ehitada lastele ja noortele mõeldud madalseiklurada. See aitab arendada mootorikat ja füüsilist võimekust. Korralik madalseiklurada pakub suurepäraselt võimalust suurendada laste ja noorte füüsilist aktiivsust ning kasvatada tervemaid ja tugevamaid elanikke. Koostöös Eesti ühe juhtiva firmaga Seiklusring.ee olemasoleva vaadanud üle selle raja jaoks sobilikult platsi (asub terviserajal oleva jõulinnaku vahetus läheduses). Firma esindaja sõnul saab sinna ehitada huvitava raja, millel on erinevad raskusastmed ja mis sobivad

erineval tasemel ja erinevas eas lastele ja noortele.

Eeldatav maksumus 15 000 eurot.

Ettepanek nr 3. Ridaküla pargi avalik mänguväljak

Mänguväljak loob erinevas vanuses lastele ja noortele võimaluse kodukandis turvaliselt ja lõbusalt värskes õhus aega veeta. Mänguväljakul mängimine õpetab lapsi suhtlema eakaaslastega ning kujundama omavahelisi sotsiaalseid suhteid. Mänguväljakutel saavad lapsed aluse ka sportlikule liikumisele, sest ronimine, kiikumine ja tasakaaluharjutused on olulised lapse varajases füüsilises arengus. Lastele teeb mänguväljaku põnevaks atraktsioonide valik. Mänguväljak on planeeritud rajada Ridaküla seltsimaja parki.

Eeldatav maksumus 14 748 eurot.

Ettepanek nr 4. Betoonist lauatenнисelauad alevis

Eesmärk pakkuda noortele liikuvat ja huvitavat ajaveetmise viisi, paigaldades Kadrina alevikku 3 betoonist lauatenнисelauda. Tenniselauad võiksid asuda: skatepargis 1, staadionil 1 ja lauluväljakul 1.

Eeldatav maksumus 4000 eurot.

KADRINA VALLA KAASAVA EELARVE ETTEPANEKUD

Hääletusleht

Täidetud hääletusleht tuua või saata hiljemalt 6. novembril Kadrina vallamajja, Rakvere tee 14.

NB! Hääletusel saab osaleda iga vähemalt 16-aastane isik, kelle elukoht on Eesti rahvastikuregistri andmetel Kadrina vallas. Iga hääletusel osalev isik saab hääletada vaid korra ühe endale meelepäraste ettepaneku poolt.

Petangiväljakute rajamine - eesmärgiks mitmekesistada liikumisharrastuse võimalusi Kadrinas.

Lastele ja noortele sobiva madalseikluraja ehitamine - aitab arendada mootorikat ja füüsilist võimekust.

Ridaküla pargi avalik mänguväljak - loob erinevas vanuses lastele ja noortele võimaluse kodukandis turvaliselt ja lõbusalt värskes õhus aega veeta.

Betoonist lauatenнисelauad alevis - eesmärgiks pakkuda noortele liikuvat ja huvitavat ajaveetmise võimalust

Aitäh, panuse eest!

Sügis õues ringi käis ja õu sai rõõmsat rahvast täis

26. septembril toimus Kadrina lasteaias 16. traditsiooniline Sipsiku mihklilaat. Oleme ikka üritanud teha igal aastal midagi teisiti. Sel aastal muutus Sipsiku hoov taluõueks ja laadaplatsiks samaaegselt. Lastel oli võimalik tutvuda maaeluga: hoovis oli koduloomade ja -lindude nurk, vahvad ponid, kes lapsi söidutasid. Parklas oli lastele uurimiseks suur kombain, kuhu julgemad said sisse ronida ja rooligi keerata. Lisaks sai võrrelda kaht traktorit, üks uuem, teine ilus punane põka, mis tegi põllul tööd juba siis, kui vanavanemad olid noored.



Vahvad Hulja maja lapsed Sipsiku ja toredate õpetajatega laadal mängimas. Foto: Maia Mägi

Laadale lisas värvi sügisandide näitus, silmailuks olid rahvatantsijad, toimus õnneloos ja olid uhked müügiletid.

Aga kaks laata on parem, kui üks. 30. septembril tähis-

tati mihklipäeva ka Huljal. Oli torupillimuusika ja Sipsik, lastega mängis vahva õpetaja Maarit. Küläs olid armsad koduloomad, oli vahva sügisnäitus. Lõbusat laadamelu jagus

mitmeks tunniks.

Ilma tublide abilisteta ei oleks meie laadad õnnestunud ja Sipsiku pere väikestele-suurtele nii palju rõõmu toonud. Me täname kõiki, kes Sipsi-

ku laadadel abiks olid: Ebe ja tema tantsunõored, Kadapiku Agro, Kadrina Kommunaal ja Jaan Soomets, Aleksandra ema Anna ja tema ponid. Suur tänu: perekond Schwindt, perekond Ruutupõld, perekond Kesamaa vahvate koduloomade ja -lindude näitamise eest, Kadrina Maanaiste Selts, Hõbeda kitsfarm, OÜ Keerub, Vasta Kulinaaria ja kartulimüüja Rait!

Suur tänu Huljal ja Kadrinas ka meie lastevanematele, kes rühmade müügiletid täitsid, näitustele meisterdasid, küpsetasid, müüsid ja ostsid.

Headus külvab headust – kõik hea tuleb ringiga tagasi! Aitäh!

Anu Faelmann-Klaus,
Kadrina lasteaias Sipsik
direktor

Mõtteid laste hammaste tervisest

Hambakaaries on levinuim nakkushaigus, mida esineb 7 korda sagedamini kui nohu. Arenenud riikides mõjutab see 60-90% elanikkonnast. Kui Eesti Hambaarstide Liit ja Tartu Ülikooli hambaarstiteaduse instituut 2018. aastal laste suutervise uuringut läbi viisid, lootsid nad rõõmustavamat tulemust.

Uuringus osalenud 3-, 6- ja 12-aastaste põhjal selgus, et Eesti laste suutervis jääb alla Euroopa keskmisele. Uuringus osales üle 1300 lapse, kellel hinnati kaariese levikut ja ka kaarieseriski tekitavat käitumist. Kaariese levik on väikseim 3aastastel – neist vajas ravi 29%. Suurim probleem oli 6-aastastel lastel – neist vajas ravi 69%. Lisaks esinesid rohkem kui pooltel lastest esmased muutused hambaemailis, mis viitavad väärrele tervisekäitumisele.

Suutervise eest hoolitsemine algab kodus, kus vanemad on lastele eeskujuks. Esmatähtis on pöörata tähelepanu õigele suuhügieenile, õigele sagedusele ja tervislikule toidule ning regulaarsele hammaste kontrollile.

Hambauk ehk kaaries on hamba kõvakoe kahjustus, mille on põhjustanud mikroobid ning nende ainevahetuse käigus tekkinud hape. Algav hambauk on nähtav kriitja valge laiguna. Selles staadiumis olev kahjustus on veel pöörduv. Selleks on vaja muuta nii toitumis- kui hügieeniharjumusi. Kui midagi ei muutu, areneb valgest laigust juba kahjustus, mis nõuab kohest sekkumist. Kui auk on muutunud väga suureks, murdub hambaemail ja auk tuleb nähtavale. Sellise kahjustuse ravi võtab kauem aega ja on kallim. Ravimata hammas tekitab põletikku, mis muutub krooniliseks. Põletikulised piimahambad võivad kahjustada ka jäävhambaid.

Suutervise huvides peaks jälgima nii söömiskäitumist kui ka söögi-joogi tervislikkust. Hammastele on kasulik, kui söögikordade vahele jääb kaks-kolm tundi. Söömise ajal hambapind kaotab mineraale ja puhkuse ajal liiguvad mineraalid sül-

jest hambasse. Lapsed võiksid süüa palju tooreid puu- ja juurvilju ning vähese suhkrusisaldusega toite. Samuti stimuleerib intensiivne mälumine süljeeritust ja reguleerib seeläbi happetasakaalu. Janu korral peaks jooma vett.

Hambaid tuleb pesta hommikul ja õhtul. Hammaste pesemine ei ole hambapasta suus laiali ajamine, vaid mõtestatud tegevus. Pehmele harjale pannakse väike kogus pastat ja kahe minuti jooksul tehakse ringjate liigutustega puhtaks kõik hambapinnad. Pärast hambapesu tuleks vaht välja sülitada, aga mitte suud veega loputada. Keelt tuleks harjata hambaharjaga või puhastada spetsiaalse keelekaabitsaga. Hambaniit puhastab kohad, kuhu hambahari ligi ei saa. Apteegis on müügil ka hambapesu kontrollimiseks indikaatortabletid, mis näitavad ära puudujäägid hambapesus.

Laste hambapesu peavad 6-8 eluaastani aitama läbi viia vanemad. Ka hilisemas vanuses tuleks kontrollida, kas hambad said pestud. Kui laps pole hambapesust huvitatud, pole lahenduseks sellest loobumine. See nõuab vanematelt pingutust ja leidlikust, aga nii kujuneb rutiin ja tulemuseks on hea tervisekäitumisega laps, hiljem täiskasvanu.

Hambaarsti külastamine peaks olema lapsele normaalne rutiin. Õige aeg esimeseks visiidiks on 1,5-2 aastase lapsega. Nii saavutatakse usaldus lapse ja arsti vahel. Kui laps on tubli, siis hambaarst kingib lapsele pärast visiiti väikese mänguasja või meene. Lapsega visiidile tulles peaks kodus lühidalt selgitama, miks hambaarstil käiakse ja millist käitumist oodatakse. Kui ravi vajab mitu hammast, on võimalik hambaravi läbi viia ka narkoosis. Kõigile kuni 19 aastastele lastele on profülaktika ja hambaravi lepingupartnerite juures tasuta.

Oleme korraldanud endise kooliõe Tiina Miilpalu eestvedamisel õpilastele loenguid hammaste hoidmisest. Lasteaias said



Usinad Kadrina lapsed oma suuhügieeni eest hoolitsemas. Foto: Marge Schwindt

peaaegu kõigi sobivas vanuses rühmadega vesteldud hammastest ja nende eest hoolitsemisest ja värvitud suhkrukella. Aitäh, Urve Ringmets, et hoolid!

Kui koolis ja lasteaias oli lapsi kuulamas hulgaliselt, siis kurb oli näha, et lasteaias lapsevanematele suunatud loengust võttis osa vaid üks lapsevanem. Eks näitab seegi teema olulisust. Lapse hambad vajavad ideaalis kontrolli kaks korda aastas. Kadrina on üks neist kohtadest, kus on selle kohustuse üle võtnud kool koostöös kasvatajate, õpetajate, kooliõe ja hambaarstiga. Oleme aastate jooksul püüdnud laste hambaid üle vaadata kaks korda.

Võin öelda, et korralikult kontrollis käivate ja hiljem ka ravisse kohusetundlikult suhtunud laste hammaste tervis on olnud üsna heas seisus. Olen väga tänulik õpetajatele ja kasvatajatele, kes on leidnud võimaluse teha oma kavas muudatusi ja lubada lapsed hammaste kontrolli. Samuti soovin tänada vallavalitsust, tänu kellele jõuavad meieni ka Vohnja ja Hulja lapsed. Aitäh kõigile ja järgmiste toredate kohtumisteni!

Dr. Jane Pulver,
Kadrina Hambaravi hambaarst

Elar Hinno võitis kulla, Elina Nuiamäe ja Kahro Pallon pronksi

IX Gustav Vahari mälestusvõistluste eesmärk on tutvustada ning mälestada esimest ajalooliselt Läänemaalt pärit maailmameistrit Gustav Vaharit. Sel aastal tähistati Vahari 140. sünniaastapäeva ja 112 aasta möödumist tiitlivõidust.

Lisaks südamlikule poolele on võistluse mõte populariseerida ja arendada kreeka-rooma maadlust, anda võimalus noortele maadlejatele võrrelda oma võimeid ning välja selgitada parimad koolinoored.

Kehakaalus +55 kg saavutas **Elar Hinno** I koha 4 matsivõiduga. Nii poolfinaalis kui finaalis tuli võit alles viimastel sekunditel. Kolmanda kohaga naasid koju **Elina Nuiamäe** kehakaalus -50 kg ja **Kahro Pallon** kehakaalus 67 kg. Kogemusi said juurde **Jakob Marten Saluvee**, **Liisbet Milvaste** ja **Steven Objartel**.

Suur tänu: TICKMILL – Illimar Mattus, Oleg Gross ja Kadrina Vallavalitsus.

Marger Pormann



Fotol Elar Hinno kullaga. Foto: Marger Pormann

KULTUURIKALENDER

Kolmapäeval, 30. oktoobril kell 18

Hulja kinoklubis linastub Rein Rannu film "Üks sarvik". Registreerimine 325 2440 või Inge.Jalakas@kadrina.ee. Osalustasu 3.50/5 €.

Neljapäeval, 31. oktoobril kell 18

Kadrina kinoklubis linastub Rein Rannu film "Üks sarvik". Registreerimine 325 0107 või raamatukogu@kadrina.ee. Osalustasu 3.50/5 €.

Neljapäeval, 31. oktoobril kell 18

Huviklubi Cadencia korraldab Kolu mõisas ürituse „Hääle ja muusikahelide teraapiline mõju hingele, kehale, vaimule“. Kuulame, praktiseerime, kogeme. Juhendaja **Triinu Taul**. Võimaluse korral võtta kaasa joogamatt. Registreerimine 5855 1161. Osalustasu 2 €.

Laupäeval, 2. novembril kell 10

Neeruti Seltsi loodustoaas Pargi tn 3 reisimuljed Austraaliast. Reisisid **Ülle ja Meeri Visnapuu**. Osalustasu 2 €.

Laupäeval, 2. novembril kell 12

Ridaküla seltsimajas pannkoogipäev. Küpsetame pannkooke ja meisterdame helkivaid ripatseid. Osalustasu 1.50 €.

Laupäeval, 2. novembril kell 18

Ristialu avamine. Sõnavõttud, esineb **Kadrina kirikukoor**. Hea inimene, tule avamisele kalmuküünlaga, et saaksime Ristialu ümber tuua valgust ning süüdata hingedepäeval küünlaid!

Reedel, 8. novembril kell 8-16

Vohnja raamatukogus meisterdamise päev lastele.

Reedel, 8. novembril kell 15-17

Kihlevere raamatukogus tegevustuba lastele „Head isadepäeva“.

Reedel, 8. novembril kell 18

Ridaküla seltsimajas lauamänguõhtu.

Reedel, 8. novembril kell 19

Kadrina Spordikeskuses Saku I liiga mäng Kadrina Karud vs Tartu Kalev/Estiko.

Laupäeval, 9. novembril kell 10

Neeruti Seltsi loodustoaas Pargi tn 3 õpituba „Nekrutiks andmine Virumaal 18. sajandi lõpus ja 19. sajandi I poolel“. Muuseumitundi peab ajaloolane **Uni Trumm**. Toetab LEADER. Osalustasu 2 €.

Laupäeval, 9. novembril kell 19

Ridaküla seltsimajas linastub „Vanamehe film“. Osalustasu 3.50/5 €.

Teisipäeval, 12. novembril kell 12-19

Ridaküla seltsimajas raamatukogupäev.

Reedel, 15. novembril kell 16

Viitna raamatukogus töötuba „Lõbus rongisõit“ lastele.

Kolmapäeval, 20. novembril kell 18

Hulja kinoklubis linastub „Vanamehe film“. Registreerimine 325 2440 või Inge.Jalakas@kadrina.ee. Osalustasu 3.50/5 €.

Neljapäeval, 21. novembril kell 18

Kadrina kinoklubis linastub „Vanamehe film“. Registreerimine 325 0107 või raamatukogu@kadrina.ee. Osalustasu 3.50/5 €.

Reedel, 22. novembril kell 15-17

Kihlevere raamatukogus tegevustuba „Kadrid tulevad“ lastele.

Reedel, 22. novembril kell 19

Kadrina Spordikeskuses Saku I liiga mäng Kadrina Karud vs KK Viimsi/NoTO.

Reedel, 22. novembril kell 19

Ridaküla seltsimajas linastub film „Brit Marie oli siin“. Osalustasu 3.50/5 €.

Laupäeval, 23. novembril kell 10

Neeruti Seltsi sügiskoristus Pargi tn 3. Rehad-luud olemas, pane töökindad kätte ja tule!

Reedel, 29. novembril kell 19

Kadrina Spordikeskuses Saku I liiga mäng Kadrina Karud vs Betoonimeister/SK Nord/Cramo.

Laupäeval, 30. novembril kell 12

Ridaküla seltsimajas meisterdamise päev. Teemaks jõulukaunistused ja pärjad. Osalustasu 1 €.

Neljapäeval, 5. detsembril kell 18

Kadrina kirjandusklubi saalis salongiõhtu. Musitseerivad **Peep Pihlak** saksofonil ja **Tõnu Timm** kitarill. Registreerimine 325 0107 või raamatukogu@kadrina.ee. Toetab LEADER.

Hulja raamatukogus igal reedel kell 15-17.30 töötoad lastele.

VOLIKOGU

VALLAVOLIKOGU ARUTAS JA OTSUSTAS

25. septembri istung Kadrinas

1. Volikogu võttis vastu Kadrina valla eelarvestrateegia aastateks 2020-2023.
2. Volikogu võttis vastu määruse „Kadrina valla arengukava aastani 2035 muutmine“.
3. Volikogu võttis vastu Kadrina valla 2019. aasta teise lisa-eelarve.
4. Volikogu andis loa riigihanke korraldamiseks.

Ridaküla seltsimajas on särtsu

Ridaküla seltsimaja on ehitatud 1878. aastal. Seltsimajas on tegutsenud koolimaja, selles on asunud ka kolhoosi kontor ja korterid.

Kolhoosiaja lõppemise järel jäi maja unarusse. 2002. aastal võttis külahavas ette esimesed koristustööd ning 2008. sai esimene projekt positiivse vastuse. Maja on saanud kena esimese korruse ja välisfassaadi, katuse, aknad-uksed.

Majas on tänase seisuga üleval 4 komplekti kangastelgi, 4 komplekti võõtelgi ja käärupuud, mille soovijad järgemööda oma asja ajada saavad. Kord kuus, igal teisel teisipäeval, on avatud Kadrina valla raamatukogu filiaal. Selle aasta kevadest leiab aset kord kuus lauamänguõhtu ja meisterdamispäev, alates augustist kord kuus ka kinoõhtu.

Praegu on käsil projekt „Turvalisus Ridakülas“, mille raames on toimunud perepäev, tuleohuspäev, vetelpääste infopäev koostöös Kadrina vabatahtlike päästjate ning Pärnumaa vetelpääste koortega ja elamusmatk koostöös Luureretkede OÜ-ga.

Kõik huvilised on lahkelt oodatud meile külla. Kõige lihtsam on toimuvaga kursis olla Facebooki vahendusel „Ridaküla Seltsimaja“ lehel või hoida pilk peal Kadrina kandi teadetetahvliitel. Näeme Ridakülas!

Airi Raus



Päästeala kodunõustamine – mitte ainult tüütu kontroll

Päästeala kodunõustamise eesmärk on vaadata koos elanikuga üle kodu tuleohutusalane olukord ja anda inimestele nõu. Lisaks kutseliste viivad kodunõustamisi läbi ka vabatahtlikud päästjad – Kadrina vallas Kadrina naissalk ja Kadrina Vabatahtlik Päästekomando. Enne tuppa astumist vabatahtlik päästja kindlasti tutvustab ennast, näitab oma tunnistust ja selgitab, miks ta soovib teiega vestelda.

Kodunõustamise käigus pööratakse tähelepanu nii koduümbruse kui kodu ohutusele. Näiteks õues vaadatakse üle lõksetegemis- ja grillimiskohad, kuidas on korraldatud prügiladustamine, kas operatiivsoidukid pääsevad maja juurde, autode parkimise korraldamine tuleohutuse seisukohast jne.

Toas vaadatakse üle küttekolded ja vesteldakse nende ohutust kasutamisest, kontrollitakse suitsuanduri olemasolu ja töökorras olekut, selgitatakse hooldamist jms. Päris paljude jaoks on uudiseks, et suitsuandur võib „vanaks jääda“ ja vajab väljavahetamist – tootja on oma seadmele näinud ette kindla eluea, mille jooksul ta tagab seadme toimimise, pärast eluea ületamist ei pruugi seade enam korrektselt toimida. Vanemate andurite eluiga on enamasti 7 aastat, uuematel juba rohkem.

Teemaks võib tulla ka vingugaasianiduri vajalikkus, esmased tulekustutusvahendid ja nende kasutamine, võimalikud kriisivarud. Iga kodunõustamine on veidi oma nägu, sõltuvalt aastaajast, elanikest, nende harjumustest ja teadlikkusest.

Juhul kui kodunõustamise käigus sel-



Vabatahtliku päästja tunnistus

gub, et andurit ei ole, see on vananenud või vajalik on mõni erilahendus, vingugaasianur või tuletekk, siis saavad vabatahtlikud päästjad need vajaduse korral paigaldada tänu kogukondliku turvalisuse 2019. aastal Lääne-Virumaa toetusvoorst saadud rahastusele.

Oleme seda meelt, et elementaarne turvatunne ei tohi sõltuda rahalistest võimalustest ning oluline on märgata ja aidata. Seega, kui keegi tunneb muret enda, pere, naabri või lähikondse kodu turvalisuse ja tuleohutuse pärast, võib pöörduda kodunõustamise sooviga Kadrina naissalga poole kadrinanaissalk@gmail.com või 5622 9718, et koos leida võimalikud lahendused murekohtadele. Päästealast nõu saab ka Päästeameti nõustamistelefonilt 1524.

Kadrina naissalk

Palju õnne!

Jubilariid oktoobris

VILMA TEESAR	90
LILIAN PÄRN	85
SILVI VIISE	85
VIRVE PREISS	80
MATI KALDE	75
JUTA KIVEND	75
TAAVI PIELBERG	75
LIIDIA LIIVA	75
SIRJE ARRO	70
EPP VAHKAL	70
HELLE KARP	70
TAIPO JAANIMÄGI	70
RIINA ENDOJA	70
ASTA PITKA	65
AARE VÄLK	65
MART DANILSON	65
VIKTOR STEPANOV	65
VIRVE VETTIK	65
REIN REINVEE	60
VÄINO PIISKOPPEL	60
AIN AAMANN	60

Septembris registreeritud lapsed

HERMAN KIRSCH
AADI SARJAS
HUGO FREIENTHAL
JOONAS KRUSMANN
ROGER OTTI

Kes ei soovi, et teda õnnitletakse vallalehes, palun sellest teada anda telefonil 322 5631.

TÄNAME

Lääne-Virumaa Pimedate Ühing tänab

Olen Lääne-Virumaa Pimedate Ühingu olnud 19 aastat. 15 aastat tagasi valiti mind juhatusse, kus olen nüüd juhataja. Korraldan ekskursioone, kontserte ja suvepäevi. Buss on pea-aegu alati täis. Aitäh, bussijuhid Neeme Külmallik ja Jaan Hiet!

8. oktoobril pidasime valge kepi päeva, mida tähistatakse alates 1931. aastast üle maailma. Selle päeva puhul käisid meil külas Liis Ambos, Jaak Kirsipuu ja Raido Nagel Kadrina vabatahtlikust päästest ning pillimees Kalev Pallon. Aitäh abilistele, kes aitasid lauda katta! Soovime meie vabatahtlikele kena 95. juubelit!

Mare Vainokivi,

Lääne-Virumaa Pimedate Ühingu esimees

Lääne-Virumaa Pimedate Ühing tänab Mare Vainokivi sündmuste korraldamise eest ja Kadrina valda toetuse eest sündmuste läbiviimisel.

Asahi võimlemine Kadrina leerimajas
neljapäeviti kell 19.00.

Juhendaja Jüri Undusk 5335 9207.

Idamaise tervisliku liikumise põhimõttel lihtsad harjutused lödvestuseks, koormusest taastumiseks ja pingete maandamiseks.

Korstnapühkija
5560 4046

Mälestame

RIMMA BONDARENKO
22.09.1961 – 20.09.2019

LJUBOV SÖSTER
28.08.1924 – 09.10.2019



Ära anda
aiamaja.

Hind kokkuleppel.
Asukoht Hulja.
5568 3080

Koduhooldus OÜ pakub tööd
puhastusteenindajale Kadrina Keskkoolis.
Õhtune tööaeg esmaspäevast-reedeni. Täpsem
info ja kandideerimine tel 504 1032.

Joogatunnid Kadrina lasteaias
toimuvad neljapäeviti 19.00-20.15.
Oodatud on endised ja uued huvilised.
Juhendab sertifitseeritud joogaõpetaja
Kai Rohumäe, 5664 5705, kai.rohumae@mail.ee

Ostan igas seisukorras sõidukeid ja
kaubikuid. Võivad remonti vajada.
5309 2650

Minu Kadrina

Mehis Visnapuu

Valgamaal asuva Mooratsi talu peremees,
parim noortalunik 2019

Mis seob Teid Kadrinaga?

Kadrinas on minu lapsepõlvkodu. Selle kohaga seovad mind mu ema ja sõpruskond, kes on leidnud oma tee tagasi meie ühistele lapsepõlvradadele. Kadrinasse tulles on mul alati hea tunne, sest siinsed inimesed on tegusad ja üksikestest hoolivad. Mul on hea meel, et Kadrinas on mu sõbrad, kes hindavad teisi inimesi ja oma kodukanti ning et nende näol on Kadrina saanud juurde tegusaid ja rõõmsad peresid.

Mis on Kadrinas maailma parim, aga kus leidub veel arenguruumi?

Kadrinas on maailma parim kool ja parimad huvitegevuse võimalused. Kadrinas sain alla väga tugeva põhja. Olen tänulik nendele õpetajatele, kes ei andnud minuga alla, nemand on veel vingemad. Minu arvates areneb Kadrina vald väga kiiresti. Eriti hea on vaadata, kuidas on vallas veelgi arenenud vaba aja veetmise pool nii siseruumides kui värskes õhus. Mul on ainult kiidusõnu öelda.

Kuidas saate ise Kadrina arengule kaasa aidata?

Kuna elan nüüd Kadrinast eemal, siis saan kaasa aidata siinseid tegijaid kiites. Need inimesed, kes ajavad Kadrinas südamega oma asja, on eeskujuks kõikidele. Tublid olete!



Foto: Kristina Traks