



Noorsportlaste Fond uueks vooruks valmis

Avalduste esitamise tähtaeg Kadrina Noorsportlaste Fondi on 1. november. Fondi eesmärk on toetada noorsportlaste treening-ettevalmistust, võistlus- ja treeningvarustuse soetamist, osalemist vallasestel ja ka väljaspool Kadrina valda toimuvatel tasutaistel treeningutel ja sõidukulude kompenseerimisel. Toetust saavad taotleda Kadrina valla üldhariduskoolides õppivad noored.



Taotlus esitatakse paber kandjal sihtasutuse juhatusele või e-posti aadressil: noorsportlased@gmail.com. Täpsem info vallaveebis. Fondi on võimalik panustada, tehes annetusi 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)

Kadrinas kinnitab jalga OTT

„Et Kadrinas turuhoonet ja turuplatsi (veel) ei ole, siis otsustasime rahvamajaga seda olukorda veidi leevendada,“ sõnas Kadrina Kultuurikoja direktor **Ahto-Lembit Lehtmets**, käies välja mõtte organiseerida Kadrina oma OTT-i ehk otse tootjalt tarbijale turu. „Kohtumised, turg ja tellitud kauba üleandmised toimuvad iga kuu teisel laupäeval Kadrina rahvamajas sees ja ees algusega kell 11,“ lisas Lehtmets.

Kui kohalike kauplejate ja ostlejate seas huvi suureneb, võib kohtumisi tihemini ette tulla. Müügikohtade broneerimine ja täpsem info e-postil rahvamaja@kadrina.ee või telefonil 522 8801.



„Meil on kindel reegel – kaubakohtumisel müüakse ainult oma toodetud kaupa. Sellisel tagab iga tootja oma kauba parima kvaliteedi ning tarbijal säilib kindlus ning usaldus tootja suhtes,“ sõnas Lehtmets. Kadrina OTT turg organiseerib kauba- ja infovahetust tootjate ja tarbijate vahel ilma vahendustegevuse ja -tasuta. Külalastajatel piletiraha ja kauplejatel kohatasu ei küsi! Järgmine OTT leiab aset 13. novembril, seega kõik kauplema-ostlema! (KK)

Tere, Kadrina Karud!

Väljateenitud suvepuhkuselt astusid Kadrina karud uuele hooajale vastu põneva uudisega, mis tehti septembrikuu lõpus teatavaks ühisel õhtusöögil Kadrina Maanaiste Seltsis. „Meil on hea meel teatada, et Karude vahvasse kampa on tulnud suursponsorina TERE AS,“ sõnas peatreener **Andres Sõber**. Edaspidi võib karusid kohates ning neist kõneldes kenasti hõigata: „TERE Kadrina Karud!“

Karude suursponsori missiooniks on ühtse ja sisuka meeskonnana viia inimesteni tooted, mis ületavad nende ootusi. Meie soovime kõikide karude tulinõuete sõprade auks visata hulgaliselt korve, olla üleüldse võimalikult täpse käega ja mängida hooaeg, mis ületab meie poolehoidjate ootused. „Meil on nüüd suur vastutus veel paremaid tulemusi tuua,“ sõnas karude määndžer **Raivo Tribuntsov**. Sel hooajal Saku I liigas peetud lahingutest on karud väljunud vaid võitjatena. (KK)



Unistuste sinine staadion



Staadion sai sisse õnnistatud NATO testiga. Foto: Kodukant

Laupäeval, 9. oktoobril avati Kadrinas vast renoveeritud staadion. Uus sumedalt sinine staadion on rõõmuks kõikidele kadrinlastele. Keskkooli juures asuv renoveeritud staadion on paljusid kooli vilistlasi pannud lausuma sõnu „tahaks kehalise kasvatus tundidesse tagasi“. Kehalise kasvatus õpetajadki ootavad kiireid jooksusamme, kaugeid hüpped.

Staadioni uuendamise projekteeris Ojassaare OÜ, ehitas Kivipartner OÜ. Renoveerimine läks maksma 413 000 eurot.

Staadioni avamist tähistati

NATO testiga, mille osavõttasu läheks Kadrina valla noorsportlaste toetuseks. Testi tulid tegema üle neljakümne hakkaja (harrastus)sportlase nii individuaalselt kui meeskonniti. Kokku näitas teistil oma tugevust üle neljakümne osavõtja. NATO test koosneb kahe minuti jooksul tehtud kätekõverdustest ja kõhulihestest ning 3,32 kilomeetri jooksust.

Et uus ja ilus asi kehtaks kaua kenana, on Kadrina Spordikeskuse juhataja **Robert Salep** pannud kõikidele südamele seda ka ilusti hoida. „Meie vägev staadion on val-



mis ja kasutatakse hoolega! Palun hoiame seda staadionit hoole ja armastusega ja hindame inimeste tehtud tööd! Kasuta staadionit ainult jalgsi

liikumiseks ja ära risusta prüggiga. Kui näed kedagi halba tegemas, siis palun anna sellest teada,“ sõnas Salep. Hoidkem ja hooligem! (KK)



Kiidetud kadrinlased VIROL-i vastuvõtul. Foto: Ain Liiva

Tänuavaldus õpetajatele

Õpetajate päeva eel, 30. septembril kogunesid maakonna haridusnõukogu liikmed Sõmeru keskushoones, kus toimus Lääne-Viru maakonna aasta õpetaja vastuvõtt. Tänavusel sünnimälestuse kiideti nelja Kadrina keskkooli haridustöötajat. Aasta klassiõpetaja nominendiks oli **Rita Rammo**, elutööpreemia nominendiks õpetaja **Viive Välimets**. Suureks rõõmuks tunnustati meie inimesi ka laureaadititlitega. Aasta gümnaasiumiõpetaja laureaadiks sai **Liivi Heinla**. Elutööpreemia laureaadiks sai **Ingrid Vaikmaa**. Aasta hariduspereks sai perekond Lips ehk **Aime ja Edvin Lips** Kadrina kunstidekoolist!

8. oktoobril kiitis ja tunnustas ka Kadrina vald tublisid haridustöötajaid. Lisaks eelpool mainitud tarmukatele õpetajatele olid Lääne-Virumaa aasta õpetajaks esitatud veel ka **Anneli Raud, Liina Suurkivi, Ebe Abner, Holger Bremen, Janika Holmberg, Renata Rohtas, Rutt Kuusemäe, Ülle Kink, Edda Valdmets, Mailen Rimmelg** Kadrina keskkoolist ning **Maia Mägi** Kadrina lasteaiast Sipsik.

Kadrina vald tunnustas omalt poolt lasteaiast Sipsiku õpetajaid **Endla Paati, Kairi Sooranda** ja **Marge Innot**, Vohnja lasteaiast algkooli õpetajat **Heivi Koosapoea** ning Kadrina keskkooli õpetajaid **Tiiu Kermi, Merle Kärdat, Reesi Sirvit, Kai Tamme, Evelin Tiiterit** ning **Harry Laivi**. Haridustöötajatele tegi muusikalise üllatuse **Koit Toome**. (KK)

Ükski seebimull pole nii värvikas ega lenda nii kaugemale kui see, mille puhub hea õpetaja.
- Sir William Osler

Vohnja sai madalseiklusraja

Vohnja laste vabaajategevust rikastab Vohnja mõisa juures pargis olev madalseiklusrada. Rada koosneb erinevatest elementidest, kahest redelist ja ühes 35-meetrise laskumisest. „Raja ehitamisel kasutati võimalikult vähe puuühendusi ning välditi ka mõisaaegsete pärnade kasutamist,“ sõnas Vohnja lasteaed-alkkooli direktori **Õnne Kiviperk**, kes tõi välja, et rada on paigaldatud neljale puule ja ühele lisapostile, et vanu ja väärikaid puid mitte kasutada. „Rada on ilma platvormideta, et minimaliseerida seiklusraja mõju puudele. Kõik materjalid mida kasutati on visuaalselt loodusesse sulanduvad,“ sõnas Kiviperk.

Madalseiklusrada pakub aastaringselt meeleolukat ja füüsiliselt arendavat tegevust nii noortele kui lastele. Rada võimaldab harjutada eelkõige tasakaalu, täpsust ja harjuda kõrgusega. Teatavasti on lastel ja noortel olemas loomulik huvi ronimise ja turnimise vastu ning seiklusrada on suurepärase vahend iseenda proovile panekuks.



Madalseiklusrada on kohalike laste poolt hästi vastu võetud. Autor: Tiina Poopuu

Ka lapsed on loodud seiklusrajaga rahul. „Enne polnud mänguväljakul mul eriti midagi muud teha kui kiikuda. Palliplatsil käin emaga vahest korvpallimängu ka harjutamas. Nüüd on aga palju torema, sest madalseiklusrada on meie külas. Mulle meeldib madalseiklusrajal ronida, kuid kõige rohkem meeldib mulle trossil laskumine,“ sõnas **Sandra** rõõmsalt. Ka **Paul Jakob** kiidab trossiga laskumist, „seal on toredad atraktsioonid, aga kõige torema on trossiga laskumine. Hea, et see on meie kooli juures, nii saame seda ka kehalise tundides kasutada.“ Koolipoiss **Alfred** leiab, et on rajal juba päris osav, sest on jõudnud seal palju harjutamas käia.

„Täna madalseiklusraja ehitajat 3park Eesti OÜ-d, Kadrina Vallavalitsust, Malberg Arendus OÜ-d ja teisi tubliid toetajaid,“ sõnas Kiviperk lõpetuseks. (KK)

MURUMÄE MÄLUMÄNG

Kõigepealt vabandused, kuna üle-eelmises lehes ilmunud Klaus Scheeli pildile saabus siiski üks õige vastus: **Urmas Hinno**.

Eelmises lehes ilmunud pildil oli Neeruti Eesjärve ja Tagajärve ühenduskanal.



Õigesti vastanud oli 11: **Jüri Vološtšenko, Rutt Kuusemäe, Aillar Laanemägi, Aleksi Zverkov, Ainu Kirozbek, Urve Stern, Neeme Mangulis, Merle Lauri, Are Kivimäe, Peeter Viira ja Urmas Hinno**.

Täna kaastöö eest **Tiiu Uuskülat**.

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.

Ikka teie, **Risto Murumägi**

Vaktsineerimine on sadu kordi ohutum kui koroona, eriti kui tervis on nõrk

Koroonavaktsineerimisest räägitakse neil päevil palju ning info on sageli vastukäiv. Et pilti selgust tuua, võtame lühidalt kokku, mida näitavad Eesti andmed.

Mida vanem on inimene, seda sagedamini vajab ta koroonaviirusega nakatumise korral haiglaravi. Üle 60-aastastest nakatunust on Eestis haiglasse jõudnud iga kuues, üle 70-aastasest nakatunust iga kolmas ning üle 80-aastasest nakatunust iga teine.

Oht püsib sellisel tasemel vaid seni, kuni ollakse vaktsineerimata. Vaktsiini kaitse all väheneb koroonas raske põdemise oht 4–5 korda. Esiteks ei hakka koroonaviirus vaktsineeritud inimestele nii hästi külge. Teiseks, kui nakkus siiski läbi murrab, põeb vaktsineeritud inimene haigust kergemalt. Tema võimalus haiglasse sattuda väheneb 2–3 korda. Kui sinna tuleb siiski minna, on ravi kiirem ja kergem.

Neist numbritest võib mõelda veel lihtsamalt. Lõpetatud vaktsiinkuur teeb inimese koroonavastupanuvõime mõttes umbes 40 aastat nooremaks! Vaktsineeritud 70-aastane võib tunda end nagu vaktsineerimata 30-aastane.

Tõsiseid kõrvaltoimeid on vähem kui igapäevastel ravimitel

Nagu ravimid ikka, võivad ka koroonavaktsiinid tekitada kõrvaltoimeid. Kõige tavalisem on tunda paar päeva väsimust ja valu süstikohas. Ette tuleb ka palavikku, peavalu, lihas- ja liigesvalu ning külmavärinaid. Need kerge külmetushaiguse sümptomid pole ilmselt kellelegi probleem, pealegi on kerged kõrvaltoimed vanemas eas harvemad kui noortel. Muretsema võib panna aga tõsisema kõrvaltoime võimalus.

Õnneks on kõigi kasutusele lubatud koroonavaktsiinide tõsised kõrvaltoimed haruharvad. Eestis on seni vaktsineeritud ligi 0,8 miljonit inimest. Arstiabi vajadus on tekkinud neist 0,03% ehk ühel inimesel kõigi Kärdda või Paldiski elanike peale. Nii madal tõsiste kõrvaltoimete sagedus teeb silmad ette paljudele igapäevastele ravimitele. Isegi ibuprofeeni kõrvaltoimete nimekiri on pikem kui vaktsiinide oma!

Terviseuredega on vaktsiini kaitse veelgi olulisem

Olugi et harvad, on vaktsiini kõrvaltoimed tõsised asjad ja kedagi ei tohiks nende tõsiselt võtmise pärast hukka mõista. Kui pelgata kõrvaltoimet, rääkige enne vaktsineerimist oma perearstiga või helistage nõuandeliinil 1220. Võite koos arutada, milline vaktsiinidest oleks teile sobivaim. Usaldusväärset taustainfot vaktsiinide kohta leiab ka www.vaktsineeri.ee.

Kui tunnete end vaktsineerimise järel mitmendat päeva halvasti, pöörduge julgelt perearsti poole või EMOSse. Eesti arstid kinnitavad, et koroonavaktsiinide tõsised kõrvaltoimed on hästi tuvastatavad ja ravitavad.

Kõrvaltoimeid tõsiselt võttes tasub sama tõsiselt võtta ka koroonaviirust. Kui võrrelda võimalust sattuda haiglasse viiruse tõttu võimalusega sattuda sinna vaktsiini tõttu, siis selgub, et viirus on vaktsiinist vähemalt 200 korda ohtlikum! Kui kõik Kärdda elanikud end vaktsineeriks,

vajaks üks inimene arstiabi. Kui kogu Kärdda koroonas nakatuks, siis jõuaks haiglasse 200 inimest.

See vahe on veel suurem, kui tervis on nõrk. See ei tähenda aga, et terviseurede korral peaks vaktsiini vältima. Hoopis vastupidi – krooniliste haigustega inimene vajab vaktsiini kaitset veel enam, sest tema terviseprobleemid suurendavad koroonas rasket põdemise ohtu. Vaktsineerimine on mõistlik valik, isegi kui see tekitab terviseurede tõttu ärevust.

Koroonaviirus jääb meiega aastateks

On üsna kindel, et COVID-19 ei kao ära, vaid jääb Eestisse külmemal ajal ringlema. Varem või hiljem puutume sellega ilmselt kõik kokku. Isegi kui elada üksi ja olla ettevaatlik, kipub viirus justkui läbi lukuaugu inimesed üles leidma.

Seega vajame me viiruse vastu kaitset. Ohtlikum võimalus kaitse saamiseks on viirus läbi põdeda ning teine ja turvalisem võimalus end vaktsineerida. Kui mõni noorem inimene võib mõlemat varianti tõsimeeli kaaluda, siis vanema inimese jaoks on lugu hoopis teine. Viirus ei muutu vaktsineerimata vanema inimese jaoks gripiks ega nohuks, vaid jääb sama ohtlikuks nagu ta on. Seepärast on ainus mõistlik viis pikaajalise kaitse ehitamiseks vaktsineerimine.

Poole aasta möödumisel tasub teha ka kolmas vaktsiinisisüt

Nii läbipõdemise kui vaktsineerimise teel saadud kaitse koroonaviiruse vastu kipub aja jooksul nõrgenema, vanematel inimestel veidi kiiremini kui noorematel. Seepärast soovitatakse üle 60-

aastastel teha kolmas vaktsiinisisüt ehk tõhususdoos, kui esimese vaktsiinikuuri lõpust on möödunud kuus kuud.

Kolmas süst mitte ainult ei taasta aja jooksul nõrgenenud kaitset, vaid viib selle esialgselt veel kõrgemale tasemele. Näiteks Iisraelis vähenes kolmanda vaktsiinidoosi saanud üle 70-aastaste inimeste nakatumine viis korda, haigestumine 11 korda ja haiglaravi vajamine ligi 20 korda.

Kuidas vaktsineerida?

Kadrina vallas on 12. oktoobri seisuga end koroonavaktsineerinud juba 2810 inimest, vanuses 80+ 184 inimest. Muide, näiteks Hiiumaal on ennast viiruse vastu vaktsineerinud juba 82–95% üle 60-aastasest inimestest.

Tänaseks on kõiki vaktsiine hästi saada ja need on endiselt tasuta. Nii esmaseks vaktsineerimiseks kui tõhususdoosi tegemiseks saab aja kirja panna helistades oma perearstile või 1247. Arvutikasutajad saavad aja broneerida ka aadressil www.digiregistratuur.ee.

Lisaks koroonavaktsiinile on Eestis avanenud võimalus kaitsta end ka gripi vastu. Alates 65. eluaastast on ka gripivaktsiin tasuta. Soovi korral saate nii gripi- kui koroonavaktsiini teha oma perearsti juures ühe korraga.

Kui vajate vaktsineerimise minimeerimise abi, paluge oma lähedasi või sotsiaaltöötajat – nad aitavad hea meelega.

Andero Uusberg,

COVID-19 teadusnõukoja liige, Tartu Ülikooli psühholoogia instituudi kaasprofessor

Katrin Nõlvak, Lääne-Viru maakonna vaktsineerimise koordinaator

CADrina tuleb taas!

Peale väikest vahepausi on IT- ja Nutifestivali CADrina tuulet taas Kadrina Keskkoolis hoogsalt puhumas.

Juba 26. novembril kogunevad parimad arvutijoonekatamised võistkonnad taas Kadrinasse kokku, et omavahel meeleolukalt mõõtu võtta. Erinevalt varasemast, võib sel aastal kasutada kaht joonestamisprogrammi – Autocad ja Solidworks.

Tänaseks on võistlusele registreerunud 11 võistkonda Kadrina Keskkoolist, Tal-Techist, Ida-Virumaa Kutsehariduskeskusest, Tallinna Tehnikakõrgkoolist, Rakvere Ametikoolist ja Nõo Realgümnaasiumi vilistlaste seast. Eelvoor toimub 23. novembril veebis ja 26. novembril toimuvasse finaali pääsevad edasi koos parimat eelvoorus osalenud võistkonda.

Selle aasta teemaks on rahvakultuur. Teema valikuga pöörati pilk Kadrina rahvamaja 80. sünnipäevale ja seal-



Kadrinas toimival IT- ja nutifestivalil saab taas ajusid ragistada. Foto: Meelis Meilbaum

setele tegemistele. Lähtuvalt teemast on CADrina võistlus-ülesanne seekord üsna omapärane – joonestada vakk.

Autasustamine ja järelpidu toimub Kadrina rahvamajas algusega kell 18.00. Järelpeo peaesinejaks on eesti-

ukraina folkband **Svjata Vatra**.

Traditsiooniliselt on CADrina meeleollu lõimitud ka Kadrina Keskkooli õpilased. Finaalpäeval toimuvad tava-tundide asemel kooliõpilastele IT-i, nuti- ja rahvakultuu-

riga lõimitud töötoad. Samuti on toimumas CADrina korvpalliturniir, kus lisaks korvpallile võtavad meeskonnad mõõtu ka vanades rahvuslikes jõumängudes.

Egert Eenmaa

Kohalike valimiste tulemused Kadrina vallas

Kohaliku omavalitsuse valimised on selleks korraks lõppenud. Kadrina valla valimiskomisjon on hääled teistkordselt ülenud ning valimistulemused on paigas. Kokku andis oma hääle kohalikel valimistel 3871 valijast 2222 tublit kadrinlast. Kadrina vallavolikogu 19 mandaati jagunevad järgmiselt:

Valimisliit Tegu Seob	-	1192 häält, mis on 53,6 % häältest ning 11 mandaati volikogus
Valimisliit Koduvald	-	490 häält, mis on 22,1% häältest ning 4 mandaati volikogus
Valimisliit Terve Vald	-	288 häält, mis on 13% häältest ning 2 mandaati volikogus
Eesti Konservatiivne Rahvaerakond	-	252 häält, mis on 11,3% häältest ning 2 mandaati volikogus

KANDIDAAT	HÄÄLI	NIMEKIRI
1. Siim Umerov	136	Eesti Konservatiivne Rahvaerakond
2. Kairit Pihlak	134	Valimisliit Tegu Seob
3. Andres Nukk	107	Valimisliit Tegu Seob
4. Gert Kaso	86	Valimisliit Tegu Seob
5. Marko Teiva	81	Valimisliit Terve Vald
6. Tõnu Rummo	73	Valimisliit Tegu Seob
7. Karl Lindam	71	Valimisliit Tegu Seob
8. Madis Viise	68	Valimisliit Tegu Seob
9. Jaanus Reisner	67	Valimisliit Koduvald
10. Viive Tuuna	57	Valimisliit Koduvald
11. Risto Murumägi	56	Valimisliit Tegu Seob
12. Edgar Tamm	52	Valimisliit Tegu Seob
13. Tanel Tarkmees	50	Eesti Konservatiivne Rahvaerakond
14. Lisete Laisaar	47	Valimisliit Koduvald
15. Airi Raus	41	Valimisliit Tegu Seob
16. Raido Nagel	39	Valimisliit Tegu Seob
17. Liina Suurkivi	39	Valimisliit Tegu Seob
18. Ben Lilleoja	36	Valimisliit Koduvald
19. Alo Laaniste	36	Valimisliit Terve Vald
20. Helena Mägi	34	VL Koduvald
21. Jürgen Lankei	34	VL Koduvald
22. Anneli Meibaum	34	VL Tegu Seob
23. Marger Pormann	31	VL Terve Vald
24. Aleksei Osokin	29	VL Koduvald
25. Rauno Tõevälja	28	VL Tegu Seob
26. Raido Parve	28	VL Tegu Seob
27. Marge Schwindt	28	VL Tegu Seob
28. Raiko Porval	27	VL Tegu Seob
29. Meelis Stern	26	VL Tegu Seob
30. Rait Karus	26	VL Tegu Seob
31. Rein Kaubi	25	VL Terve Vald
32. Rainer Radik	24	VL Koduvald
33. Jaan Stern	21	VL Terve Vald
34. Ulvi Ehlvest	19	VL Koduvald
35. Tiina Raudla	19	VL Tegu Seob
36. Vahur Kalind	19	VL Terve Vald
37. Anne Mäeots	18	VL Koduvald
38. Aarne Ruuto	18	VL Tegu Seob
39. Vahur Leemets	18	VL Tegu Seob
40. Kersti Riidet	17	VL Koduvald
41. Haralt Rahupõld	17	Eesti Konservatiivne Rahvaerakond
42. Heli Napp	17	VL Tegu Seob
43. Helene Kristine Viita	16	VL Tegu Seob
44. Karmo Kullamägi	16	VL Terve Vald
45. Holger Bremen	16	VL Terve Vald
46. Kai Tamm	15	VL Koduvald
47. Tiiu Uusküla	15	VL Koduvald
48. Mati Tiiter	14	VL Tegu Seob
49. Ants Leht	12	Eesti Konservatiivne Rahvaerakond
50. Tiina Zöbin	12	Eesti Konservatiivne Rahvaerakond
51. Jüri Suurkivi	12	VL Tegu Seob
52. Teet Toming	12	VL Terve Vald
53. Erich Petrovits	11	VL Koduvald
54. Marge Gross	11	VL Koduvald
55. Ivar Abner	11	VL Tegu Seob
56. Siim Arak	10	Eesti Konservatiivne Rahvaerakond
57. Jaak Kirsipuu	10	VL Tegu Seob
58. Valter Kaimea	9	VL Tegu Seob
59. Sirje Eirand	9	VL Tegu Seob
60. Janne Kübar	9	VL Terve Vald
61. Urmas Leesnum	8	VL Koduvald
62. Ellu Tapp	8	VL Koduvald
63. Reimo Rüütel	8	VL Tegu Seob
64. Raivo Tribuntsov	8	VL Tegu Seob
65. Villu Vaimets	8	VL Tegu Seob
66. Getter Lindau	8	VL Terve Vald
67. Kadi Koort	7	VL Koduvald
68. Aita Arak	7	VL Koduvald
69. Tõnu Kallis	7	VL Tegu Seob
70. Avo Vaher	7	VL Tegu Seob
71. Kristjan Mitt	7	VL Tegu Seob
72. Marie Petrovits	7	VL Tegu Seob
73. Rait Kaasik	6	VL Koduvald
74. Sirje Kuusik	6	VL Koduvald
75. Marko Rauman	6	Eesti Konservatiivne Rahvaerakond
76. Heigo Tinno	6	VL Tegu Seob
77. Rando Maamägi	6	VL Tegu Seob
78. Ave Gottlob	6	VL Terve Vald
79. Mihkel Ahman	6	VL Terve Vald
80. Regina Sundejeva	5	VL Koduvald
81. Kevin Volter	5	VL Tegu Seob
82. Monica Jaanimets	5	VL Tegu Seob
83. Olev Karu	4	VL Koduvald
84. Kevin Kivro	4	Eesti Konservatiivne Rahvaerakond
85. Riho Metsma	3	VL Koduvald
86. Lembit Kerov	3	Eesti Konservatiivne Rahvaerakond
87. Ene Moor	2	VL Koduvald
88. Ingrid Liivamäe	2	VL Tegu Seob
89. Evelin Annsoo	2	VL Terve Vald
90. Maire Leht	1	Eesti Konservatiivne Rahvaerakond
91. Jaanika Leht	1	Eesti Konservatiivne Rahvaerakond
92. Hillar Elva	0	VL Koduvald
93. Regina Paeste	0	VL Terve Vald



Prügi põletamine saastab õhku ja ohustab inimeste tervist

Sügis toob kaasa jahedad ilmad ja koos sellega kütteperioodi alguse. Sooja saamiseks tehakse kodustes küttekolletes tuld ning mõnes majapidamises visatakse lisaks küttepuudele ahju ka jäätmeid. Nii aga teha ei tohi, sest olmejäätmete põletamine saastab õhku. Kodusesse küttekoldeesse, sobib ainult puhas kuiv puit, mis tekitab vähem tuhka ja lenduvaid saasteaineid. Niisked küttepuud ei sütti ahjus korralikult ning süttimisfaas venib märksa pikemaks. Niiske puidu kasutamine tähendab ka seda, et osa soojusest läheb raisku, sest osa energiat kulub puidu kuivatamisele.

Sobimatu küttematerjali: niiske või töödeldud puidu või lausa jäätmete põletamisel tekivad tervisele ohtlikud peened osakesed ja vingugaas. Plastjäätmete põletamisel lenduvad aga eriti mürgised saasteained, mis võivad põhjustada vähktõbe, väärenguid ja arengupeatust. Korstna kaudu õhku lendunud saasteained langevad maapinnale ning vette, kust need omakorda liiguvad edasi toidulauale, kui sööme oma aias kasvatatud saadusi.

Tuli tuleks süüdata ahjus alati ülevalt ja kui võimalik, siis halud laduda restina. Nii põlevad puud palju kõrgemal temperatuuril ja keskkonda eraldub vähem saasteaineid. Kuna ahjuukse avamisel paiskub saasteaineid ka tuppa, siis peaks ust avama võimalikult harva.

Kas teadsid, et ...

... ühe perekonna tekitatud jäätmete koduahjus põletamisel vabaneb keskkonda hinnanguliselt sama palju toksilisi ühendeid kui u 200 tonni prügi põletamisel jäätmepõletustehases. Tehases põletatakse jäätmeid stabiilselt kontrollitud keskkonnas temperatuuril 1000–1100 °C, mille juures põlevad toksilised õhusaasteained vähemohhtlikeks põlemisproduktideks. Seevastu koduahjus põleksid jäätmed madalamatel temperatuuridel ja ebastabiilselt, mistõttu ei põle toksilised ühendid lõplikult ära.

Dagmar Undrits, Keskkonnaameti välisõhu peaspetsialist

KULTUURIKALENDER

Neljapäeval, 04. novembril kell 18

MTÜ Kadrina kirjandusklubi salongiõhtu.

Musitseerib **Andrus Albrecht** ehk **Bonzo**. Pakume head muusikat, aromaatselt kohvi ja maitsevaid suupisteid. Registreerimine 325 0107 või raamatukogu@kadrina.ee. Kaasa COVID-tõend. Tasuta, toetab LEADER.

Kolmapäeval, 10. novembril kell 18

Hulja kinoklubis linastub Peeter Simmi film „Vee peal“.

Film on **Olavi Ruitlase** romaani ainetel. Kaasa COVID-tõend. Registreerimine 3252 440 või Gerda.Ansi@kadrina.ee. Pääse 4/5 eurot.

Neljapäeval, 11. novembril kell 18

Kadrina kinoklubis linastub Peeter Simmi film „Vee peal“.

Film on **Olavi Ruitlase** romaani ainetel. Kaasa COVID-tõend. Registreerimine 325 0107 või raamatukogu@kadrina.ee. Pääse 4/5 eurot.

Laupäeval, 13. novembril kell 10

Neeruti Seltsi tänavaretk mäada Rakvere teed. Kavastutvumine tänava ajalooa. Algus kell 10 Kadrina rahvamaja juures. Tule ise ja kutsu sõbrad ka kaasa!

Neljapäeval, 02. detsembril kell 18

Kadrina valla raamatukogus külas Yoko Alender ja Priit Juurmann.

Esitlusele tuleb raamat „Sõna saab Urmas Alender“. Võimalus osta raamat, hind 40 eurot. Registreerimine 325 0107 või raamatukogu@kadrina.ee. Sündmus tasuta!

Igal reedel:

- Kihlevere raamatukogus kell 15–17 mängu- ja töötuba.
- Hulja raamatukogus kell 15.00–17.30 meisterdamine lastele.
- Vohnja raamatukogus kell 12–16 mängu- ja töötuba lastele.

NEET noored said juhtumikorraldaja

Alates 01.10.2021 töötab Kadrina Vallavalitsuses Lääne-Viru Omavalitsuste Liidu (VIROL) projekti „NEET noorte toetamine ja suunamine aktiivsesse kogukonnaellu“ juhtumikorraldaja **Helene Kristine Viita**. Projekti tegevuste elluviimise periood on 01.10.2021–30.09.2023.



NEET noorte juhtumikorraldaja Helene Kristine Viita.
Autor: Kodukant

Projekti sihtrühm on 16–26 aastased noored, kes ei õpi ega tööta (NEET). Projekti eesmärk on pakkuda raskemates oludes noortele selliseid tegevusi ja tuge, mis toetavad nende naasmist õpingutesse või tööle ja hoiivatuna püsimist.

Juhtumikorraldaja ülesanne on NEET noorte ülesse leidmine, nendega suhtlemine, motiveerimine ja aktiivsetesse tegevustesse kaasamine ning individuaalse toe pakumine juhtumikorralduse põhimõttel.

Juhtumikorraldaja kaasab noored projekti Sotsiaalteenuste ja toetuste andmeregistri STAR nimekirjade alusel, saates esmalt noortele e-kirja. (KK)

VOLIKOGU

VALLAVOLIKOGU ARUTAS JA OTSUSTAS

22. septembri istung Kadrinas

- Volikogu kinnitas Kadrina valla põhimääruse.
- Vastu võeti Kadrina valla 2021. aasta teine lisaeelarve. Lisaeelarvega täpsustati Kadrina valla põhitegevuse ja investeerimistegevuse tulusid ja kulusid. Põhitegevuse osas lisandusid põhitegevuse tulud füüsilise isiku tulumaksust ja täienesid sihtotstarbelised tulud ning nende arvelt tehtavad kulud. Investeerimistegevuse osas lisandusid täiendavad toetused põhivara soetamiseks ning täpsustati investeeringute kulusid.
- Volikogu andis nõusoleku laenu võtmiseks ning volitas vallavalitsust korraldama hanke laenu võtmiseks Kadrina valla 2021. aasta eelarves kavandatud investeeringute finantseerimiseks summas kuni 800 000 eurot.
- Volikogu lõpetas Kadrina valla eelarvestrateegia aastateks 2022–2025 esimese lugemise. Muudatusettepanekuid oodatakse 08. oktoobriks.
- Volikogu andis loa alla lihthanke piirmääradele oleva hanke korraldamiseks, mille läbi viimisel renditakse Kadrina Keskkoolile uus õppesõiduauto.
- Anti luba riigihanke „Lume lükkamine Kadrina valla teedel ja tänavatel 2021–2024“ korraldamiseks.
- Volikogu moodustas Kadrina vallavolikogu valimisteks kaks jaoskonnakomisjoni ja nimetas nende liikmed järgmiselt:
 - Jaoskond nr 1: esimees **Jaan Rummi**, liikmed **Krista Kirsimäe**, **Tamara Rummi**, **Imbi Pani**, **Marge Mägi**, **Maris Aros**, **Kaire Pitka** ja **Väino Aunapuu**. Asendusliikmeteks **Ülle Kink**, **Aino Põldaas** ja **Anneli Sild**.
 - Jaoskond nr 2: esimees **Gerda Ansi**, liikmed **Ave Jalakas**, **Ave Häätarõ**, **Eha Tingas** ja **Inge Jalakas**. Asendusliikmeteks **Iia Kaskla** ja **Irina Semjonova**.

13. oktoobri istung Kadrinas

Käesoleva koosseisu viimane istung toimus Kadrina huvikeskuses.

- Volikogu võttis vastu eelarvestrateegia järgmiseks neljaks aastaks. Kadrina valla eelarvestrateegia aastateks 2022–2025 on finantsplaan arengukavas kokku lepitu elluviimiseks. Lähima nelja aasta suurima investeeringuna on planeeritud Kadrina Keskkoolile kaasaegse õppehoone ehitamine. Selleks on planeeritud alates 2024 võtta pikaajalist laenu kuni 8 miljonit eurot. Eelarvestrateegia vaadatakse läbi igal aastal, kui avanevad võimalused lisarahastuseks, võib planeeritav laenusumma väheneda. Kadrina valla eelarvestrateegia on koostatud konservatiivselt. Eelkõige on kajastatud valla enda võimekust rahastada jätkusuutlikult tegevusi ja investeeringuid.

Volikogu tänas **Ene Milvastet** ja **Ülo Kaisi**, kes käesolevatel valimistel enam ei kandideeri. Ene on volikogus olnud kolm ja Ülo seitse koosseisu.

Kasvav terviseprobleem, millest avalikult ei räägita

Uriinipidamatus ehk *inkontinentsus* annab märku paari ootamatu tilgaga näiteks köhimisel, aevastamisel, raskuste tõstmisel, järeלטilkumisel.

Selle tekkepõhjused võivad olla väga erinevad: sünnitamine, kuseteede põletikud, eesnäärme probleemid, kroonilised haigused, menopaus, diabeet, neuroloogilised probleemid, vanus, ülekaal jne. Kindlasti ei ole see loomulikult vanusega kaasas käiv nähtus. See on väga laialt levinud terviseprobleem, nii noorte kui vanemaalaste hulgas, sõltumata soost.

Enamlevinud uriinipidamatuse tüübid

- Stress- ehk pingutusinkontinents** – taatele allumatu uriinileke füüsilise pingutuse korral. Põhjuseks nõrgad vaagnapõhjelihased. Tunnuseks tilgad või sorts pükstes raskuste tõstmisel, aevastamisel, köhimisel, naermisel, hüppamisel jne.
- Tung- ehk pakitsusinkontinents** – taatele allumatu uriinieritus urineerimisvajaduse tekkel. Põhjuseks kusepõie lihaskõhvimine või ebastabiilsus. Tunnuseks sage urineerimine, kiire vajadus, pakitsusel tekkiv leke, öine allategemine.
- Ülevooluinkontinents** – taatele allumatu uriinieritus üleaitunud põie tõttu. Põhjuseks põielihase väljaveninud ja pole võimeline kokku tõmbuma; põiesisene rõhk ületab väljavoolutakistuse; takistus uriini voolamisel. Tunnuseks väikeste uriinihulkade pidev eritumine.

Inkotoa tasuta privaatse nõustamisel saab infot:

- Kuidas elada kuiva ja lõhnava igapäevaelu;
- Mille poolest erineb uriinipidamatuse side tavalisest hügieenisidemest;
- Juhised nahahoolduseks;
- Juhised vaagnapõhjelihaste tugevdamiseks ja põietreeninguks;
- Mida oleks vaja teada probleemi lahendamiseks enne arsti või põieõde juurde minekut.

Vanaduspensionari ealistele on **pidamatuse tooted** riikliku soodustusega – vajalik ainult isikut tõendav dokument, arstitõendit vaja ei ole.

Inkotuba nõustab tasuta ja pakub laia valikut abivahendeid. Kogu tööde pidamatusest ja e-pood www.kuivaks.ee. Inkotuba asuvad Rakveres Laada 14, tel 322 3922.

Palju õnne!

Juubilarid

Oktoobris

ANNA AMUR	95
ENDLA JÕÖGRE	95
EMMELINE PLUUTUS	94
HELVI SUURKIVI	91
TAISJA VESKE	85
TOIVO MAINE	80
LEHO-LEO LEHTMETS	80
PEEP PÕLDARU	75
ANU PÕLLU	75
VÄINO KLEVERS	70
RIINA PÄRN	70
EIMO BREMEN	70
MAIRE MEIDLA	70
TIIA HOLM	65
MALLE VASK	65
ILMAR VALLASTE	65
RAIVO SIRVI	65
REET RATSOV	65
ANNE KULLAMÄGI	60
TIINA PRIILINN	60
AARE HOMMIK	60
TARVO ERAPART	60
AARE TOOME	60

Septembris registreeritud lapsed

ARDI SARJAS
KAIL ROOTS
LISETE-MARIA OTTI

1. oktoobri seisuga on Kadrina valla elanike arv 4809.

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

Korstnapühkija 5560 4046

Korstnapühkija Tarmo 5664 4440

OÜ ESTEST PR **ostab metsa- ja põllumaad**.
Kontakt 504 5215, 514 5215,
info@est-land.ee

Ostan igas seisukorras **sõidukeid, kaubikuid ja maastureid**. 5309 2650

Mälestame

REIN MEE

24.01.1939 – 25.09.2021

TIIT KIRSIMÄE

24.10.1946 – 25.09.2021

PALME NUPP

28.09.1932 – 27.09.2021

HELJU VALDOJA

27.09.1926 – 29.09.2021

Täna kõiki oma valijaid!

Andres Nukk



Ostame kasvavat metsa, põllumaad ja metsakinnistuid hinnaga kuni 10 000 eurot/ha. Kinnistud võivad olla tehtud raietega või asetseda piiranguvööndis.
Tel: 56 111 900

TEHNOÜLEVAATUSKESKUS

TULE ÕPI TEHNOÜLEVAATAJAKS

KUI AUTOD JA TEHNIKA ON SINU HUVI, TULE TÖÖLE TEHNOÜLEVAATAJAKS!

ÕPETAME KOHAPEAL VÄLJA.

EBESTEN OÜ

5027811 Erkki

WWW.TEHNOULEVAATUSKESKUS.EE

TEHNOÜLEVAATUSKESKUS.EE

Väljavahi tee 5, Tõrremäe (Põhjakeskuse kõrval)

Sõiduauto 25.-

KODUVALD KADRINA

Täname toetuse eest!

Koduvald seisab kindlalt oma põhimõtete eest ning töötab meie lubaduste elluviimise nimel.

KODUVALD KADRINA