



Rakke korvpallimeeskonna hooaeg on läbi saanud



I rida vasakult:
Villu Kask
Sander Kahl
Joel Potman
Mart Hahndorf
Ivar Pello

II rida vasakult:
Sander Sepa
Kert Kerem
Toomas Vää
Ergo Sildmets
Arvi Lepp
Sven Kruustok

Pildilt puudu:
Renee Kukk
Karmo Lillemets
Raigo Birnbaum
Alar Kukk
Ants Viermann
Hendrik Tamp
Kaarel Gull

Foto erakogust

Nüüd on õige aeg!

Julgen väita, et masust on kasu ka. Sellest võib olla raske aru saada, kui tööd ei leia või palka on kärbitud, kuid kas pole me hakanud rohkem mõtlema ja rääkima tõeliselt olulistest asjadest? Ehk on meil siiski võimalik kibestumise asemel rasket aega enda kasuks tööle panna, areneda ja õppida? Peatugem nendel võimalustel, mis tänases Eestis tasuta kättesaadavad on.

Erinevatest enesearendamise võimalustest loel lähemalt lk.6

Teatripäeval!

Rakke Valla Hariduse Seltsi näitetrupp osales 18. märtsil Koeru Kultuurimaja kutsel Koeru valla kolme põlvkonna teatripäeval. Esineti koos Koeru valla täiskasvanute näitetruppidega. Noorte näitetrupid esinesid juba päeval.

Rakke näitetruppi esindasid Aili Alatsei ja Heino Aasa Jüri Tuuliku lühipalaga "Pärast pulmi". Maie Ots esitas Aime Kinnepi "Võtke rahulikult". Meie trupi esitatu võeti väga soojalt vastu. Kõikidele näitetruppidele jagati väga hea esinemise eest kaunid ja esinduslikud tänukirjad.

Antti Ilomets

Rakke gümnaasiumis ilmub oma ajaleht

KOOLIKAKK,

mis kajastab koolis toimunud tähtsamaid sündmuseid

Ajaleht on nähtav kooli kodulehel

www.rakke.ee

Korvpallimeeskonnal on kolm aastat liigas mängides hästi läinud ja mehi on praeguses korvpallivaimustuses lausa kahe meeskonna jagu. Siit ongi tekkimas mõte moodustada veel teinegi meeskond, mis on ju ainult meeldiv ja positiivne. Noori peaks see veel enam aktiivsusele innustama ning sporti kui ühte vabaaja veetmise võimalust valima. Simunas on ju samuti kolm erinevat meeskonda. Miks peaks Rakke erand olema? Eriti veel nüüd, kui uue võimla ehitus on ukse ees.

Meeskonna tegemistest loe lähemalt lk. 4



Lahu Algkooli tegemisi III õppeveerandil

Nüüdseks selja taha jäänud III veerand on õpilastele pikk ja raske. Ometigi on ju ka palju toreid tähtpäevi, mida tähistada, et koolielu mitmekesisemaks muuta.

Mida huvitavat koolis tehti loe lk. 3

Vallavalitsuse istung

64. märts

◆ Kuulutati välja konkurss Rakke Gümnaasiumi direktori vabanevale ametikohale.

11. Märts

◆ Maksta sünnipäevatoetust 500.- krooni Emilie Asorile, Rosine Piltile, Selma Karaskile ja Aino Salumetsale.

◆ Määrata 2009. aastal sündinud lastele toetust 350.- krooni lapse kohta ning korraldada lastele ja nende vanematele pidulik vastuvõtt 15. aprillil 2010.

◆ Anda üürile Rakke valla omandis olev kahetoaline keskküttega korter (Metsa 6-11) Raili Veskitile kuni 31.12.2010.

◆ Anda projekteerimistingimused Eesti Energia Võrguehitus AS-le Liigvalla külas õhuliinide rekonstrueerimisprojekti koostamiseks.

◆ Lugeda korraldatud jäätmeveoga mitteliitunuks Kalju Einmann, kuna jäätmevaldaja elab väljaspool jäätmeveopiirkonda.

◆ Muuta mahutite tühendamissagedust Heino Parmul Tammiku külas ja Jelena Ebberil Räitsvere külas kaks korda aastas.

◆ Nõustuda Väike-Rakke külas asuva Vidriku, 16,09 ha ja Liigvalla külas asuva Õienupu, 26,91 ha maaüksuse riigi omandisse jätmisega.

◆ Määrata Suure-Rakke küla läbivale 15124 Kapu-Rakke-Paasvere tee 745 m pikkusele lõigule kohanimeks Lammasküla tee.

◆ Muuta Lammasküla küla läbiva 6600770 Lammasküla tee uueks kohanimeks Kadaka tee.

◆ Muuta katastriüksuse 66001:006:0084 kohadressiks Sallaaja, Jäätma küla, Rakke vald.

◆ Info

Vallavalitsuse liige Andi Einaste esitas avalduse valitsuse liikme kohustustest vabastamiseks.

25. märts

◆ Määrata ja maksta toimetulekutoetust märtsikuus 19 isikule kogusummas 27 319.- ja täiendavat sotsiaaltoetust 5 isikule kogusummas 1000.- krooni.

◆ Maksta ühekordset toetust 2 isikule kogusummas 2163.40 seoses raske majandusliku olukorraga.

◆ Arvata Rein Tamm välja Tammiku AHK-st alates 01.02.2010.

◆ Määrata Aeliita Utsali hooldajaks Kaljo Zibo ja

Tiit Oja hooldajaks Vilma Oja ning maksta neile hooldajatoetust kuni 31.12.2010.

◆ Anda OÜ-le Turva nõusolek toidu- ja esmatarbekaupade, tubakatoodete ning alkohoolsete jookide müümiseks rändkauplusest teispäeval ja reedel järgmistes Rakke valla külates: Emumäe, Mäiste, Salla, Tammiku, Lammasküla.

◆ Anda Rakke vallale kuuluv Väike-Tammiku karjäär rendile OÜ Karuväljale põllumajandussaaduste tootmiseks.

◆ Muuta riiklikus teeregistris Rakke valla kohalike teede nimekirjas Lammasküla küla läbiva numbriga 6600770 Lammasküla tee liikluspinna uueks nimeks nr 6600770 Kadaka tee.

◆ Anda Aivar Tambi kasutusse Rakke vallas Nõmmküla külas asuv vaba põllumajandusmaa nr 11, 16,42 ha.

◆ Moodustada Rakke Gümnaasiumi direktori vabaneva ametikoha täitmiseks järgnev konkursikomisjon koosseisus: Andrus Blok, Kati Kirsipuu, Eda Aabo, Lembitu Kanarbik, Aimi Vaimel, Kalju Tamm ja Külli Pällo.

◆ Algatada detailplaneering NOVATREK GROUP OÜ-le kuuluval kinnistul (22 965 m², Simuna tee 1b Rakke alevikus, 66001:002:0920) ehitusõiguse andmiseks, määramaks krundi hoonestusala ja tehnoorkude ning rajatiste asukohta. Jätta algatamata keskkonnamõjude hindamine.

◆ Kuulutada välja avatud hankemenetlusega riigihange Rakke Gümnaasiumi rekonstrueerimise ehitaja leidmiseks.

◆ Kuulutada välja avatud hankemenetlusega riigihange Rakke valla ühisveevärgi ja kanalisatsioonisüsteemide rekonstrueerimise laiendatud omanikujärelevalve ja inseneriteenuse osutaja leidmiseks.

30. märts

◆ Vabastada Rakke Gümnaasiumi direktor Andi Einaste ametikohalt 01. aprillil 2010 ning määrata tema kohusetäitjaks Malle Lepp.

◆ Kinnitada Nele Lavrikov Rakke Gümnaasiumi direktori ametikohale määratud ajaks alates 12. aprillist 2010 kuni 08. aprillini 2011. a, tasuga 16405.- krooni kuus.

◆ Eraldada Rakke valla 2010. a eelarvest 1000.- krooni kuus OÜ Turva kauplus-bussi toetamiseks.

◆ Väljastada kasutusluba Arli Mattisenile

abihoone kasutuselevõtuks.

◆ Väljastada ehitusluba Hando Kuntrole elamu rekonstrueerimiseks.

Vallavolikogu istung

18. märts

◆ Anti nõusolek ehitusliiva kaevandamiseks Krüüdneri Karjäär OÜ-le riigi reservmaa piiriettepanekuga maal Väike-Tammiku külas. Maavara kaevandamisel ja kaevandatava materjali transpordil vältida keskkonna reostamist ja mitte kahjustada piirkonna ökoloogilisi tingimusi.

◆ Lubati Rakke Vallavalitsusel korraldada järgmised riigihanked:

- Rakke valla ühisveevärgi- ja kanalisatsioonisüsteemide rekonstrueerimise laiendatud omanikujärelevalve ja inseneriteenuse tegija leidmiseks,

- Rakke valla ühisveevärgi- ja kanalisatsioonisüsteemide rekonstrueerimise projekteerija ehitaja leidmiseks,

- Rakke Gümnaasiumi rekonstrueerimise ehitaja leidmiseks.

◆ Kinnitati hangete korraldamise kord Rakke vallas.

◆ Võeti vastu Rakke valla 2010. a eelarve.

◆ Vabastati Andi Einaste vallavalitsuse liikme kohustustest.

◆ Kinnitati vallavalitsus neljaliikmelisena - vallavanem ja 3 vallavalitsuse liiget.

◆ Info

Rakke Gümnaasiumi direktor Andi Einaste andis ülevaate tehtust. Vallavolikogu liikmetel oli võimalus esitada koolielu kohta küsimusi.

Järgmine volikogu istung 29. aprillil 2010.

Rakke Vallavalitsuse korraldusega 23.03.2010 nr 59 on NOVATREK GROUP OÜ tellimisel **algatatud** temale kuuluval kinnistul asukohaga Simuna tee 1b, Rakke alevik, Lääne-Viru maakond, katastritunnus 66001:002:0920, pindalaga 22 965 m² **detailplaneering** ehitusõiguse andmiseks. Detailplaneeringuga määratakse autode remondihalli, automaatbensinistankla, büroohoone juurdeehituse (majutuseks) ehitiste ja heitevete ärajuhtimise süsteemi rajatise asukohad ja ehitamise tingimused.

Rakke Gümnaasiumis toimus ümarlaud

Seoses Rakke Gümnaasiumi direktori Andi Einaste ametist lahkumisega toimus 11. märtsil 2010 Rakke Gümnaasiumis ümarlaud. Ümarlaual osalesid Rakke vallavanem ja volikogu liikmed, Rakke Gümnaasiumi hoolekogu ning Rakke Gümnaasiumi pedagoogid ja ametiühingu liikmed. Ümarlauda juhtis Indrek Saar. Kuulati osapooli direktori lahkumise põhjuste osas, kavandati edasist koostööd ning osades küsimustes jäadi ka eriarvamustele. Ümarlaud oli konstruktiivne, kuid ajalise piiratuse tõttu jäi küsimuste-vastuste voor pea olematuks. Ümarlaua vormis võiksid erinevad osapooled koostööd teha edaspidigi.

Rakke vallavanem Andrus Blok

Rakke Gümnaasiumi hoolekogu esimees
Katrin Lumberg

Päästeamet kuulutab välja tuleohutuslaste lühifilmide konkursi

Konkursil võivad osaleda kõik alates 14. eluaastast. Filmi žanr on vabalt valitav (näiteks dok-, õppe-, multi-, mängufilm, muusikavideo vms). Filme saab moff.ee-sse üles laadida kuni 12. maini 2010.

NB! Ära pane filmimisel midagi põlema!

Märka ohte, jäädvusta, lavasta või meenuta ja paku lahendusi teemadel:

1. TULEOHUTUS KODUS

Lühifilm sellest, kuidas võivad tulekahjud alguse saada ja mismoodi neid ära hoida.

2. ÜKSKORD JUHTUS ...

Jaga enda või oma tuttavate-lähedaste meenutusi. Kuidas tulekahju ära hoiti või kuidas oleks saanud juhtunut vältida.

Arvatakse, et tulekahju juhtub alati ootamatult.

Sageli on see hoopis mõne pikaajalise probleemi tulemus. Näiteks toas suitsetamise, pühkimata korstna, katkise elektrisüsteemi, hooletu toiduvalmistamise või millegi muu tagajärg. Neid ja paljusid teisi tuleõnnetusi saaks ära hoida, kui õigel ajal ohumärke näha ja tegutseda.

Konkursi ajakava:

12.03. - Konkursi väljakuulutamine

12.05. - Võistlustööde esitamise lõpptähtaeg

12.05.- 18.05. - Žürii valib välja auhinnalised võistlustööd

28.05. - Konkursi parimate tööde autorite auhindamistseremoonia Tallinnas

Täpsem info Päästeameti kodulehel www.rescue.ee ning janek.innos@rescue.ee või telefonil 628 20 22

Lahu Algkooli tegemisi III õppeveerandil

2010. aasta on Eestis kuulutatud lugemisaastaks. Meie koolis toimub ettelugemine raamatukogus. Kuulatud raamatu põhjal jätkub raamatust kokkuvõtte tegemine: joonistamine, kirjutamine, ristsõnade lahendamine jne. Plaanis on kutsuda ettelugejaid ka väljastpoolt kooli.

Suurte külmade saabumisega mõtles meie koolipere ka metsloomade peale. Kodust toodi juurvilju, heina, teravilja, vihtasid. Leidsime koha, kus kõige sagedamini on metsloomi liikumas nähtud. Teadsime sedagi, et loomad ei saa süüa lume sisse pandud toitu. Meile tuli appi onu Anti, kes traktoriga toidukoha puhtaks lükkas. Toidulaud kaetud, jäi üle ainult külalisi ootama jääda. Küllap nad ka tulid!

Sõbrapäeval, 12. veebruaril, meisterdasid õpilased sõpradele prille, mille klaasid olid südamekujulised. Tehti ka põnevat vesti, kus kuumuse abil sai kilele südameid jäädvustada. Päril mõnus tegevus! Jutus "Salapärase sõber" algus, missugune on sõber, kelle kirjeldamiseks üheksale vihjele vastused kirjutada. Üllatuse osaliseks said aga õpilased söögivahetunnis, kus selgus, et lõunasöögiks oli hamburger!

Vastlapäeval, 16. veebruaril, sõitsime kelkudega

koolist pisut eemal olevale mäele, et seal üks vahva vastlasõit teoks teha. Kartsime küll, et lund on palju ja hoogu jääb väheks, aga õnneks sujus kõik suurepäraselt. Pikemad liud selgitatud, ootas koolis juba mõnus hernesupp koos maitsva vastlakukliga. Tore päev see vastlapäev!

Vabariigi sünnipäeva tähistamisel, 23. veebruaril, valitses koolis pidulik meeleolu. Lauldi koos hümmi ning lahendati õpetajate poolt koostatud ülesandeid: puuduvate hümnisõnade leidmine ja viktoriiniküsimustele vastamine. Koos joonistati ka Pika Hermannitorni, mis hiljem näituseks seinale asetati.

Kõige põnevam päev oli talvine tervisepäev "Talvevõlud". See päev toimus 26. veebruaril. Kõik teadsid, et ees ootab palju võistlusi sügavas lumes, selleks oldi ka vastavalt rietatud.

Lume rohkus ja sügavus sel talvel on juba isegi tore, aga kui siia juurde mõelda veel vahvaid võistlusi, siis ei oska ära kiita. Algas kõik sügavushüpetega paksu lumme: kes maandub sügavamele, kes kaugemale. Siis viisid õpetajad võistlejad alale, kus oli toimunud "meteoridisadu". Õpetajate poolt lumme visatud käbid, tuli kiiruse peale kokku korjata. Proovige seda teha, kui lumi ulatub lausa rinnuni! Nüüd tuli

kolmele pallile pihta saada nooltega, mille tegemisel tööõpetuse tunnis nii palju vaeva nähti. Järgnevalt ootas "aardekorvike" maiustustega. Selle kättesaamiseks tuli täiel kiirusel ühisstardist sumada läbi paksu lume - esimesed said auhinda ju valida. Kõige lõpuks tuli meisterdada lumepallidest torn. Siin oli oluline kõigepealt taibukus ja alles seejärel võis loota, et hoolega üksteise peale asetatud pallid ka pidama jäävad. Peale seda kõike ei raatsinud keegi veel majja minna, aga soe lõunatoit juba ootas!

12. märtsil tähistasime emakeelepäeva. Selgitati välja tublimad lugejad ja kaunima käekirjaga õpilased.

Lisaks oleme veel osa võtnud omaloomingukonkurssidest: joonistanud pilte paeteemalise loomingukonkursile ning joonistuspõlvilusele "Kalalkäik mängult ja päriselt", kirjutanud jutte "Minu esimesed triibulised". Viimati valmisid pildid maakonnas korraldatavale joonistuspõlvilusele, mis on pühendatud lugemisaastale.

Uute tegemiseni IV veerandil!

Lahu Algkooli õpetajad

Kaunist emakeelest

Eesti Keele Kaitse Ühingu (EKKÜ) esimees Reet Vääri alustas käesoleva aasta EKKÜ, Eesti Kultuuriseltside Ühenduse ja Vanemuise Seltsi emakeelepäeva tähistavat üritust tabava võrdlusega. Keeleteadlane ja eesti keeeluunduse ideoloog Johannes Aavik esitas sada aastat tagasi küsimuse: "Kas meie eesti keel on intelligentsi keel?" Samuti võiksime meie täna, sada aastat hiljem esitada täpselt sama küsimuse.

Laulupeomuseumi kogunenud saalitäiel keelehuviistel avanes võimalus kuulata Tartu Ülikooli professori Martin Ehala suurepärase ettekannet "Emakeel ja kodanik." Ettekandja alustas teemaga "Rahvus ja emakeel", püstitades küsimuse - kas eesti keelel on oht kaduda? Ajaloos leidub näiteid mitmete keelte kadumisest, nii on see juhtunud näiteks iiri

keelega. Keel on oluline iga etnilise rühma, rahva ja rahvuse tunnuseks. Eestlase juures peame oluliseks tunnuseks eesti keelt. Vahest ei peaks me eesti keele üle liiga palju kurtma. Eestlaste seas võib see esile kutsuda käegaloomise meeleolu. Samuti ei hävita keelerisustus veel eesti keelt, avaldas ettekandja oma arvamust. Martin Ehala arvates on laulupidu see rituaal, mis tekitab usaldust jätkuval eesti keele kasutamisel. Siit soovitus kõigile eestimaalastele - jätkakem "laulupeo usku rahvana"! Oluline on säilitada eesti keele kasutus kõigis eluvaldkondades. Mõneski neist tuleks siiski leppida kakskeelsusega. Mingil juhul ei tohiks minna üle näiteks ainult inglise keelele. Põhiseaduse preambula - eestlus - sellest on üksinda vähe. Meil kõigil tuleks oma keelest lugu pidada ning püüelda jätkusuutlikkuse poole. Jätkusuutlikkus

oleneb väliskeskkonnast, sisekeskkonnast ning kõige enam elujõust. Siit järeldub meie ühine eesmärk säilitagem eesti keel perekeelena ka segaabielludes!

Teiseks esinejaks oli TÜ emeritprofessor Heino Siigur, kes kõneles õiguskeelest. Õiguskeel on üks osa eesti keelest, mis nõuab palju täpsemat keelekasutust kui üldkeel. Ettekandja tutvustas põhjalikult õiguskeele termineid, tuues samal ajal ettekannet rikastavaid keelenäiteid.

Mõlema ettekande ajal oli tunda kuulajate aktiivset kaasamõtlemist. Lisaks rohkearvulistele küsimustele esitati mitmeid omapoolseid arvamusi.

Ürituse lõpuosas esitas Tartu üliõpilassegakoor Valli Ilviku juhatusel isamaalisi laule meie ühiselt hoitud kaunikhäälises eesti keeles.

Aime Kinnep

Kevad ka ettevõtjate ridades

Eelmise aasta lõpus kutsus MTÜ Pandivere Arendus-ja Inkubatsioonikeskus (PAIK) Rakkesse kokku nii kohalikke kui ka naabervaldade ettevõtjaid, et selgitada neile ettevõtlusele pakutavaid abimeetmeid (nii rahalisi kui ka enesetäiendamise võimalusi) LEADER programmi raames. Selle koosviibimise tulemusel sündis mõte, et meie valla ettevõtlikud inimesed võiksid naabervalla eeskujul samuti aeg-ajalt kokku saada. Nii sündiski. Asjaajamise käigus selgus, et siinses vallas on erinevate registrite andmeil oma 130 ettevõtet (OÜ-d, AS-id, FIE-d). Selline hulk oli päris üllatav. Osad on kindlasti vägagi tegusad ettevõtted, osa aga nn varjusurmas.

Algus on tehtud, 14. märtsi õhtupoolikul leidis aega kokkutulemiseks ligi 40 inimest. LEADER

programmi raames toimus ettevõtjate ümarlaud (laud küll päris ümmargune ei olnud, nagu kohalviibijad ehk mäletavad). PAIK esindajad Aivar Niinemägi ja Elle Allik olid meie silmaringi ja maailmavaate avardamiseks esinema kutsunud Laekvere valla ettevõtja, vallavolikogu esimehe Margo Klaasmägi. Artiston OÜ juhina oli tal meile ligi tunnine muljetavaldav ettekanne teemal, kuidas tema ettevõtmise alguse sai ja kuhu see on arengus jõudnud. Kõlama jäi mõte, et tuleb suurelt unistada, toetuda koostööd tehes ustavatele partneritele, kes üksteisel vaipa jalge alt ei tõmba ning julgeda võtta ka riske.

A. Niinemägi ergutas meid pärast tutvumisvoorumi mõtteid ja soove välja ütleva ning ka kirja panema. Sel teemal jätkus juttu kohvilaua ümber kauemaks. Kaugemas plaanis on kutsuda siia

huvipakkuvaid koolitusi, teha väljasõite ning korraldada muidki ühissettevõtmisi, miks mitte ka alustuseks talgud „Teeme ära“ raames. Kes sel korral ei saanud kohale tulla, olete alati oodatud kaasa lööma!

Loodan, et sel õhtul ettevaatlikult pikast talveunest ärkanud initsiatiiv kasvab heade mõtete ja kevadpäikese toel tugevaks. Võimalik on see vaid juhul, kui on soov ning tahe mõtete tasandilt ühiselt tegedeni jõuda. Oleks ju tore, kui võiksite rahuolevalt nentida: tegime ära!

Täna kõiki ärksaid inimesi, kes kohal olid! Tegusate järgmiste kohtumisten!

Aadressil maret.massaaz@gmail.com on oodatud asjakohased ettepanekud ning küsimused.

Maret Hiire

Spordist

Väike-Maarjas peeti järjekordsed Eesti valdade talimängud ja pärast paariaastast vaheaega õnnestus Rakke vallas seal ka oma võistkonnaga osaleda. Mitmel aastal on saanud valla esindamise takistuseks samale päevale langevad üleriigilised võistlused. Ka tänava toimus samal ajal ETV-Swedbank noortesarja võistlus, kuid võistluspaigaks oli Tamsalu. Nii avaneski hea võimalus osaleda, kuigi osal võistlejatel jäi kahe stardi vahele pool tundi ja noortesarja autasustamisest tuli kõrvale jääda. Rakke võistkonda esindasid: Mairis Õispuu, Piia Pohlak, Maris Kaarjärv, Greete Steinburg, Mikk Altermann, Sander Eilo, Taavi Veelmaa, Siim Eilo, Hanno Traks, Andres Keär ja Raivo Aun. Kuigi esikolmiku kohti saavutati ainult üks, siis ühtlane esinemine tagas võistkonnale hea üldkoha. Teisel päeval toimunud teatesõitades näidati aga väga head minekut ja võistlejate rivi lõpust startinud nii meeste kui naiste võistkond olid konkurentsis parimatega. Naiskonna lõpptulemuseks kujunes 6. koht ja seda 22 võistkonna konkurentsis. Meeskond saavutas 8. koha 26 alustanud võistkonna hulgas. Kahe päeva tulemuste põhjal saavutas Rakke valla võistkond Eesti valdade talimängude suusatamisvõistlustel 6. koha, väikestest alla 2000 elanikuga valdadest koguni 2. koha. Eesti valdade XVIII talimängude kuus paremat valda suusatamises: Tahkuranna 998 p, Tamsalu 977 p, Tartu 959 p, Jõhvi 918 p, Saku 894 p ja Rakke 892 p. Kogu talimängude arvestuses on Rakke vald ainult suusatamise tulemusega väikestest valdadest 6. kohal.

Märtsikuu jooksul võistlesid veel suusatajad

hästi mitmetel maratonidel ja maakondlikel võistlustel. Eesti veteranide meistrivõistlustel saavutasid Andres Keär M45 vanuseklassis 3. koha ja Raivo Aun M55 vanuseklassis 5. koha. Maakonna meistrivõistlustel saavutasid Andres Keär MV1 vanuseklassis 2. koha, Raivo Aun MV2 klassis 4. koha ja meeste põhiklassis Taavi Veelmaa ja Hanno Traks vastavalt 6. ja 7. koha. Valgehobusemäel peetud Salomon suusamaratonil saavutas Mairis Õispuu poolmaratonil 20 km distantsil naiste arvestuses 1. koha ja samal võistlusmaal oli Jaak Kuresson 70. kohal. Maris Kaarjärv oli põhisõidus naiste arvestuses 6. kohal ja Greete Steinburg 8. kohal. Meeste arvestuses jõudis Taavi Veelmaa päralt 62. ja Hanno Traks 89. kohal. ETV-Swedbank noortesarjas saavutas Mairis Õispuu hooaja kokkuvõttes 3. koha ja Maarius Kaarjärv oli M11 vanuseklassis kokkuvõttes 37. kohal, seda kaks aastat vanematega võisteldes ja 93 võistleja konkurentsis. Suusahooaja võtame kokku 11. aprillil, kui autasustame meie oma valgustatud suusaraja sarja II, III etapi ja koondarvestuse parimaid. Autasustamine toimub kell 11 kultuurikeskuses. Protokollid võistluste kohta valla kodulehel. Pikk ja lumerohke talv pakkus suusatamiseks suurepäraseid tingimusi, mis kajastuvad ka tulemustes. Koos talvega lähevad suusad talvekorterisse ja aeg on otsida välja jooksujalanõud või pumbata täis jalgrattakummid. Tegelikult on ratturid juba hooaja avanud ja seda ka väga edukalt. Elvas peetud Eesti talikrossi meistrivõistlustelt tõi Ivar Vaab juba U23 vanuseklassis Spordiklubile Rakke pronksmedali. Enamus ratturitest

harjutab hetkel meie heitlikes Eestimaa ilmas, aga kaks ratturit on treeninglaagris ka Hispaanias ja Itaalias.

Kui kellelgi on probleeme jalgrataste remondiga või lausa uue sõiduvahendi ostmise plaane, siis olen rõõmuga nõus abistama. Spordiklubi sponsorid ja partnerid, kes tegelevad jalgratastega on kõik kinnitanud, et mitmed väga head soodustused jalgrataste osas kehtivad ka Rakke valla inimestele, kes päris võistlussporti ei harrasta.

Tervisliku liikumise autasustamine toimub aprilli esimestel päevadel ja autasustatavatele teatatakse personaalselt. Eelmise aasta parimad loosivad autasustamisel välja ka 2009. aasta peaaühinna ja teevad plaanid juba 1. mail algava Rakke Trimm 2010 osas. Juhend, info ja kogumiskastide asukohad on leitavad Rakke valla kodulehel alates 20. aprillist.

Enno Eilo
sporditöö korraldaja

Rakke valla meistrivõistlused
males 2010

10. aprillil kell 11.00 vallamajas

Rakke valla meistrivõistlused
lauatennises 2010

11. aprillil kell 12.00 kultuurikeskuses

Valgustatud suusaraja II, III etapi ja kokkuvõtte autasustamine

11. aprillil kell 11.00 kultuurikeskuses

Korvpallihooaeg 2009 / 2010 on läbi saanud...

Pole ammu kohtunudki siitkaudu. See aga ei tähenda, et Rakke meeskond enam pallimängudest osa ei võtaks. Kõik kulges oma kindla graafiku järgi ja nüüdseks on kõik kohtumised esiliigas peetud. Sügisest on märkamatuks saanud kevad ja kuigi lumekuhjad on endiselt üüratu suured ning aeg-ajalt sajab lund lisaks, hakkab tasapisi ennast pilve tagant üha tihedamini näitav päike lumehunnikuid siiski sulatama. Ootamas on suvepuhkus, vähemalt korvpallis. Nagu sügisel mängude eel arvati, pole esiliigas mängimine ainult lust ja lillepidu. Kui lühidalt kokku võtta esimene kogemuste aasta liiga kõrgemas astmes kui oli seda kahel eelneval aastal, siis ega väga kerge see pole olnud. Mingil hetkel sai selgeks, et esiliigasse püsimajäämine polegi väga kerge ülesanne ja selleks tuleb tõsiselt tööd teha. Kui esimese ringi lõppedes oli Rakke meeskonnal kirjas ainult üks võit ja kaheksa kaotust ning turniiritabelis terendas jõulupuhkusele vastu minnes üheksas koht, siis ega see kedagi väga rõõmsaks ei teinud. Siinkohal tuleb ära mainida veel, et võit esimeses ringis tuli kolmandas kohtumises Rakvere Bullsiga mängus ning seejärel mängult mängule sõites järjest viis kaotust saada võib ikka üsna tuju pärssiv olla. Samuti asjaolu, et kolm mängu lõppes meile 5 või vähema kaotuspunkti-dega.

Valus, kuid kaotus on kaotus. Pika puhkuse põnevamaks sisustamiseks enne teise ringi kohtumisi peeti maha kaks sõpruskohtumist: esimeseks vastaseks oli Määri ja teiseks Koeru SK. Teises liigas mängiva Määri meeskonna üle tuli võit numbritega 79:70 ja naabervalla Koeru meeskonna vastu suudeti samuti võit koju tuua numbritega 61:58. Need võidud andsid pisikesed



positiivsed laengud enne liigamänge. Meeleolu tõstvad, ma ütleks. Ning kohe esimeses korduskohtumismängus 15. jaanuaril tuli üllatusvõit, kui 88:71 võideti Simuna Artistoni meeskonda. Jah, muidugi mängis selles väga

suurt rolli asjaolu, et Artistoni üks korvialune võtmetegija Kristjan Hiire ei saanud reisi tõttu meeskonda aidata, kuid kokkuvõttes on 17-punktiline võit üsna veenev. Enne suurepärasest võidumängu Rakvere Bulls vastu tuli taaskord vastu võtta valus kaotus Ferreli käest. Valus seetõttu, et suurema aja mängust juhtis meie meeskond pidevalt 10- ja enamapunktilise eduga. Normaalaeg aga lõppes viigis 61:61 ning lõpuks lisaja lõppedes tuli vastu võtta neljapunktiline kaotus. Kokku õnnestus võite noppida 5 korral, kaotusi kogunes 13. Võrreldes eelmise hooajaga pisike samm tagasi, kuid seltskond, kus mängitakse, on tugevam. Ja kui arvestada seda, et meeskond pole peaaegu üldse trennides kokku saanud, siis 7. koht esimesel hooajal esiliigas on täiesti arvestatav ja kiiduväärne. Palju asju võinuks teisiti ja paremini olla. Kui oskad viriseda, tule ja tee paremini! Igal mehel on nüüd suvel vaja individuaalselt mõelda ja harjutada. Igaüks teab ise, mis see kõige nõrgem koht on. Vabavisked on tihti meie meeskonna kirstunael. Kui statistikat vaadata, siis nii mõnigi kord tuleb tõdeda, et lõpuskoor oleks hoopis teine, kui meeskonna peale antud vabavisked tabanuks paremini. Ning minu meelest kõige peamine, mis vahel tundub meelest minema, et korvpall on meeskonnamäng. Au ja kiitus nendele mängijatele, kes viimasel kolmel mängul käisid, sest 6 meest mängule panna on küll viimane piir. Kaks mängijat osales kõigil mängudel. Need olid Ergo Sildmets ja Joel Potman. Edu ja sportlikku meelt edaspidiseks neile!

>

Põnevusega ootan (ja arvan, et seda teevad ka paljud teised) uut võimlat, mis loob noortele väga head eeldused sportimiseks ning toob liigamängud taas Rakkesse. Fännid on selleks valmis, et omadele tulinahkaliselt kaasa elada!

Helen Potman

Tähelepanu!

Laupäeval, 10. aprillil kell 16

Rakke kultuurikeskuses

KORVPALLIKOOSOLEK

Prægused ja tulevased

korvpallurid, tulge kindlasti kohale



Villu Kask: Korvpallihooaeg kõrgemas seltskonnas ei mõõdunud sugugi hästi. Kui sportlikult tõlgendada, siis jäime küll

liigasse püsima, kuid sähvatusi oli vähe. Pakkusin paremat tulemust, kuid



realiseerida seda ei õnnestunud. Sellel hooajal oli treeningute läbiviimine kõige keerulisem protseduur, sealt ka veidi raskem keskendumine mängudele. Kaotasime mitmeid mängu just vähesel visketabavuse

protsendi pärast. Kaitse formatsioonidest arusaamine ja ümberorienteerumine võtab liialt aega. Põhiraskust kandsid ikka, nagu eelmisel hooajal, Toomas Väärt, Joel Potman, Ergo Sildmets, Kert Kerem. Sellel hooajal andis mitmes mängus kindlust Arvi Lepp. Ilusasti mängisid Sander Kahm, Renee Kukk ja Ivar Pello. Noortest üllatasid ja tõstsid pead Hendrik Tamp ja Sander Sepa. Mart Hahndorf, kes jagas ennast kahe liiga vahel, jättis hea mulje viimase vooru mängus. Ka teised olid tublid oma oskuste piires. Stabiilsus on vaja saavutada kogu hooajaks. Eriti õnnestunud oli teise ringi algus, kus saime mitu võitu järjest. Meeskond on tugev, kuid veel parema üksmeele ja oskuste realiseerimiseks on vaja teha olulisi järjepidevaid treeninguid ja häid kontrollmänge.

Kaks hooaega Rakke meeskonnaga andsid võimaluse tegutseda amatöörmeeskonnaga ja sellest jäi hea mulje. Et järgmisel hooajal samu vigu mitte teha, tuleb alustada juulis selleks, et konkurentidega sammu pidada.

HOOAJA 2009/2010 koondstatistika (mänge kokku 17)

NR	NIMI	MÄNGE	Osal. %	VIGU	Vea %	FTA	FTM	FT %	2P	3P	PNK	Keskm PNK	PNK %	AlgV	AlgV %
4	Sander KAHM	10	59	34	3,4	5	1	20,0	6	3	22	2,2	2	5	50
5	Renee KUKK	14	82	24	1,7	42	15	35,7	32	0	79	5,6	6	6	43
6	Karmo LILLEMETS	10	59	8	0,8	4	1	25,0	6	0	13	1,3	1	0	0
7	Raigo BIRNBAUM	1	6	0	0,0	0	0		0	0	0	0,0	0	0	0
8	Alar KUKK	3	18	5	1,7	6	3	50,0	2	0	7	2,3	1	1	33
9	Ants VIERMANN	5	29	2	0,4	2	1	50,0	4	1	12	2,4	1	0	0
10	Kert KEREM	14	82	46	3,3	66	33	50,0	86	0	205	14,6	16	11	79
11	Joel POTMAN	17	100	39	2,3	20	13	65,0	31	9	102	6,0	8	16	94
12	Toomas VÄÄRT	13	76	32	2,5	87	65	74,7	46	30	247	19,0	20	10	77
13	Mart HAHNDORF	12	71	30	2,5	9	2	22,2	29	10	90	7,5	7	8	67
15	Hendrik TAMP	7	41	7	1,0	2	2	100,0	3	1	11	1,6	1	1	14
16	Sander SEPA	10	59	5	2,6	0	0	0,0	10	0	20	2,0	2	1	10
19	Arvi LEPP	10	59	22	2,2	59	36	61,0	26	5	103	10,3	8	6	60
21	Ergo SILDMETS	17	100	57	3,4	46	30	65,2	77	21	247	14,5	20	12	71
22	Ivar PELLO	11	65	29	2,6	17	11	64,7	16	5	58	5,3	5	4	36
24	Sven KRUUSTOK	8	47	11	1,4	16	8	50,0	16	0	40	5,0	3	3	38
25	Kaarel GULL	6	35	5	0,8	0	0		0	0	0	0,0	0	1	17
19	Veiko Kabral	1	6	3	3,0	2	2	100,0	3	0	8	8,0	1	0	0
				359	21	383	223	58	393	85	1264	74	100	85	

Lühendite selgitusi

Mänge - Mängija poolt osaletud mängude arv

Osal % - Mängija osalemise % kõikidest mängudest

Vigu - Mängija poolt tehtud vigade arv hooajal kokku

Vea % - Mängija poolt keskmiselt tehtud vigade arv igas osaletud mängus

FTA - Mängija poolt visatud vabaviset arv

FTM - Mängija poolt tabatud vabaviset arv

FT% - Mängija vabavisetite %

2P - Mängija poolt tabatud 2 punkti visete arv

3P - Mängija poolt tabatud 3 punkti visete arv

PNK - Mängija poolt visatud punktide arv kokku

Keskm PNK - Mängija poolt keskmiselt igas mängus visatud punktide arv

PNK % - Mängija poolt visatud punktide % terve võistkonna hooaja jooksul visatud punktidest

AlgV - Mängude arv, mille mängija alustas algviisikus

AlgV% - Mängija algviisikus alustamise % osaletud mängudest

Nüüd on õige aeg!

Eesti Töötukassa teenuste osakonna juhataja Kadri Lühiste ja tööturukoolituse teenusejuht Karin Andre selgitavad, et tööta jäänud inimeste koolitamise eesmärk on nende tööle aitamine. Koolitus iseenesest töökohta ei loo. Seetõttu on töötukassa praeguses olukorras suunanud oma tähelepanu nende teenustele, mis on realselt töökohaga seotud ning aitavad tööandjal seda luua. Sinna hulka kuuluvad tööandjale makstav palgatoetus, tööpraktika jne. Nao pööramine tööandjate poole on ka esimesi tulemusi andnud: selle aasta jaanuaris ja veebruaris lisandus uusi töökohti töötukassale vahendamiseks kaks ja pool korda rohkem kui eelmisel aastal samal ajal ja palgatoetuse abil sai tööle 6 korda rohkem inimesi kui terve eelmise aasta jooksul kokku. Ümber- või täiendõpet pakutakse reeglina siis, kui silmapiiril terendamas realsed töökohad, kuid nendele sobivate töötajate leidmine eeldab töötute koolitamist. Küll aga julgustavad Kadri ja Karin ettevõtjaid-tööandjaid töötukassaga ühendust võtma ja kõike eelmainituga seonduvat uurima. Lähemat informatsiooni saab:

www.tootukassa.ee.

Käesoleva aasta I poolaastal pakub pea 40 kutseõppeasutust ja rakenduskõrgkooli tasuta kursusi ka töötavatele inimestele, sealhulgas lapsepuhkusel emadele, erivajadustega inimestele ja teistele, kes hetkel ei tööta, aga pole ka töötuna arvel. Õppida on võimalik väga erinevaid asju keeltest ja suhtlemisest laevanduse ja lennundustehnikani. Kui oled Haridus- ja Teadusministeeriumi koduleheküljelt: www.hm.ee/tasutakursused endale sobiva välja valinud, tuleb kontakteeruda kursust pakkuva õppeasutusega ja teha kindlaks, kas kohti ikka on. Kui seekord kohad täis, tasub proovida järgmisel poolaastal, sest tasuta koolituste pakkumine jätkub 2013. aastani. Koolitusi finantseerivad Euroopa Sotsiaalfond ning Haridus- ja Teadusministeerium.

Täiskasvanute tasuta koolitamine toimub ka vabahariduslikes koolituskeskustes, kus sihtgrupiks inimesed, kes pole töötuna arvel. Selle poolaasta koolitusvõimalusi saab uurida Eesti Vabaharidusliidu koduleheküljelt: www.vabaharidus.ee,

peakirja alt „Programm 2008-2010“. Programmi rahastavad Euroopa Sotsiaalfond ja Eesti Vabariik.

Möödunud aasta augustis Ettevõtlike Arendamise Sihtasutuse (EAS) vahendusel käivitunud koolitusosakute programm on mikro-, väikeettevõtete ja FIE-de seas suurt populaarsust kogunud. Selle abiga saab koolitust taotleda õppeasutustelt ja organisatsioonidelt, kes on kantud teenusepakujate nimekirja. Koolitusosakute programmi tingimusi saab vaadata EAS-i koduleheküljelt: www.eas.ee.

Masu õpetab märkama ja kuulama. Majandusbuumi tõistes argiaskeldustes polnud ju aega vanaemade-vanaisade vana aja pajatuse kuulata või jõuda tähele panna, millest su 15-aastane poeg oma sõpradega räägib. Tean oma kogemustest õppimine seob põlvkondi. Või astu koduteel raamatukogust läbi ja küsi uuesti just seda raamatut, mis kooliajal kohe üldse ei meeldinud. Loed ja üllatud jälle. Tunnistust sellise õppimise eest ei anta, aga hingel hakkab helgem ja pilk on ühtäkki avaram.

Külliki Steinberg

Eesti Täiskasvanute Koolitajate Assotsiatsiooni Andras projektijuht

TUNNUSTA!

Märka enda kõrval tublit inimest või organisatsiooni ja esita ta tunnustamiseks!

Kandidaate aasta õppija, koolitaja, organisatsiooni ja omavalitsuse tiitlile saab esitada **15. juunini 2010** aadressil:

www.andras.ee/tunnustamine

LOE:

Ilmunud on uus ajakirja „Õpitrepp“ number. Seda ja eelnevalt ilmunud numbreid saab lugeda kohalikus raamatukogus ja internetiaadressil: www.andras.ee/opitrepp.

VAATA: saadet „Tagatargemad“ laupäeviti kell 18.00 ETV-s, kordus esmaspäeva hilisõhtul ja kolmapäeviti kell 16.00, ETV 2-s kordussaade reedeti kell 16.45. Saadet saab hiljem vaadata ETV koduleheküljelt: <http://etv.err.ee/arhiiv>.

KUULA: „Huvitajat“ reedel kell 10.00 Vikerraadios. Saadet saab hiljem kuulata: <http://vikerraadio.err.ee/kuulaarhiiv>. „Ainult täiskasvanutele“ teisipäeviti kell 11.10 Raadio Neljas, <http://r4.err.ee/rukuulaarhiiv>.

Täiskasvanud õppija nädala koordinaator Lääne- Virumaal Lea Lehtmets, Lääne-Virumaa Keskraamatukogus, tel. 3225971, lea@lvkrk.ee

Eesti Töötukassa poolt koostatud tasuta veebipõhiste õppimisvõimaluste nimekiri

Allikas: Karin Andre, Eesti Töötukassa tööturukoolituse teenusejuht

Informatsioon kutsevalikute tegemiseks: www.rajaleidja.ee, www.kutsekoda.ee

Tasuta arvutikoolitused:

- ♦ Microsoft office e-koolitused - <http://office.microsoft.com/et-ee/training/HA102255331061.aspx>
- ♦ Arvutikasutuse algteadmised 4-tunnise koolituse abil - <http://www.olekaasas.ee/koolitused/registreeru>
- ♦ ID-kaardi, Mobiili-ID, digiallkirjastamise ja e-teenuste kasutamise koolitus <http://www.ttu.ee/?id=2998&koolitus=767>
- ♦ <http://www.teaduskool.ut.ee/informaatika> - Tartu Ülikooli teaduskooli informaatikaalased õppematerjalid (programmeerimise alused ja algkursus)

Keeleõpe internetis:

- ♦ Eesti keele oskuse taseme test - www.meis.ee/testest
- ♦ 15 eesti keele testi ja muud kasulikku keelealast teavet - www.eki.ee/keeleabi/index.php?leht=11
- ♦ Eesti keele e-õpe: www.panglosskool.eu, www.efant.ee, www.ekk.edu.ee, www.kutsekeel.ee
- ♦ Erinevate võõrkeelte õppeprogrammid - www.byki.com, europa.eu/youth/studying/language_learning/index_eu_e.html
- ♦ Inglise keele e-õpe: www.livemocha.com, elc.polyu.edu.hk/CILL/eap/2004/U4/pg80ex1conditionalclauses.htm www.englisch-hilfen.de/en/grammar_list/if.htm
- ♦ Põhjamaade keelte e-õpe: www.bjork.norden.ee/content.php?nid=254
- ♦ Vene keele e-õpe: <http://gramota.ru/>
- ♦ Soome keele e-õpe: www.yle.fi/opinportti/supisuomea/
- ♦ Soome keele enesekontrolli harjutused: www.edu.fi/oppimateriaalit/suomeaolehyva/soh1/index.htm

Muud õppevõimalused ja info tasuta koolituste kohta:

- ♦ Tasuta e-õppe näidiskursused: www.e-ope.ee/e-oppest/naidiskursused
- ♦ Koolituste andmebaas, kust saab infot ka tasuta kursuste kohta: www.tark.ee/Tasuta-koolitus-o5.html
- ♦ Tasuta inspiratsiooni ja enesemotivatsiooni e-koolitus noortele: www.inspiratsioon.ee/loova-inspiratsiooni-kiirkursus-alustas
- ♦ Tallinna Ülikooli õppejõudude, teadlaste ja välisülikoolide lektorite avalike loengute videosalvestused: <http://tl.tor.ee/?LangID=1&page=list&type=StudiaGeneralia>
- ♦ Raadiosaate „Õöülikool“ loengute arhiiv: www.ylikool.ee/

Suur aia- ja metsatehnika demopäev!

10. aprillil 2010 kell 10 - 14 toimub Rakveres Stokker'i maja tagusel platsil

STIHL, VIKING ja LOGOSOL

toodete esitluspäev.

Näitame kuidas saaramiga palgist laudasid saab teha.

Tule ja proovi kvaliteetseid mootorseadmeid!

Avatud puukujude saagimise töötuba!



Mootorsaag MS 170-D

Ideaalne saag kodumajapidamisse.
2-aktiivne bensini mootor,
võimsus 30,1cm³,
1,3kW,
kaal 4,3kg,
juhtplaad 30cm,
kett 1,3mm 3/8PM3 44 hammast
Favabrid: 2995-



Pakkumise kehtib demopäeva raames ajavahemikul 10.04-17.04.10

NB! Kõikide aprillis vähemalt 2000 krooni eest STIHL, VIKING või LOGOSOL kaupa ostnute vahel loositakse välja Mootorsaag MS 170-D!

STIHL

VIKING

LOGOSOL

Kinesioloogiline teipimine midagi uut!

Kinesioteibi leiutas jaapanlane dr. Kenzo Kase 1970-ndatel aastatel, 1982. a. sai meetod nime: **kinesioteip**. Meetod põhineb eeldusel, et lihaseid ja muid probleemseid kudesid saab ravida välispidise toetuse kaudu. Põhieesmärk teibi pealepanekul on toetada kehaomaseid tervenemisprotsesse spetsiaalse matejali abil ja vastava pealeasetamise tehnika kaudu. See tehnika rajati, tuginedes kinesioloogilisele testimisele ning sealtna saadi ka see teip ja raviviis oma nime. Alates 2007. aastast on meetod kättesaadav ka Eestis. Nüüdseks on juba mitmeid terapeute välja koolitatud ja Eesti esindus loodud.

Teibi materjal on puuvillane, tavaliselt ei tekita mingit allergiat, nahale kleepub akrüülilimi abil. Peal püsib umbes nädala, pärast duši all ja ujumas käimist kuivab vetthülgavate omaduste tõttu kiirelt ja ka muidu ei põhjusta ebamugavust. Tänu teibi materjali nahaomastele omadustele ei ole teda juba mõne minuti pärast peaaegu tundagi. Ei piira igapäevaelu tegevusi nagu töö, sport ja vaba aeg. Valida on roosa, helesinise, musta ja nahakarva teibi vahel, igaühele midagi. Nagu ikka kõige uue puhul, on juba jõudnud turule analoogid, mille omadused (venivus, tõhusus, vetthülgavus, hingavus ja nahasõbralikkus) pole nii head. Hetkel on parim originaalne K-Active teip, mida ka mina kasutan.

Kinesioloogilise teipimise teraapia eesmärk ei ole piirata liikuvust, vaid teha võimalikuks lihaste ja liigeste füsioloogiliselt õige liikumine. Mõnel juhtudel toetab teip traumeeritud liigest, võimaldades sooritada ainult teatud soovitud liigutusi. Pärast teibi pealeasetamist tehakse uuesti testid, et olla kindel aplikaatsiooni pealeasetamise korrektsuses.

Rakendusvaldkonnad:

Kuna meetod on alles noor, käib pidevalt uute kogemuste omandamine, avanevad järjest uued kasutusvõimalused. K-Active teipi soovitatakse kasutada järgnevatel näidustustel:

*valu

*operatsiooni- ja traumajärgses olukorras

*ortopeedias

*spordifüsioteraapias

*lümfiaravoolu häirete puhul (tursed)

*armide korrigeerimine

Sellise laia spektri võimaldab erinev teibi pealeasetuse tehnika (lihas-, korrigeerimis-, fastsia-, lümfi- ja kõõlustehnika).

Teipi asetatakse ka vastündinutele (spetsiaalne) sünnitraumade leevendamiseks ja korrigeerimiseks. Peamised probleemid, mille puhul võib abi saada, on lihase/liigese liikumispiiratus, liigeste rasked, spordivigastused, artriit, lüütsamba probleemid, isemikunärvi valu, epikondüliit (nn. tennisisti küünarnukk), randme karpalkanali pitsumissündroom, lümfiteerise, keisrilõike armide korrigeerimine (ka vanad), suured traumajärgsed hematoomid („sinikad“), halvatusjpm.

Toimed: lihassüsteemi toonuse normaliseerumine, mikrotsirkulatsiooni paranemine, lümfisüsteemi ja valuvaigistava süsteemi aktiveerimine, liigesfunktsiooni toetamine.

Põhiline kasu kinesioteibi pealeasetamisel ilmneb esimese 3-5 päeva jooksul, kuigi teibi toimeefekt võib olla märgatav koheselt. Ka pikema aja pealhoidmisel on jätkuv positiivne mõju.

Nüüd on ka Rakke kandi inimestel võimalus proovida sõna otsese mõttes omal nahal uudset teraapiaviisi. Läbisin just värskest algkoolituse ja olen valmis lihtsamatel juhtudel inimesi abistama. Sügisel on kindlasti plaanis minna jätkukoolitusele ja laiendada kasutusvaldkondi. Parima tulemuse annab teipimine koostöös füsioteraapia, ravivõimlemise ning erinevate massaažiliikidega. Kogu kinesioteipimise protsess ei võta palju aega ja on ka üsna rahakotisõbralik. Õigesti pealeasetatud teip aitab teid 24/7.

Kui nüüd tekkis huvi lähemalt lugeda, siis internetiaadressil www.k-active.ee koduleheküljelt saab lisateavet. Ja kui mõtlete, et äkki see võiks ka minu häda korral aidata, siis helistage või kirjutage, konsulteerime!

Rõõmsat kevadet, olge terved!

Massöör Maret Hiire

Info tel. 56577903k, e-mail: maret.massaaz@gmail.com

Steriliseeri/kastreeri oma kass soodushinnaga

Eesti Loomakaitse Selts koostöös mitmete kliinikutega korraldavad alates 15. märtsist kampaaniat, mille raames on loomaomanikul võimalik oma kass steriliseerida/kastreerida soodushinnaga. Registreerimine operatsioonidele toimub vahemikus 15.03.-11.04. ja operatsioonid toimuvad 01.04.-30.04.

Lisaks sellele on kampaania eesmärgiks juhtida ühiskonna tähelepanu kassidega seonduvatele probleemidele, tõsta inimeste teadlikkust loomade heaolu parandamiseks, kutsuda inimesi üles oma lemmiku eest paremini hoolitsema, neid steriliseerima/kastreerima, et ennetada hulkuvate loomade arvu kasvu ja soovimatutest järglastest vabanemist julmal viisil, samuti vähendada hulkuvate loomade arvu tänavatel. Eelmisel aastal jõudis Eesti varjupaikadest Väike-Maarja loomsete jäätmete käitlemise tehasesse veidi üle 20 tonni lemmikloomi. Lõikamata kass võib saada aastas kuni 20 järglast.

Täpsemat infot kampaania kohta saab aadressilt www.loomakaitse.ee ja telefonil 52 67 117. Operatsioonidele saab registreeruda alates 15. märtsist.

Swedbank



Pangabuss

Kõik oma rahaasjad saate korda ajada pangabussis!

Rakke bussijaama juures peatub
pangabuss üks kord kuus
teisipäeviti kell 15.00-16.30

(II kvartalis: 13. aprill, 11. mai ja 15. juuni)

Bussis saate:

- nõu pangateenuste kohta
- tellida ja kätte pangakaardi
- makse automaadist oma kontole sularaha kanda ja välja võtta
- teha arvuti abil makseid
- sõlmida hoiuseid ja erinevaid lepinguid

Pangabussi sõiduplaan internetis: www.swedbank.ee
Küsi lisa 6 310 310



**Väike-Maarja Õppekeskus ja
Väike-Maarja Gümnaasium**

22. aprillil algusega kell 10.00

AVATUD USTE PÄEV

Väike-Maarja Õppekeskuses on võimalik põhikooli lõpetajatel tutvuda õppimisvõimalustega koka, müüja, autotehnika, puhastusteeninduse ning arvutite ja arvutivõrkude erialadega

Väike-Maarja Gümnaasiumis tutvustatakse õppimisvõimalusi gümnaasiumiastmes ja täiendavaid üldharidusõpinguid kutsekeskhariduse baasil

TULE JA TUTVU MEIE KOOLIDEGA!

Kooli aadress: Pikk tn 1A, Väike-Maarja 46202 Lääne-Virumaa,
Tel. 32 618 92, 3270910, E-post: vmok@v-maarja.ee

Täpsem info koduleheküljelt:
www.v-maarja.ee/vmok ja www.v-maarja.ee/vmgym





Ärgu aastad olgu vaevaks,
hoopis aardeks eluteel.
Selge olgu õnnetaevas,
rõõmus mälestustest meel!

**Önnitleme aprillikuu
juubilare
55. juubelil
REET JEPISOVA**

**65. juubelil
KALLE BREMET
HELMUT LEPPAR
ANNE PARM**

**70. juubelil
ILME ESTRİK**

**75. juubelil
ENDEL POHLAK
LEILI REMMET
MAIA TEDER**

**80. juubelil
AINO SALUMETS**

Jälle tulevad uued päevad,
tulevad üle te õue.
Toogu nad ikka päikesesära,
tervist ja õnne te põue!

Kallid **Meeli ja Piret!**
Palju õnne ja rohkelt kallistusi sünnipäeva
puhul!

Salla Mõisa Selts



Kaks siidpehmet käekest
ja süütut särasilma,
üks väike süda,
mis ei tunne kurja ilma.

Palju õnne
Sigril Hillermaale tütar
ANETTE-LIISI
Kerly Lumiste ja Marko Dede tütar
DELISA
Riina Kupper ja Raul Treial tütar
BERIT
sünni puhul

Vaikib rõõm ja mure,
kõigest jääb järele miski, mis ei sure...

**Mälestame
LEILI POOM**
17.10.1932-05.03.2010
LAINA KIIGEMÄGI
25.07.1932-10.03.2010
JUTA LEPIK
07.07.1927-27.03.2010



Linnuteel süttib üks täht...
Mälestades Hõbeniidi alusliiget
LAINA KIIGEMÄGI
Siiras kaastunne öde Ainole ja kõigile
lähedastele

Hõbeniit

Tänuavaldus

Tahan tänada Üllar Hiiret väga tubli töö
eest võitluses lumega sel raskel talvel!
Aitäh lahtilükatud tee eest!
Heino Liigvallast

Teated

Esmaspäeval, 12. aprillil Salla kaupluse
juures kella 12.00-14.00 **köögivilja- ja
lilleseemnete, tippsibula müük.**
Vähelevinud seemnete või suurte koguste
soovi korral palume eelnevalt teada anda tel
5663 3952 või elosan2@mail.com Olete
oodatud

Rakke raamatukogus kolmapäeval, 14.
aprillil kell 18.30 **mäluturniir "MÄLUKAS"**
- selle hooaja viimane mäng!

Rakke raamatukogus teisipäeval, 20. aprillil
kell 14.00-16.00 müüb Eestis toodetud
trikootooteid OÜ Notton

Silmaarstid külastavad Rakke valda 28.
aprillil, tööd alustavad kella 10.00. Kõigil
soovijatel palume eelnevalt end
registreerida tel. 3260876

Ostan

Soovin osta 80-liitrise **prügikonteineri**,
võib olla kasutatud. Info tel 5034712,
3291442, e-post
katrin.lumberg@gmail.com.

Müüa

OÜ Traksi poes müügil **köögivilja- ja
lilleseemned, tippsibul.** Hinnad soodsad!
Saame tellida ka vähelevinud seemneid,
Teie soove ootame tel 5663 3952 või
elosan2@gmail.com
Pood avatud E-N 10-14, R 10-17, L 10-14

Firma müüb **puidugraanuleid** (pelleteid)
diameeter 8 mm ja 6 mm, alusel 900 kg (60
kotti x15 kg), hind 2250 EEK/tonni + 20%
KM. Alates 3 tonnist on soodsamalt!
Võimalik tellida 1 t kottides (big-bag)
Aadress: Suur-Sõjamäe põik 9, Tallinn. Tel
58 38 03 42 rapsoodia@smail.ee

Müüa 1-toaline rõdu ja keskküttega **korter**
Oru 3 majas I korrusel. Info tel 56466894



Vaid südamesoojus on see,
mis iial ei jahtu.
Möödunud aegade rüpest,
mälestust tagasi toob.

Meie siiras kaastunne lähedastele kalli
LAINA KIIGEMÄGI surma puhul
Rakke valla raamatukogude
Endised töötajad

Kultuurikeskus kutsub

ODAV MÜÜK

Reedel, 9. aprillil kell 13.00 - Leili Põlvast
Pühapäeval, 11. aprillil kell 14.00 - Signe Tartust
Esmaspäeval, 12. aprillil kell 16.00 - Livika Tartust
Kolmapäeval, 14. aprillil kell 16.00 Pekka Soomest
Reedel, 16. aprillil kell 13.00 Tom Põlvast
Esmaspäeval, 19. aprillil kell 16.00 - Signe Tartust

Rakke Vallavalitsus ootab 15. aprillil kell 15.00
kultuurikeskusesse Beebide peole 2009. aastal sündinud
lapsi koos vanemate ja vanavanematega.

18. aprillil kell 12.00 Simuna Rahvamajas selle hooaja
viimane Line-tantsutund. Õpetaja Andrus Lippmaa Saku
Line-tantsu klubist. Osamaks 40.-/20.-

Pühapäeval, 25. aprillil kell 12.00 **VILDIKURSUS**
Kavas kuiviltimine, tasuta. Vildinõela ja villa võimalik osta
juhendajalt! Juhendaja Mary Tammet
Info tel 3260879, 5143011

Vältimaks sügisesi pikki järjekordi, kutsu korstnapühkija juba kevadel!

Et vältida sügisesi pikki järjekordi oma maja südame
hooldamiseks, kutsu korstnapühkija koju juba kevadel! Korrast
ära kütteseadmed, nende väärilt kasutamine, hooldamata ja
järelevalveta jätmise jms tuleohutusnõuete rikkumine võib
põhjustada raskeid tuleõnnetusi.

Jälgima peab, et hoone korsten ja suitsulõõrid on pragudeta ja
puhtad. Kütteseadmeid tuleb hooldada regulaarselt, sest
puhastamata korstnates/lõõrides koguneb tahm ja nõgi, mis
süttides võivad põhjustada tulekahju. Aastaringse puiduga
kütmise korral tuleb kütteseadet ja lõõre puhastada kaks korda,
hooajaliselt kasutatavaid vähemalt üks kord enne kütteperioodi
algust ja gaasikütteseadmeid üks kord aastas.

Ühepereelamu korstnat võivad elanikud ise pühkida, kui selleks
on olemas vajalikud teadmised ja oskused, kortermajade
elanikud peavad tellima kutsetunnistust omava korstnapühkija.
Kütteseadme ostmisel tuleb veenduda kasutamisujuhendi
olemasolus ja selle puudumisel seda müüjalt nõuda. Pliiti,
maja- ja/või saunaahju tuleb kütta mõõdukalt, vastavalt
kasutajajuhendile. Kütte- ja soojendusseadmeid ei tohi
järelevalveta. Küttekollete läheduses ei tohi hoida
küttematerjali ega muid kergestisüttivaid materjale.

Paneme inimestele südamele mitte põletada ahjus
olmejäätmeid! Pakendite põletamisel aurustavad või
kondenseeruvad osad koostisained korstnas. Tagajärjeks on
suitsulõõri ummistumine ja korstna külge jäänud plasti
koostisosade põlema süttimine, mis omakorda võib põhjustada
tulekahju.

Oma maja südant saame korras hoida vaid ise!
Täiendavat infot korstnapühkimise kohta saab päästeala
infotelefonilt

1524 ja veebileheküljelt: <http://www.korsten.ee>

Liina Järvi

Ida-Eesti Päästkeskus
avalike suhete büroo juhtivspetsialist
tel 33 91 912; 51 51 035



Aadress
Rakke Vallavalitsus
Simuna tee 10
Rakke 46301
Lääne-Virumaa

Väljaandja
Rakke Vallavalitsus
telefon 3260870
Faks 32 60873
e-post vald@rakke.ee
Www.rakke.ee

Toimetaja
Korrektor
e-post
telefon

Annika Aasa
Astra Veelmaa
vallaleht@hot.ee
56658704

tiraaz 760
Ilmub kord kuus

materjale avaldamiseks oodatakse iga kuu 25.-ks kuupäevaks