

**AUTOKLAAS**  
**KLAASIDE**  
• MÜÜK  
• KAHJUKÄSITLUS  
• VAHETUS  
• PARANDUS

Rakvere, Vabaduse 12  
Tel 512 4620  
[www.stik.ee](http://www.stik.ee)



LK 2 KALAST NII JA TEISTI LK 5 PILK OSLO RAAMATUKOGUDESSE LK 6-7 TÖÖ

# Kuulutaja

30. september 2022 Nr 36 (1210)

esra  takso  
1300

RAKVERES  
JA  
JÕHVIS

*Grossi*  
TOIDUKAUBAD

Tasuta nädalaleht



POOLITAME

~~HINNAD~~

RAAMID VÕI KLAASID

**-50%**

Pakkumine kehtib prilliraami ja -klaaside koostul.  
Lisainfo kauplustest ja kodulehelt [opti.ee](http://opti.ee)

 [opti.ee](http://opti.ee)  
**Tallinna Optika**

Tallinna  
kesklinnas  
Tallinn, Tartu mnt 6  
+372 661 2106

Tartu  
kesklinnas  
Tartu, Rüütli 1  
+372 740 0900

Viljandi  
Tervisekeskuses  
Viljandi, Turu 8/10  
+372 433 3593

SA Viljandi  
Haiglas  
Viljandi, Pärna tee 3  
+372 434 5480

Tapal  
Tapa, Pikk 7  
+372 325 5383

**KROWN**

NR.1 ROOSTEKAITSE EESTIS

Ära sina lase autol roostetada,  
**KAITSE NIISKUSE JA  
TEESoola EEST!**

Rakvere auto korrosioonikaitse keskus  
Kreutzwaldi 22a | Tel 5817 7000



[www.krownrakvere.ee](http://www.krownrakvere.ee)

## Kuulutaja

**Reklaam**  
reklaam@kuulutaja.ee,  
322 5093

**Kuulutused**  
kuulutused@kuulutaja.ee,  
322 5093

**Tegevtoimetaja**  
Katrin Uuspõld, 322 5092  
katrin.uuspold@kuulutaja.ee

**Müügikonsultant**  
Silja Part, 322 5093  
kuulutused@kuulutaja.ee

**Disain**  
Marimai Kesküla  
Kelli Rannamets

**Väljaandja:**  
AveC Kirjastuse OÜ,  
Tobia küla, Rakvere vald  
Telefon 322 5093,  
toimetused@kuulutaja.ee  
www.kuulutaja.ee

**Kuulutaja ilmub reedeti.**  
Trükk: Printall AS  
Trükiarv: 16 000  
Toimetuse külastus  
eelneval kokkuleppel

**LÜHINUMBER**  
**1242**

**DUO DUO**  
**TAKSO**

**TAKSOBUSS 8**  
**KOHTA JA**  
**KAUBATAKSO**

**Püsi klientidele**  
**hinnasoodustus**

**10%**

**TEL**  
**322 4238**  
**506 3100**



Rakveres valmistab Eesti Rahva Muuseumi peakokk Henari Nõu kohafilee köögiviljapüree ja fenkoli-kurgi-salatiga, serveerida aitab Anelle Reimets Ylicool Cateringist. Foto: Katrin Uuspõld

- TELLIMUSREISID KUNI 59 KOHALISTE TURVALISTE BUSSIDEGA EESTIS JA VÄLISMAAL
- ÕPILASTE JA TÖÖTAJATE TRANSPORT



www.reis.ee Tel 502 5996, e-post rakvere@reis.ee

## UKSEKESKUS

**Spetsiaalselt põhjamaade jaoks valmistatud KVALITEETSED NORDIC SEERIA VÄLISUKSED**



- puidust siseuksed al 90.-
- valged sileuksed al 65.-
- valged profiiluksed al 75.-
- Basic välisüksed al 260.-
- Nordic välisüksed al 320.-
- laudisega välisüksed al 180.-
- korteri välisüksed al 170.-
- tulekindlad EI30 ukseid al 250.-
- tulekindlad EI30 tammespoon ukseid al 390.-

**VÄRVIMINE**  
**PEITSIMINE**  
**LAKKIMINE**

OÜ UKSEKESKUS  
RAKVERE, Narva tn 38B  
Tel 5373 6931, 510 9092  
ravextrans@hotmail.ee, uksekeskus@uksekeskus.ee

Kõik hinnad koos lengidega

[www.uksekeskus.ee](http://www.uksekeskus.ee)

## Kodumaisest kalast valmisid eksklusiivsed praed sõjapõgenikele ja vabatahtlikele

Sel nädalal peeti Kalanduse teabekeskuse eestvedamisel Eestis kalanädalat. Tänavu valmistasid restoranide peakokad kalaroogi kodumaisest raimest, kohast, angersägest ja ahvenast. Rooga pakuti Tallinnas, Jõhvis, Rakveres ja Viljandis sõja tõttu Ukrainast Eestisse põgenenuile ning nende siinsetele vabatahtlikele abistajatele.

Katrin Uuspõld

Koostöös Eesti Peakokkade Ühendusega korraldab Tartu Ülikooli Eesti Mereinstituudi Kalanduse teabekeskus seitsmendat korda kalanädalat.

„Kalanduse teabekeskuse põhiline töö on kaluritega, aga ka kala propageerimine on üks meie ülesannetest. Kui oleme käinud kalanädalaga koolides-üliskoolides, haiglates, sõjaväes, siis meie üks mõte on olnud, et ehk hakkavad ka sealsed köögid oma menüüs rohkem kala kasutama,“ rääkis TÜ EMI kalanduse teabekeskuse juhataja Toomas Armulik. „Eelmisel aastal olime selle projekti raames haiglates ning tahtsime ühtlasi tänada nõnda meedikuid, kes töötasid keerulisel covidi-ajal. Tänavune nädal on puhtalt tänuavaldus Ukraina sõjapõgenike abistavatele vabatahtlikele ning sõjapõgenikele.“

Armulik rääkis, et esmaspäeval oli palju elevust Tallinnas Vabaduse koolis, kus õpivad Ukraina sõjapõgenike lapsed. Oma 600 last käis söömas koolilõunat, mille valmistasid presidendi peakokk Taigo Lepik ja Ylicool Cateringi peakokk Urpo Reinthal – menüüs oli räimekotlett, mille oli garneeringuks Viiratsi Anjerjafarmis kasvatatud anjerjas.

„Üks Ukraina õpetaja kiitis, et kalakotlett maitses nii nagu lapse-

põlves, tema vanaema tegi Odessas selliseid, tal oli äratundmisrõõm. Lapsed aga käisid kättpidi tänamas. Emotsionaalselt oli see väga eriline lõuna,“ rääkis Toomas Armulik. „Ainult Eestis on võimalik see, et presidendi kokk tuleb kooli lastele süüa tegema! Ja temaga tehti ka väga palju selfisid.“

Rakveres valmistab Eesti Rahva Muuseumi peakokk Henari Nõu kohast 120 portsjonit, mida pakuti Aiakeskuse hostelis, kus varem mitmed sõjapõgenikud ajutiselt õibisid.

Lilian Hering on üks kohalikest, kes abistab Lääne-Virumaale saabunud ukrainlasi vabatahtlikuna, varustades neid infoga, juhatahes kandidaerima töökohtadele, kogudes ja jagades olmeasju. Praegu isegi vuristab õmmelda annetatud kangastest voodipesu.

Paljud, keda naine Eestis abistanud, on juba oma kodumaale ka tagasi pöördunud. „Kõik, kes lähe-

vad Ukrainasse tagasi, ütlevad, et kui nad oma kodu on üles ehitanud, pean neile kindlasti külla söitma. Mul tuleb kunagi vist väga pikk reis,“ naerab Lilian Hering.

Toiduportsud maitsva koha ja köögiviljapüreega, mis üle jäid, toimetati termokarpides Rakveres naiste varjupaika ja Rohuaia tänava ühiselamusse, kus sõjapõgenikud elamispiinda üürivad.

Kalanädala raames suitsetas teisipäeval Jõhvis kalatelgis Merino Gastronoomia peakokk Merino Lastik 150 portsjonit Paadi Talus kasvatatud angersäga. Täna, reedel, on Viljandi gümnaasiumis menüüs ahven, millest valmistab Pari Maitse gurmeekokk Silver Ulm 220 portsjonit.

Toomas Armulik Kalanduse teabekeskusest nentis, et paraku on sõda Ukrainas ning energiakriis mõjutanud ka kala tarbimist kõvasti – kalakasvatajatel on kasvanud

kulud ning inimesed jälgivad poes käies üha enam hindu.

„Kui majandusolukord läheb allapoole, siis võib rääkida kala tervislikkusest, aga inimene hääletab oma rahakotiga kana- või sealiha poolt, kui need on odavamad. Ka uuringud näitavad, et kui majandus tõuseb, ostetakse kala rohkem, kui langeb, siis langeb ka kala tarbimine ja eelistatakse loomset valku,“ rääkis Toomas Armulik. „Kui sealiha kilohind on mõnes poes 3.80, aga räime ostad turult 1.50-2 euroga ja selle ära puhastad, on kilohind juba kõrgem ning lisaks pead meeletult tööd tegema, sul tekivad kalajäätmel, see määrab, aega kulub. Selge on see, et sealiha tuleb kätte odavamalt ja väiksema vaevaga.“

Toomas Armulik viitas ka, et kui Konjunktuuriinstituti juhilt Marje Josingult kunagi küsiti, mida teha, et inimesed rohkem kala sööksid, vastanud Josing: tõstke palkasid.

### Eesti Rahva Muuseumi peakokk Henari Nõu soovitab:

**H**enari Nõu soovitab eelistada võimalusel kohaliku eesti kala. Kalanädala raames oli valmistatud ka kohafilee köögiviljapüree ja fenkoli-kurgi-salatiga. Kes soovib kodus järgi teha siis nõuanded on järgmised: kohafilee maitsestada soola-pipraga, panna peale veidi võid ning küpsetada nahk ülevalpool 220 kraadi juures umbes kaheksa minutit.

Püree valmib kartulist, porgandist, bataadist ja pastinaagist, mis hauduvad koos võiga potis. „Aeg ajalt-segada, et põhja ei kõrbe, maitsestada soolaga ja lõpus püree-rida,“ soovitas Nõu.

Serveerimisel kasutas ta ka röstitud seesamiseemneid ning friteeritud kappareid.

Kala puhul on ERMi peakoka sõnul oluline seda mitte üleliia maitsestada. „Lihale pannakse erinevaid vürtse, kuid kala puhul ei tasu seda teha, tapab maitse ära,“ nendib Henari Nõu.

Kuidas kalaga oma toidulauda veelgi rikastada?

„Nii nagu graavitakse forelli ja lõhet, saab ka koha soolata, see on vähe levinud, aga tasub proovida,“ julgustab Henari Nõu. „Ahven on Eestis superkala oma mait-

se poolest. Kui on suurem ahven, saab ta fileed samuti graavida. Väga hea on ahven võiga praetult.“

Praetud räim, marineeritud räim ja räimekotletid on tema tähelepanekul tänases eesti köögis kindlal kohal, küll julgustas ta katsetama uute marinaadidega.

„Kui järgi peaks jääma aga hästi pisikesed kiisad ja ahvenad, siis tihti peale arvatakse, et see on prügi, kuid friteeritud ja maitsestatud on need suurepärased snäkid – friteerimiseks neid puhastama ei pea,“ õpetas Nõu.

Võimalusel soovitab Nõu kasutada jahutatud kala, milles on rohkem maitset ja mis on mahlasem. „Külmutatud kalal läheb mahl välja ja kala ise ei ole enam nii maitsev. Kui siiski kasutatakse külmutatud kala või teisi külmutatud mereande, siis soovitan need sulatada tava-külmikus ning toitu valmistades ära kasutada ka sulanud vedeliku – seal on kala maitset,“ rääkis Henari Nõu.

Külmutatud kohafilee on tema sõnul väga hea koorekastmes: panna fileele vahukoort, võid ja lasta vaikselt küpseda – väga mõnus näiteks keedukartuliga.

„Ja kindlasti sobivad kalale lisandiks erinevad salatid ja köögiviljad,“ meenutas peakokk.



# Raamatukoguhoidjad lasid end parimates raamatukogudes üllatada

Raamatukoguhoidjad ütlevad, et kui kedagi nende valdkonnas eeskujuks võtta, siis tuleks pöörata pilk Põhjamaade ja eriti Norra poole. Lääne-Virumaa Keskraamatukogu töötajad seepärast just äsja Oslos raamatukogude tuuril inspiratsiooni saamas käisidki.

Katrin Uuspõld

Oli aasta 2018, kui Eesti Raamatukoguhoidjate kongress toimus Rakveres ning üks esineja Oslost rääkis täiesti ulmelisest asjast – noorteraamatukogust, kuhu täiskasvanutel asja ei ole. Alates sellest ajast on Lääne-Viru Keskraamatukogu töötajad unistanud võimalusest raamatukogumaailma imeasja oma silmaga näha.

Unistus sai nüüd teoks. Oslo noorteraamatukogu Deichman Biblio Tøyeni\* ukse ette on tõmmatud joon, millest tavapärasel lahtiolekuaga edal alla 10 ja üle 15aastased üle astuda ei tohi. Seepärast ületasid meie raamatukoguhoidjad „piiri“ koos kohaliku raamatukogu juhataja Reinert Mithasseliga paar tundi enne külastajate tulekut.

Neile avanes pilt rohkem eripalgelistest istumisaladest. Legoseintest ja –laudadest. Meisterdamisvõimalustest. Lavast, kus midagi saab sündida. Ekraanist, millele näidatakse filme. Vanast rollerist sisustuselendina. Londoni-stiilis punasest telefoniputkast, mille uksest sisse astudes jõuad hoopis teise ruumi. Veoauto kastist disainitud avatud köögist, kus teha koos lastega tervislikku sööki. Ja muidugi raamaturiuulit. Disainerid olid kõik detailid läbi mõelnud, kuni selleni välja, et laes jooksid siinid, mida mööda sai kardinatega alasid eraldada.

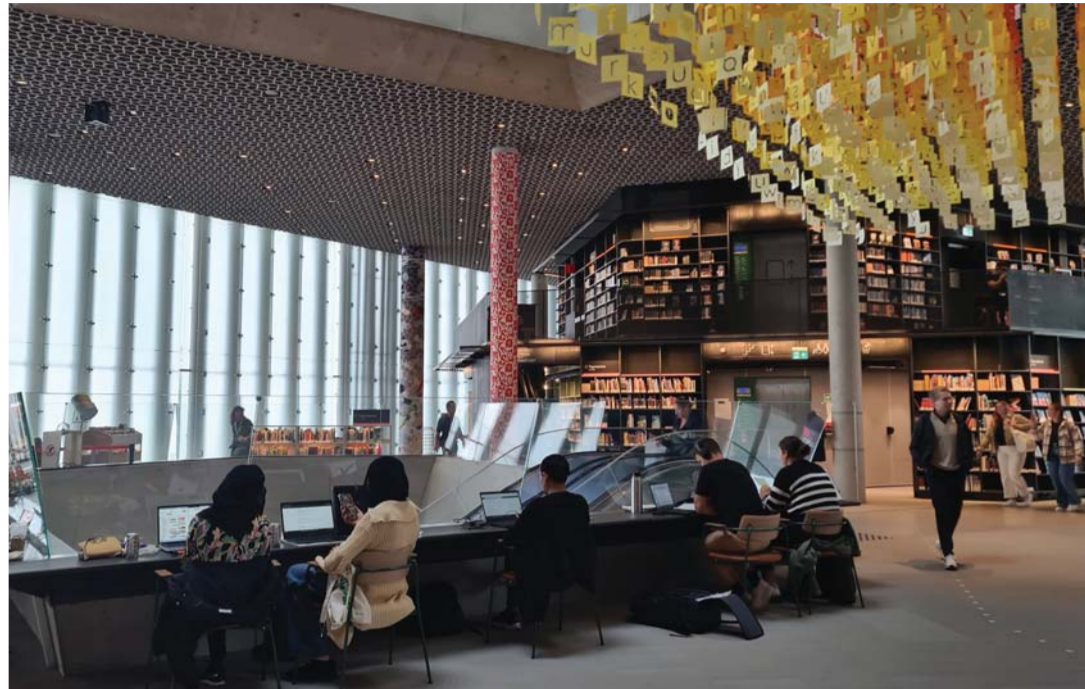
„Raamatukogu loomisel lähtuti eelkõige sellest, mida teismeline noor inimene soovib ja selle väljaselgitamisel olid abiks näiteks arhitektuuri psühholoogid, kes ei küsinud „millist raamatukogu sa soovid“, vaid läbi paljude kaudsete küsimuste: millised on sinu unistused, mis teeb sind õnnelikuks? Selgus, et noored tahavad olla omaette, tihedalt koos, väljas täiskasvanute pilgu alt ja väljas liigest organiseringist. Nad soovivad aega veeta väikestes gruppides, teha seda varjatud turvalistes sopesikes. Samas peab sellest kohast olema võimalus jälgida ümbrust ja teisi noori ning soovi korral võimalus ka end eksponeerida.

Nendest teadmistest disainerid sisekujunduse tegemisel lähtusidki – palju mõnusaid varjatud nurgakesi, põnev ja hubane valgustus, võimalus asju liigutada, sulgeda-avada, ümber paigutada,“ kirjeldas Tiina Kriisa.

Biblio Tøyen on norrakate edu-lugu – noorteraamatukogu võeti appi selleks, et luua noortele sobiv keskkond ja hoida neid nõnda paha-handustesse sattumast. „Tegemist oli sisserändajate piirkonnaga, kus vanemad olid pikad päevad tööl ning noored kippusid halva peale minema. Noored kutsuti pitsat sööma ja neilt küsiti, mida nad tahaksid teha ja kus olla. Nii arenes mõte ühest keskusest. Võeti appi disainerid, kes aitasid keskkonda noore jaoks atraktiivseks ja läbimõelduks luua,“ jutustas Leigi Kütt-Gistvall.

Asi toimis ja nüüd avatakse ka teine sarnane raamatukogu Oslos.

„Biblio Tøyeni juhataja Reinert



Deichman Bjørvika. Foto: Kaili Õunapuu-Seidelberg

Mithassel märkis, et lapsele ei saa kohe „Ibseniga“ pähe lajatada. Ta võrdles raamatukogu Päästarmee-ga, mis tähendab lühidalt, et enne kui minna pühakirja juurde (raamatukogu kontekstis siis raamatute ja kultuuri), tuleb pakkuda sooja tuba, turvalist keskkonda ja täis kõhtu. Inspireeritud siis „Soup, soap, salvation“ -ideest. Seega enne „Ibseniga lajatamist“ tuleb võtta noore usaldus, saada temaga sõbraks ning teha temast igapäevane külaline. Peale seda on lihtne pakkuda ka kõike muud,“ jagas muljeid Tiina Kriisa.

Leigi Kütt-Gistvall selgitas, et nende töötajaskond ei koosne ainult raamatukoguhoidjatest, vaid seal on ka sotsiaaltöötajaid, noorsootöötajaid, tegevusjuhendajaid. „Linn hoiab tänu noorteraamatukogule väga palju raha kokku, mõtekam on tegeleda ennetusega kui tagajärgedega,“ nentis Leigi Kütt-Gistvall.

Tiina Kriisa lisas, et see noorteraamatukogu on võitnud mitmeid rahvusvahelisi auhindu ja saanud palju kuulsust, näiteks valiti ta parimaks rahvaraamatukoguks aastal 2018.

„Nüüd ei pea nemad omale esinejaid otsima, vaid pöördutakse nende poole sooviga oma üritusi raamatukogus läbi viia,“ märkis Lea Lehtmets.

## Maailma parim raamatukogu

Lisaks noorteraamatukogu Deichman Biblio Tøyeni uudistati Oslos ka eelmisel aastal maailma parimaks rahvaraamatukoguks nimetatud Deichman Bjørvikat. Hiigelsuur modernse arhitektuuriga raamatukogu, mida külastab päevas umbes seitse tuhat inimest, asub Norra pealinna kenas arenevas kvartalis otse ooperimaja kõrval.

Kolmas Oslo rahvaraamatukogu, mida väisati, Deichman Stovner, paiknes aga kaubanduskeskuses – nagu neid mitmel pool maailmas leidub.

„Eestis on ikka veel palju arusaama, et raamatukogu on raamatute koht ning raamatukoguhoidja ütleb, kuidas asjad käivad, kuid Oslo raamatukogud olid hästi külastajakesked. Alates juba disainist, ülesehitusest, teenustest – kõik sammud on läbi mõeldud, kuidas oma inimesele võimalikult kasulik olla,“ täheldas Kaili Õunapuu-Seidelberg.

Leigi Kütt-Gistvall täpsustas, et enne kui uut raamatukogu hakatakse üldse looma, küsitakse kohalike inimeste arvamusi ja soove.

Oslos nähtud raamatukogud olid väga rahvarikkad. Rohked istumisnurgad olid hõivatud, inimesed olid laudade taga ja tegid arvutis oma töid, lugesid raamatuid.

Sisekujundus oli väga oskuslikult taaskasutuse põhimõttel: redel raamaturiuuliks, vanadest balloonidest valgustid, vanad ukseid leidsid kasutust nii lugemislaudadena kui ka töönurkade eraldajatenä. „Taaskasutus, säästlikkus sobib väga hästi raamatukogu mõtteviisiga ja loob samas hubasust ja mõni „kolekapp“ võib mõjuda huvitavalt,“ leidis Kaili Õunapuu-Seidelberg.

„Raamatukogudes oli rohkelt isetegemise ruume: 3D-printerid, õmblusmasinad, graafikalauad, t-särki pressid, laserlöikurid, et sa ei peaks neid koju hankima, vaid saaksid kasutada. Välja oli pandud ka mitmeid pille, mida sai õppida video järgi mängima,“ loetles Leigi Kütt-Gistvall.

„Ja teismeliste seas oli väga prestiižne vabatahtlik olla. Nad panid raamatuid õigele kohale, kutsusid liiga valjuhäälselt muutunud lapsi korralla,“ rääkis Kaili Õunapuu-Seidelberg.

## Raamatukoguhoidja on lugeja päralt

Suurt muljet avaldas meie raamatukoguhoidjatele ka Norra raamatukogude tehniline pool. „Raamatukogudes olid laenuus-tagastus-automaadid – raamatukoguhoidja ei tegele seal raamatu „läbi piiksumisega“, vaid suhtleb külastajaga, abistab, nõustab, korraldab näitusi ja tegevusi,“ selgitas Kaili Õunapuu-Seidelberg.

Ehk siis külastaja läheb automaadi juurde ning tagastab sinna oma laenuutatud raamatud ja saab kätte tellitud raamatud. Lisaks on raamatukogus keskne tagastusautomaat, mis raamatul oleva kohaviida järgi sorteerib raamatud kastidesse, ning töötaja sõidutab kasti õige riuli juurde.

Ka on võimalik külastada raamatukogu siis, kui raamatukoguhoidjaid kohal ei ole: oma raamatukogu-kaardi ja pin-koodiga pääseb lugeja iseteenindusautomaadi juurde, saab laenuutada ja tagastada raamatuid,

kasutada arvutit, lugeda. „Nii on raamatukogu avamisae pikendatud,“ märkis Kaili Õunapuu-Seidelberg.

Tema sõnul tehti 70 aastat tagasi Norras väga oluline riiklik otsus, et raamatukogudel peab olema katusorganisatsioon, mille asutajad on kõik Norra omavalitsused, kes seda ühtlasi üleval peavad. „Selline keskus pakub teenuseid kõigile rahvaraamatukogudele: raamatute tellimine, tehniline töötlemine, veebilehekülgede põhjade pakkumine,“ loetles Leigi Kütt-Gistvall. Need on osutunud väga vajalikeks, sest paljudes Norra väikestes rahvaraamatukogudes on paar töötajat, kes saavad nõnda pühenduda külastajatele, selle asemel, et teha tehnilist ja rutiinset tööd.

„Rahvaraamatukogus toetab riik raamatute ostu, aga väga palju panustab kohalik omavalitsus. Raamatukogu on sealses ühiskonnas tõestanud, et on väga tähtis, kohalikud omavalitsused näevad raamatukogu olulise partnerina,“ märkis Kaili Õunapuu-Seidelberg. „Tahaks, et ka meie kohalikud omavalitsused näeksid raamatukogusid enam partnerita. See on võimalus oma teenuste laiendamiseks, elanike kaasamiseks. Raamatukogu on kogukonna elutuba.“

## Kaasa võetud mõtted

Nähtud ideedest, mida saaks ilma suure eelarveta oma raamatukogus ellu rakendada, jäi meie raamatukoguhoidjatel sõelale kaks mõtet: küsida rohkem lugejate arvamust ja muuta keskkonda mugavamaks.

„Teinekord annab ka olemasoleva mööbli ümbertõstmise efekti,“ leidis Kaili Õunapuu-Seidelberg. „Võime öelda, et meil pole nii palju raha kui norrakatel, aga midagi saame ikka teha, kasvõi ruumilahendusi teisiti. Et raamatukogutöötaja ei ole jäigalt leti taga, vaid inimeste seas. Näiteks Tøyenis ei olnud traditsioonilist letti, raamatukoguhoidja toimetas ümara laua taga, kus ei tekkinud tunnet, et lugeja on ühel ja raamatukoguhoidja teisel pool.“

\*Kõik Oslo rahvaraamatukogud kannavad Deichmani nime äri-mehe Carl Deichmani auks, kes 18.sajandil pani oma raamatuannetusega aluse Oslo raamatukogule. Tøyen, Stovner, Bjørvika Deichmani nime taga viitavad linnaosale, kus raamatukogud asuvad.



Deichman Stovner – raamatukogu kaubanduskeskuses, mis on nagu kasvuhoone. Foto: Lea Lehtmets



Deichman Tøyen - uste taaskasutus. Foto Lea Lehtmets



Eelmise aasta maailma parim rahvaraamatukogu Deichmani Bjørvika – paremale jääb ooperimaja. Raamatukogu omapärane kuju on tingitud sellest, et ta ei tohtinud varjata vaadet ooperimajale. Foto Leigi Kütt-Gistvall



Noorteraamatukogu Deichman Biblio Tøyen – arvutiturk. Foto: Kaili Õunapuu-Seidelberg

## Ohutu hammaste valgendamine on suutervisele hea

Hammaste värvuse muutus aja jooksul on paratamatu ning õigeaegse sekkumise ja kaasaegsete meetoditega hammaste valgendamine pigem toetab head suutervist. Küll aga tuleks enne valgendamist aadressi juures veenduda, et hambad ja igemed on korras ning koduseks valgendamiseks valida ohutud tooted.

Benu apteegi kosmeetika konsultant Marite Talbre sõnul muutuvad hambad vanemaks saades tumedamaks hambavaaba ehk email loomuliku kulumise tõttu ning selle allolev tumedam hambaluu tuleb rohkem nähtavale.

„Hammaste värvimuutumise peamised põhjused võib liigitada kahte rühma: väliseks ja sisemiseks muutuseks. Hammaste välisel värvimuutusel esinevad plekid hambaemailil ja nende põhjused on kõige lihtsamini tuvastatavad. Peamised põhjustajad tulenevad elustiilist, toitumisest ja hambahügieenist. Nende mõju ja sellega koos ka värvusemuutus süveneb ajaga,“ selgitab Talbre.

Tugevamad värvi muutjad on tema sõnul toidudained, mis sisaldavad parkaineid. Selleks on näiteks punane vein, aga ka gaseeritud joogid, energiajoogid, tee ja kohv. Ka suitsetamine on oluline hamba värvimuutuse mõjutaja. „Kõige enam ohustavad hamba emaili happelised toidud ja joogid. Hambavaap õheneb ning tumedam dentiin ehk hambaluu paistab paremini läbi, mistõttu muutub hamba värvus kollaseks“. Apteegi konsultandi sõnul on aja jooksul elustiilist tekkivat hambaemaili värvuse muutust keeruline vältida, kuid õnneks on seda kõige lihtsam kõrvaldada.

„Hammaste sisemine värvimuutus seevastu mõjutab hammaste sisemist kihti ehk dentiini. Dentiin võib tumeneda või kollakaks muutuda. Värvimuutus võib olla eriti hästi märgatav kui välimine kiht on õhnenud. Tihti võib sisemise värvimuutuse põhjuseks olla surnud hambaarv. Lisaks mõjutavad seda liigne fluori tarbimine väga noorena, hammaste lagunemine, hamba traumad, eriti närvikahjustusega hamba trauma, teatud ravimid ja geneetika,“ loetleb kosmeetika konsultant.

### Kuidas kodus hambaid valgendada?

Talbre sõnul on hammaste valgendustehnoloogiad aastatega mitmekesisunud ja täiustunud ning hetke märksõnadeks on saanud kiirus ning ohutus. „Kui hambad ja igemed on terved, siis ei ole valgendusprotseduur hammastele ohtlik,“ kinnitab konsultant ja rõhutab eelnevat hammaste ja igemete tervisekontrolli vajadust. „Kui on juba märgata, et hambavärv on muutumas, siis ei tohiks seda tähelepanuta jätta, vaid koheselt uurida, mis aitab probleemi lahendada,“ soovib ta.

Kiirenenud elutempo on konsultandi hinnangul järjest enam tõstnud huvi koduste valgendusvõimaluste vastu. „Enamjaolt on koduseks valgenduseks mõeldud kolm varianti: hammaste valgenduskomplekt, valgendavad hambapastad ja valgendusplaastrid. Kõige parema tulemuse annab korralik kodune valgenduskomplekt, kuna vajalikud ained on hammastega tihedas kontaktis pikemat aega,“ soovib spetsialist. Hambapastad on tema sõnul vähem efektiivsed, kui valgenduskomplekt, sest hambapastad küll valgendavad,



Foto: freepik.com

kuid pigem on nad kasulikud pärast valgendamist tulemuse hoidmiseks.

„Valgendusplaastrid ei pruugi olla väga efektiivsed ja tulemus võib jääda ebauitlane. Seda võib põhjustada tõsiasi, et plaaster tuleb kleepida hammaste peale, kuid hambad ei ole ühtlased ja sirged, vaid kumerad ning mure tekib hammaste vahedega, sest plaastri valgendav sisu ei kata terveid hambast,“ selgitab apteegi konsultant ja lisab, et kahjaks müüakse tihti peale liiga kõrge vesinikperoksiidi sisaldusega valgendusplaastreid ning need on inimesele kahjulikud. Seepärast tuleks koduste valgendustoodete puhul jälgida, et vesinikperoksiidi osakaal neis ei ületaks kuute protsenti.

### Hambavalgendus toetab head suuhügieeni

„Kuna hambaid on meil igaühel vaid üks kompleks ning meie suutervis mõjutab ka üldist tervist ja enesetunnet, siis peaks hea suuhügieen olema iga inimese jaoks prioriteet,“ rõhutab Talbre ja lisab, et hammaste õige värvuse hoidmine on osa

suuhooldusest. „Kodune hammaste valgendamine praegusel ajal on väga efektiivne, taskukohane ja ka kiire. Hambaid valgendades eemaldatakse hammastelt plekid viisil, mis võimaldab neil tugevneda ja tervena püsida. Kindlasti on oluline roll ka toitumisel, sest vitamiinid aitavad kaasa hammaste- ja suutervisele,“ selgitab ta ja juhib tähelepanu, et kõige sobivama hambavalgenduse viisi oskab välja pakkuda inimese suutervist hinnanud hambaarst. „Üldiselt on nii, et inimesed, kelle jaoks on kodune hammaste valgendamine osa suuhoolduse rutiinist, hoolitsevad oma suuhügieeni eest paremini. See on tervisele väga kasulik,“ rõhutab Talbre ja lisab, et terve suu on hea tervise alus.

Apteegi konsultandi sõnul on suutervise seisukohast tähtis meeles pidada ja järgida tuntud põhitõdesid: hoolikas hambapesu kaks korda päevas ja hambavahede niitamine hoiab hambad puhtana, toetab hammaste struktuuri ning aitab vältida igemepõletikku ja teisi igemehaiguseid.

Allikas: Benu apteegid

### Suutervise hoidmiseks:

- Võta hambapesuks aega, pese hambaid kaks korda päevaks vähemalt 2 minutit
- Katsu pärast hambapesu keelega hammaste pind üle, kui tunned, et hambapind ei ole ühtlaselt sile, siis see on märk hambakatust, pese karedad kohad uuesti üle
- Vaheta oma hambaharja iga kolme kuu tagant
- Vähenda suhkrurikaste toitude söömist
- Söö hambaemaili kaitsvaid kaltsiumi rikkaid toite
- Väldi hammaste üleharjamist ja kasuta pehmete harjastega hambaharja
- Kasuta fluoriidi sisaldavat hambapastat
- Väldi hammaste kriginamist
- Käi regulaarselt hambaarsti juures kontrollis

## Soojavee temperatuuri langetamine loob soodsad tingimused bakteri vohamiseks

Terviseameti poole pöörduvad üha rohkem korteriühistuid, kes soovivad energiakuulu kokkuhoiu nimel reguleerida soojavee temperatuuri ülemist piiri. Terviseamet paneb südamele, et korteriühistud peaks kinni sätestatud piirmääradest, sest vastasel juhul võib veevarustussüsteemis hakata vohama legionella bakter.

Terviseameti keskkonnatervise osakonna juhataja Leena Albrehti sõnul loob soojavee temperatuuri reguleerimine trassis soodsad tingimused legionella levikuks. Tegemist on ägeda kuluga bakteriaalse päritoluga nakkushaigusega, mis 5-15% juhul lõppeb surmaga. „Energia säästmine peab olema mõistlik. Pigem tasub lühendada duši all käimise aega, kui muuta veetrassi temperatuuri, mis omakorda võib kaasa tuua bakteri säilimise

ja paljunemise veevärgis,“ selgitas ta.

Albrehti sõnul paljuneb bakter veetemperatuuril +20-45°C ning ei paljune temperatuuril alla +20°C ning üle +60°C. „Seetõttu on oluline, et soojaveesüsteemis oleks vee temperatuur vahemikus 50-60 °C ja külma vee temperatuur mitte kõrgem kui 25 °C (soovitavalt 20 °C),“ selgitas ta ja lisas, et samadest vahemikest on soovitatav lähtuda ka neil, kellel on oma boiler või muu olmevee soojenduse süsteem. Lisaks temperatuurivahemikust kinnipidamisele on oluline veevärgi süsteemide korrashoidmine ja korrapärane kontrollimine. Kuivõrd haigusetkitajate levikule annab soodsas pinnase vee seiskumine, aitab bakterite vohamist vältida torustike regulaarne mehaaniline puhastamine ja läbivoolutamine.

Allikas: Terviseamet

## MÕNE REAGA

### Hea hügieen, uni ja vitamiinid hoiavad viirused koolilapsest eemal

Jahedad ilmad ning viiruste hooaja algus panevad koolilapse immuunsuse korralikult proovile. Apteeker jagab nõuandeid, kuidas laste organismi vastupanuvõimet kasvatada.

Benu Saku tervisekeskuse farmatseudi Ketter Rossi sõnul algab viiruste tõrjumine heast hügieenist. „Kõige tõhusam viis viiruste vältimiseks on sage käte pesemine: koju jõudes, pärast tualetis käimist, enne söömist ja kindlasti pärast kokkupuudet haigega. Samuti tuleks püüda vältida kätega nina ja silmade hõõrumist,“ rõhutab Ross. Organismi vastupanu tugevdamiseks on väga oluline ka hea uni. „Korralik puhkus ja hea uni annavad organismisile võimaluse taastuda ja suurendavad organismi loomuliku kaitsevõimet,“ selgitab apteeker.

Lisaks hügieenile ja puhkusele mängib organismi vastupanuvõime tugevuses suurt rolli vajalike vitamiinide ja mineraalide tase organismis. Laste vitamiinide puudus tuleneb Rossi hinnangul paljuski lapse toidulauast, kas ja kui palju sööb laps liha, erinevaid juur-ja puuvilju ning kas joob piima.

„Kui laps ei tarbi piisavalt piimatooteid võib tekkida tal pikema aja jooksul näiteks kaltsiumi puudus või kui ei tarbita piisavalt liha võib tekkida raua ning B-grupi vitamiinide puudus. Lisaks võib kasvaval lapsel tekkida vajadus võtta juurde kaltsiumi ning sportival ja aktiivsel lapsel suurenenud magneesiumi vajadus,“ toob apteeker muutunud vitamiini vajadusest näiteid. Ühtlasi rõhutab ta, et Eestis on sügis-talvisel hooajal vähe päikest ning D-vitamiini puudujäägi vältimiseks tuleks sel perioodil D-vitamiini lisaks tarvitada.

Apteegist leiab erinevaid immuunsust toetavaid vitamiine ning vitamiinikuuriga võiks alustada kohe uue õppeaasta alguses, mil organism muutunud igapäeväratmiga kohaneb. „Laste immuunsust toetavate preparaadid põhinevad looduslikel koostisosadel ja sisaldavad näiteks leedripuud, punast päevakübarat, kibuvitsa marju või erinevad tsitruselisi,“ loetleb Ross.


„Laste keskendumisvõimele aitavad kaasa B-grupi vitamiinid ning oomega-3-rasvhapped. Näiteks B5 toetab mälu ning aitab kaasa õppimisvõimele ning oomega-3-rasvhapped parandavad mälu ning toetavad keskendumisvõimet,“ toob Ross näiteid. Lastele vitamiine valides tuleks apteekri sõnul tähelepanu pöörata sellele, et vitamiini kogus oleks sobiv ja vitamiin lapsele manustamiseks mugavas vormis. Lapse vanusele sobiva vitamiini leidmiseks ning erinevate lisandite kasutamisel vitamiinide ületarbimise vältimiseks tasuks samuti apteekriga nõu pidada. „Kui aga laps on haigestunud, tuleks vitamiinikuuriga alustada pärast tervenemist,“ soovib ta.

Apteeker tuletab meelde, et lastele vitamiinide annustamisel tuleb silmas pidada, et vitamiinid ei asenda laste jaoks väga olulist mitmekülgset toitumist. Lisaks juhib ta tähelepanu, et erinevate kommi sarnaste vitamiinide tarvitamisel tuleks samuti hoolega jälgida, et laps võtab neid nii nagu on pakendil kirjas.

Allikas: Benu apteek

# ALFA KURSUS

## Mis on sinu küsimus?



Vastuseid aitavad leida:

Peeter Koppel,  
Ilmar Tomusk,  
Hannes Hermaküla jt

**Alates 6. oktoobrist  
kell 18:30**

karmel.ee/alfa

Karmeli Kogutuuus

OG Elektra AS Tobia küla, Rakvere vald  
www.grossitoidukaubad.ee

*Grossi*  
TOIDUKAUBAD

TEENINDAJA TEENIB KUUS

alates 813 €

kuni 1100 €!

- ✓ Pakume vaheldusrikast tööd
- ✓ kindlat sissetulekut ja boonussüsteemi
- ✓ tööalast väljaõpet
- ✓ vahetustega tööd.

VÕTAME TÖÖLE:

# TEENINDAJAJAID

## RANDVERE

PALK alates 980 €

Tööle asumise aeg: koheselt  
Töökoht asub: Randvere tee 115,  
Tallinn, Harjumaa  
Lisainfo telefonil: +372 512 6595

## ELEKTRA

Tööle asumise aeg: koheselt  
Töökoht asub: Tobia küla,  
Lääne-Virumaa  
Lisainfo telefonil: +372 512 6595

## PÕLVA

Tööle asumise aeg: koheselt  
Töökoht asub: Kesk tn 41,  
Põlva, Põlvamaa  
Lisainfo telefonil: +372 5650 8232

## TAPA

Tööle asumise aeg: koheselt  
Töökoht asub: Jaama 1,  
Tapa, Lääne-Virumaa  
Lisainfo telefonil: +372 5919 8142

## MUSTVEE

Tööle asumise aeg: koheselt  
Töökoht asub: Tähe tn 9,  
Mustvee, Jõgevamaa  
Lisainfo telefonil: +372 5911 6474

TRANSPORTTÖÖLISE

## TARTU RAADI

Tööle asumise aeg: koheselt  
Töökoht asub: Keskuse tee 2,  
Tila küla, Tartumaa  
Lisainfo telefonil: +372 5650 8232

VAHETUSVANEMA

## TÜRI

PALK 1000 €

Tööle asumise aeg: koheselt  
Töökoht asub: Viljandi 13a,  
Türi, Järvamaa  
Lisainfo telefonil: +372 516 0639

VANEMTEENINDAJA  
RANDVERE

PALK 1100 €

Tööle asumise aeg: koheselt  
Töökoht asub: Randvere tee 115,  
Tallinn, Harjumaa  
Lisainfo telefonil: +372 512 6595

Dicro Eesti OÜ asub **Rakveres** ja on Soome ettevõtte tütarfirma, kelle põhitegevuseks on elektroonikatoodete valmistamine.

## Seoses töömahu suurenemisega otsime oma kollektiivi **ELEKTROONIKATÖÖST HUVITATUID**

Tööülesandeks on kaablitoode ja juhtmesarjade valmistamine

### Kandidaadilt eeldame:

- täpsust ja hoolsust
- head silmanägemist

### Omalt poolt pakume:

- väljaõpet kohapeal
- tööaega 8:00-16:30
- sõbralikku töökeskkonda
- soodustusi

**Kandideerimiseks saada CV e-posti aadressile: [dicro.eesti@dicro.ee](mailto:dicro.eesti@dicro.ee)**

## LUGEJA KÜSIB:

# Mis saab tänava tööruumide temperatuurist?

Olen tööandjana murelik peatselt saabuvate külmade ilmade ja tööruumide kütmise pärast, sest energiakriis sunnib tegema muutusi. Mida saaksin tööandjana praeguses olukorras teha, et ettevõtte saaks edasi toimida ja töötajad ei peaks külmetama?

Vastab Piret Kaljula, Tööinspektsiooni töökeskkonna konsultant

Töökohas peab olema võimalik vältida tööõnnetusi ja tervisekahjustusi. Töötaja tööruum, sh ruumi temperatuur, ei tohi töötaja tervist ja heaolu kahjustada. Õigusaktides ei ole sätestatud, milline peab olema tööruumide temperatuur. Töökoha sisekliima – õhutemperatuur ja niiskus ja õhu liikumise kiirus – peab olema tööülesande täitmiseks sobiv. Sobiva sisekliima määramisel tuleb arvestada töötajate arvu ruumis, töötajate vaimset ja füüsilist koormust, tööruumi suurust, kasutatavate töövahendite spetsiifikat ning tehnoloogilise protsessi laadi (töötervishoiu ja tööohutuse seaduse

§ 6 lõige 4).

Soovituslikud temperatuurivahemikud lähtuvalt töö laadist on järgmised, kuid mõistame, et kujunenud energiakriisi olukorras ei pruugi nende soovitude täitmine olla võimalik ja tuleb leida muud lahendused:

- töödel, mida tehakse istudes ja mis ei nõua füüsilist pingutust, 20–25 °C;
- töödel, mida tehakse istudes või seistes ehk mis on seotud käimisega ning millega kaasneb mõningane füüsiline pingutus, 19–24 °C;
- töödel, mis on seotud käimisega, väiksemate (kuni 1 kg) toodete või esemete teisaldamisega seistes või istudes ja mis nõuavad teatud füüsilist pingutust, 17–23 °C;
- töödel, mida tehakse seistes, mis on seotud käimisega, väiksemate (kuni 10 kg) raskuste kandmisega ning millega kaasneb mõõdukas füüsiline pingutus, 16–22 °C;
- töödel, mis on seotud pideva liikumisega, suuremate (üle 10 kg) raskuste teisaldamisega ja kandmisega ning mis nõuavad suurt füüsilist pingutust, 15–20 °C.
- Tööruumi sisekliimaga ja sellest tulenevalt

töökorralduse muutmise vajadusega seotud otsuse tegemisel on oluline hinnata töökeskkonna riske, arvestada võimalike tagajärgedega ning võtta kasutusele inimeste tervist säästvad ennetusmeetmed.

Energiakriisile vastu minnes on võimalus üle vaadata töö- ja puhkeaja korraldus, sh piisavate puhkepauside andmine. Puhkepauside puhul on oluline, et neid saaks jahedas töötamisel teha soojas ruumis.

Kontoritöö puhul kasutada kaugtöö kokkuleppeid ja anda seeläbi töötajatele võimalus olla soojemas kodukontoris. Siiski tuleb meeles pidada, et kaugtööd saab teha ainult kokkuleppel, st tööandja ei saa küttekulude kokkuhoiuks sundida töötajat kaugtööd tegema.

Lisaks mõelda läbi tööriietus ja vajadusel tavadid muuta. Tööriideid kandvatele töötajatele soetada vajadusel soojemaid riideid (näiteks soe pesu ja soojemad sokid).

Kokkuvõtvat võib öelda, et kriisile vastu minnes tuleb teha koostööd ja arvestada mõistlikult mõlema poole huve.

Allikas: Tööinspektsioon

**ADVEN**

Ootame oma ida piirkonna (Rakvere) hooldusmeeskonda

## Energiakeskuste hoolduse ja remondi meistrit

Adven on Põhjamaade ja Balti riikide juhtiv energiategenuste pakkuja. Toodame tööstusele auru, soojust ja külma ning pakume erinevaid lahendusi, et parandada ja edendada energia, vee ja materjali kasutamise tõhusust. Meil on tööl üle 400 professionaali ja opereerime kokku üle 300 energiakeskuse. Oleme tegutsenud energiasektoris juba ligi 40-aastat. Eestis on meil töötajaid 90, opereerime üle 120 energiakeskuse, hooldame soojusvõrke kogupikkusega 91 km ja gaasivõrke 260 km. Advenis oleme pühendunud eesmärgile luua energias eelis äri, inimestele ja planeedile.

### Sinu töö eesmärgiks on

tagada hakkpuidu- ja gaasikatlamajade töökindlus ja tõrgeteta soojusenergia varustus meie klientidele sh teostad parameetrite kontrolli, seadistamise, hooldus ja remonditööd, avariiseisakute likvideerimise. Sinu tagada on ka digitaalse hoolduspäeviku ajakohasus ja tööde täitmise vastavus sellele. Lisaks teostad katlamajade vee- ja hakkpuidu analüüsid ning koostootmisjaama generaatori parameetrite jälgimise. Vajadusel asendada hooldustehnikuid (sel ajal töö vahetustega). Piirkonna kontor asub Rakveres, tööpiirkond Lääne ja Ida Virumaa.

### Edu töös tagab

tehniline haridus või tõsine huvi tehnika vastu, katlamajade hoolduse ja remondi kogemus ning teadmised tööstusautomaatikast. Omad B-kategooria autojuhilube, valdad suhtlustasemel eesti ja vene keelt ning oskad kasutada arvutit. Töös oled korrekne, täpne, iseseisev ja hea algatusvõimega meeskonnamängija. Kasuks tuleb B-kategooria elektripädevus, varasem kogemus energeetika ettevõttes ja inglise keele oskus suhtlustasemel.

### Sind ootab

stabiilne, liikuv ja vaheldusrikas töö, vajalik väljaõpe ning võimalus oma töövaldkonna arengus kaasa rääkida. Kuulud kollektiivi, kus hinnatakse kõrgelt tehnilist kompetentsi ja tööohutust. Tööta kaasaegsete seadmete ja töövahenditega, heas töökeskkonnas. Sul on selged eesmärgid ja hea töö eest vastav tasu, mitmeid ettevõttepoolseid soodustusi sh talvepuhkus ning võimalusterohke tervise- ja sporditoetus.

### Kandideerimiseks

Ootame Sinu CV-d hiljemalt **03.10.2022** läbi [www.cvkeskus.ee](http://www.cvkeskus.ee), [www.cv.ee](http://www.cv.ee) või [www.adven.ee](http://www.adven.ee) karjäärilehe. Lisainfo telefonil 5029312



Võtame tööle

## MÖÖBLITISLERI

Eeldame eelnevat töökogemust mööbli valmistamisel ja töötahet valmistada kvaliteetset mööblit.

[someru.moobel@gmail.com](mailto:someru.moobel@gmail.com)  
Tel. 514 3751

**Rakvere, Võidu 27. Info ja registreerimine**  
tel. 5152340 või [tarmo@e-autokool.ee](mailto:tarmo@e-autokool.ee)  
[www.e-autokool.ee](http://www.e-autokool.ee)

- Veoauto- ja bussijuhi (140h) kiirendatud ametikoolitus algab 3.11.2022 kell 10.00
- Veoauto- ja bussijuhi (35h) täienduskoostöö algab 8.10.2022 kell 10.00
- C- ja CE-kategooria koolitus algab 7.11.2022 kell 18.00
- T-kategooria (traktor) koolitus algab 4.10.2022 kell 18.00
- D-kategooria (buss) koolitus algab 4.10.2022 kell 18.00

**Sõbralik koostöö kliendiga ja kvaliteetne teenus!**  
Tel 53 451 061, 324 0893, [www.autosoit.ee](http://www.autosoit.ee)

**RAKVERES** B-kat 04.10 ja 26.10  
NB! TAAS KONTAKTLOENGUD.  
B-kat e-õpe 4.10 ja 6.10  
A, A1, A2, AM, BE, C, CE, D koolitusega võib alustada igal ajal Rakveres ja Jõhvis

**Lõppastme koolitus IGA NÄDAL!**  
**Kõiki kategooriaid saab õppida ka VENE KEELES!**

## ARTML TEOSTAB RASKETEHNIKA REMONTI- JA VÄRVIMIST.

Meie TAPAL asuv töökoda otsib oma kollektiivi

## KEEVITAJAT ning LIIVAPRITSI OPERAATORIT

### OOTUSED

#### KANDIDAATIDELE:

- eesti keele oskus kõnes
- keevitusoskus MIG ja varasem töökogemus keevitajana (kehtib keevitajale)
- tehniline taip ja täpsus
- töötaha ja õppimisvõime, oskus kuulata
- tahe töötada meeskonnas

### PAKUME:

- töökohta Tapa linnas
- motiveerivat üle eesti keskmise töötasu
- võimalust elamispiinnale
- paindlikku töögraafikut
- ametile spetsiifilist väljaõpet

Kui see kuulutus sind kõnetas, siis ootame sinu CV-d ja motivatsioonikirja aadressile [artmltapa@gmail.com](mailto:artmltapa@gmail.com), lisainfo mob 51916311, <https://artml.ee/et/>, leia meid Facebookis: ART ML

## PAKUN TÖÖD

- Pakun välisvee- ja kanalisatsioonitööd: välitööd, trass ja septikud. Kiire! Tel 5353 6865

- Vajan Rakvere laserravi tegijat. Soovitan üksik korralik naine, väljaõppe ja majutus võimalus. Tel 554 6490

- Pakun tööd traktorist-karjakule väikefarmis Lääne-Virumaal. Elamiseks 2toaline korter. Tel 5656 4680

- Tallinna Ülikool otsib oma meeskonda osalise tööajaga kohusetundlikku **maja-hoidjat**. Töökoht: Pikk 40, Rakvere. Maja-hoidja tööülesanneteks on hoones paiknevate ahjude kütmine, territooriumi korrashoid vastavalt aastaajale ja muud töö iseloomust tulenevad ülesanded. Töole asumise aeg: niipea kui võimalik. Täpsem info: Kaire - tel 513 3749

- Otsin **katuseparandajat** (Koila küla ja Aseriaru küla objektidele). Tel 5624 4605
- Otsin Jõgeval **aknapaigaldajat**, V korus. Tel 5624 4605

## OTSIN TÖÖD

- Kogemustega **ehitusmees** otsib tööd. Vahendid ja auto olemas. Tel 5678 2709

- Teostan **maalritöid** Lääne-Virumaal! Tel 5347 3248

# Grassi

## TOIDUKAUBAD

### NÄDALAPAKKUMISED 30.09-06.10

Sea küljeliha, 1 kg



~~5.48~~  
**4.48**



Kodune hakklihasegu Pere, 1 kg  
(pakendatud)



~~3.48~~  
**2.98**



Keeduvorst juustuga, 1 kg



~~2.48~~  
**1.98**



Suitsu-keedu Kodune Sink  
(viilutatud)  
110 g



~~1.28~~  
**0.98**  
8.91 €/kg



Tähelepanu! Vastavalt turusituatsioonile võivad hinnad veel alaneda!

## PAKKUMISED

### 30. september-6. oktoober

Maasuitsu fileeesink, M&M  
(~300 g) 1 kg  
Atria

~~10.98~~  
**8.08**



Suitsusardell Rannarootsi  
500 g

~~2.78~~  
**2.28**  
4.56 €/kg



Maamehe suitsusink Nõo  
(viilutatud)  
105 g

~~2.08~~  
**1.88**  
17.90 €/kg



Küpsetatud maksapasteet Rakvere  
(rõõsa koorega) 200 g  
HK Scan

~~1.68~~  
**1.38**  
6.90 €/kg



Singi-juustu batoon Mamma  
190 g  
Saariainen

~~2.18~~  
**1.88**  
9.89 €/kg



Juustuampsud Mo Saaremaa  
200 g  
2 sorti

~~2.54~~  
**2.24**  
11.20 €/kg



Toorjuust Creme Bonjour  
(laktoosivaba)  
200 g

~~2.34~~  
**2.18**  
10.90 €/kg



Lahja kohupiim Farmi  
200 g / 3 sorti

~~0.94~~  
**0.84**  
4.20 €/kg



Piimajook Aasa  
2,3%, 450 ml  
2 sorti

~~1.38~~  
**1.24**  
2.76 €/l



Kookose- ja mandlijook  
Alpro

~~2.78~~  
**2.18**



~~2.88~~  
**2.34**

Kommikarp Šokolaadinööbid  
125 g

~~2.74~~  
**2.34**  
18.72 €/l



Kommikarp Raffaello  
150 g

~~3.48~~  
**3.08**  
20.53 €/kg



Kompvekid Fazer  
120 g  
2 sorti

~~1.68~~  
**1.44**  
12.00 €/kg



Piimašokolaad Milka  
(tervete päklikitega)  
250 g

~~3.68~~  
**2.68**  
10.72 €/kg



Küpsised Choco Minis Milka  
(piimatäidisega) 150 g

~~1.58~~  
**1.18**  
7.87 €/kg



**OSTAME KOKKU:**  
**VEISEID ja SIGU. Tel: 322 4699, 512 4699.**



Vaata lisaks pakkumisi ja infot kaupluste kohta: [www.grossitoidukaubad.ee](http://www.grossitoidukaubad.ee)

# Grossi TOIDUKAUBAD

## PAKKUMISED 30. september- 6. oktoober

**Roheline tee Lipton**  
(tsitrus) (25 x 1,3 g)  
32,5 g

~~2.14~~  
**1.58**  
48.62 €/kg

**Ekstra-neitsioliiviõli Gourmante**  
Extra Light  
500 ml

~~5.88~~  
**4.64**  
9.28 €/l

**Alkoholivaba kokteilijook Happy Vibes**  
1 l / 3 sorti

~~1.88~~  
**1.58**

**Gaseeritud puuviljavein Wölu**  
(rabarberiga)  
6%, 0,75 l  
**Tähelepanu!**  
Tegemist on alkoholiga.  
Alkohol võib kahjustada Teie tervist.

**Vein Franz Hoffner Riesling**  
8,5%, 0,75 l  
**Tähelepanu!**  
Tegemist on alkoholiga.  
Alkohol võib kahjustada Teie tervist.

**Vein Le Grand Noir**  
13,5%, 0,75 l  
2 sorti  
**Tähelepanu!**  
Tegemist on alkoholiga.  
Alkohol võib kahjustada Teie tervist.

**Liköör Jõhvika**  
18%, 0,5 l  
**Tähelepanu!**  
Tegemist on alkoholiga.  
Alkohol võib kahjustada Teie tervist.

**Liköör Vana Tallinn Toffee Caramel**  
35%, 0,5 l  
**Tähelepanu!**  
Tegemist on alkoholiga.  
Alkohol võib kahjustada Teie tervist.

**Piiritusjook Aramis V.S.**  
30%, 0,5 l  
**Tähelepanu!**  
Tegemist on alkoholiga.  
Alkohol võib kahjustada Teie tervist.

**Piiritusjook Pipra naps**  
35%, 0,35 l  
**Tähelepanu!**  
Tegemist on alkoholiga.  
Alkohol võib kahjustada Teie tervist.

**Maitseviin Viru Valge**  
37,5%, 0,5 l  
2 sorti / Liviko  
**Tähelepanu!**  
Tegemist on alkoholiga.  
Alkohol võib kahjustada Teie tervist.

**Hambahari Max White Colgate**  
Charcoal (soft)  
2 tk

~~2.78~~  
**2.08**  
1.04 €/tk

**Puhastustabletid Corega**  
(hambaproteesidele)  
30 tk

~~4.58~~  
**3.68**  
0.12 €/tk

**Raseeri Venus Breeze 2 in 1**  
(geelribadega)  
Gillette

~~11.48~~  
**8.28**  
PAKKUMINE KERTIB KUNI 20.10

**Raseerimisgeel Satin Care**  
200 ml  
Gillette

~~5.98~~  
**4.28**  
21.40 €/l  
PAKKUMINE KERTIB KUNI 20.10

**Intiimpesuvahend Neutral**  
Sensitive Skin  
250 ml

~~3.58~~  
**2.68**  
10.72 €/l

**Šampoon ja palsam Elvital**  
Dream Length  
200 ml / 250 ml  
L'Oreal

~~3.28~~  
**2.58**  
10.32 €/l

**Juuksevärv Syoss Colour**  
5 sorti

~~5.98~~  
**4.28**  
PAKKUMINE KERTIB KUNI 20.10

**Tampoonid Tampax**  
Compak  
16 tk / 2 sorti

~~4.38~~  
**3.28**  
0.21 €/tk

**Geelkapslid Ariel Allin1**  
(13 pesukorda)  
2 sorti

~~6.48~~  
**4.68**  
0.36 €/tk

**Pesuvahend Woolite**  
(15 pesukorda)  
0,9 l / 3 sorti

**Laste hambapasta Jordan**  
Green Clean  
50 ml / 2 sorti

~~2.88~~  
**1.98**  
39.60 €/l  
PAKKUMINE KERTIB KUNI 3.11

**Lastešampoon Johnson's**  
200 ml

~~2.48~~  
**1.68**  
8.40 €/l

**Niiske tualettpaber lastele Smile**  
44 tk

~~1.88~~  
**1.28**  
0.03 €/tk

**Kummikindad Vileda**  
10+2 tk / 2 sorti

~~3.88~~  
**3.14**  
0.26 €/tk

**Majapidamispaper Zewa**  
Wisch & Weg Design  
2 rulli

~~4.68~~  
**2.98**  
1.49 €/rulli  
PAKKUMINE KERTIB KUNI 3.11

**Aerosoolmürk putukatele Bros**  
400 ml / 2 sorti

~~3.88~~  
**1.98**  
2.20 €/l  
PAKKUMINE KERTIB KUNI 3.11

**Pesugeel Lovela Baby**  
(16 pesukorda)  
1,45 l / 2 sorti

~~6.98~~  
**4.98**  
3.43 €/l

**Laste mähkmed Huggies**  
Classic  
al 40 tk / erinevad

~~9.98~~  
**7.98**  
al 0.17 €/tk

**Naiste sokid**  
(erinevad)  
3 paari / 2 sorti

~~3.98~~  
**2.38**  
0.79 €/paar  
PAKKUMINE KERTIB KUNI 20.10

**Aerosoolmürk putukatele Bros**  
400 ml / 2 sorti

~~3.48~~  
**2.88**  
7.20 €/kg  
PAKKUMINE KERTIB KUNI 3.11

**GROSSI TOIDUKAUBAD** Lääne-Virumaal: Rakveres: TURU KAUBAMAJA, Laada 16, A+. Tel 324 4500; RAJA, Iru pst 2, A+. Tel 322 4360; LY, Vilde 6, B. Tel 322 3250; JOOGID, Vilde 6a, C. Tel 322 3561; Kadriinas: Viru 9, A. Tel 325 5810; Tapal: TAPA KAUBANDUSKESKUS, Jaama 1, A+. Tel 327 0460; Hajjalas: GEA, Vösu 5, A+. Tel 325 1270; Kundas: Kasmäe 12, A+. Tel 322 4700; Tamsalus: PILLE-RIIN, Tehnika 24, A. Tel 322 3925; Väike-Maarjas: Pikk 9, A+. Tel 326 1150; Rakkes: Faehlmanni 38, B. Tel 329 1356; Vinnis: EVE, Sõpruse 5, B. Tel 325 1550; Tobia külas: ELEKTRA, B. Tel 322 4746; Aseris: Tehase 23, A. Tel 337 3033. Ida-Virumaal: Kiviõlis: KEVAD, Keskpuestee 33, A+. Tel 337 4500; Kohtla-Järvel: Outokumpu 13a, C. Tel 337 5000; KALEV, Kalevi 27, A+. Tel 337 4300; Virmalise 2, C. Tel 337 0700; Ahimies: Maleva 23, A+. Tel 332 0633; Estonia pst 30a, A+. Tel 337 2888; Iisakus: Tartu mnt 55, A+. Tel 337 4000; Jõhvis: Tartu mnt 15a, A+. Tel 336 3200; Vokas: Narva mnt 5, A. Tel 332 7000; Narvas: Pähkimäe 2a, A. Tel 354 1441; Pähkimäe 6a, A+. Tel 354 0420; Rakvere 71, A+. Tel 354 0060; Tallinna mnt 52, A. Tel 357 0709; NARVA CENTRUM, Tallinna mnt 47, A+. Tel 356 3350; Jõgevamaal: Jõgeval: Tähe 10a, B. Tel 776 2956; Pargi 1, A+. Tel 747 7050; Mustvees: Tähe 9, A. Tel 772 3700; Põltsamaal: Tartu mnt 1b, A+. Tel 772 3003; Tallinnas: Lastekodu 14, A. Tel 653 4000; Tammsaare tee 93, A. Tel 652 1111; Ehilajale tee 41, B. Tel 679 0666; Paaska 2a, A+. Tel 602 3000; Ümera 13a, B. Tel 607 6888; Endla 53, A. Tel 658 7545; KOTKA KAUBAKESKUS, Põhja Põrnu 21, A+. Tel 609 9722; Kari 3, A. Tel 609 8380; Majaka 28a, A. Tel 659 0000; Väike-Ameerika 6, B. Tel 644 8260; Järveotsa tee 35b, A+. Tel 6 098 222; Randvere tee 115, A. Tel 660 5060; Kivila 26, A+. Tel 6077 500; Vikerbase 23, A. Tel 6004700; Mustamäe tee 41, A. Tel 6001700; Raplamaal: Kohilas: Viikandi mnt 3a, A+. Tel 489 2670; Järvakandis: Turu 1, A. Tel 489 4500; Harjumaal: Maardus: Keemikute 41, A. Tel 644 0599; Haabneemes: Kaluri tee 3, Vimi vald, A. Tel 600 3000; Kuusalus: Mäe 1, A+. Tel 607 6000; Loksal: Rohusa 6, A+. Tel 600 9200; Jüril: TAMMIKU, Anuküla tee 7, B. Tel 609 1630; Kehras: Kose mnt 7, A+. Tel 601 9770; Keilas: Piri 5, A+. Tel 601 3010; Paldiskis: Rae 26, A. Tel 658 1200; Kosel: Kodu 2, A+. Tel 601 4200; Sauel: Pämäsalu pök 1, A+. Tel 600 4300; Lool: Saha tee 9, A+. Tel 600 4900; Kose-Uuemõisas: Kesk tn 1, A. Tel 600 8908; Järvamaal: Paides: Pikk 25, A+. Tel 387 0001; Türit: Viikandi 13a, A+. Tel 387 8666; Järva-Jaanis: Lai 23, A+. Tel 385 3200; Koerus: Paide tee 2, B. Tel 389 7570; Pärnumaal: Väikese Pärnu-Paide mnt 26, A+. Tel 44 39 600; Pärnu-Jaaguipi: Uus 20a, A. Tel 446 0620; Tartumaal: Tartus: Soola 7, A. Tel 776 9802; Keskuse tee 2, Tila küla, A+. Tel 742 6200; Viikandi: Viikandi: Jakobsoni 2, A. Tel 434 0111; Võrumaal: Võrus: Niidu 8, A+. Tel 772 2377; Põlvamaal: Põlvas: Kesk tn 41, A+. Tel 79 22333; GROSSI TÖÖSTUSKAUBAD Lääne-Virumaal: Rakveres: TURU KAUBAMAJA, Laada 16, Y. Tel 324 4600; Tapal: TAPA KAUBANDUSKESKUS, Jaama 1, Y. Tel 327 0462.

Lisainfo \* valitud kauplused: Iida, Jõhvi, Jüri, Kella, Kivila, Kose, Kunda, Kuusalu, Laagna, Loo, Narva Mega, Saue, Turu Kaubamaja, Võru, Tempo, Põltsamaa, Jõgeva Pargi.





**LR KATUSED OÜ**

- Katuste ehitus
- Valtsplekk-katuste ehitus
- Profiilplekk-katused
- Eterniitkatused
- Kivikatused
- Vihmaveesüsteem
- Katuse turva- ja ohutusvarustused
- Katuseaknad
- Aknaplekkide paigaldus
- Müüriplekkide paigaldus
- Plekikantimisteenus
- Liistprofiilide paigaldus
- Fassaadide ehitus (v.a krohvitavad fassaadid)

Tallinna tn 49, Rakvere  
Tel. 5345 9891  
e-mail: info@LRkatused.ee  
www.LRkatused.ee  
www.facebook.com/LRkatused

**TP PLEKITÖÖD OÜ**

Pikaajaline kogemus antud valdkondades:

- Erinevad katusekatte materjalid ja tööd
- Üldehitustööd
- Pleki kantimine
- Vihmaveesüsteemid
- Fassaaditööd

**SOODNE JA KIIRE TELLIMUS MEILT!**

**TERVIKLAHENDUSED**  
(materjal ja paigaldus kõik ühest kohast)

**Kontakt**  
Kontor 325 1730  
Toomas 508 8497  
info@tpplekitood.ee  
www.tpplekitood.ee

Korterite, vannitubade ja trepikodade remont.  
Tel 5553 0770

**Puitaiad  
Vörkaiad  
Väravad  
Terrassid**

TEL: 5888 9999  
WWW.KODUPIIT.EE

**KAARDID ENNUSTAVAD.**  
Tel 900 1727. 24H.  
www.ennustus.ee

**TRIMMERITÖÖD.**  
Ka pikemad koostööd.  
Tel 5555 3356

**SUUR VALIK LASTE ATV-SID ja KROSSIRATAID**

RAKVERE PIKK 6

- VARUOSAD MARGI MUDELITELE
- VARUOSAD HIINA MUDELITELE
- SÕIDUVARUSTUS

**STAR MOTO**

**PROOVISÕIDU VÕIMALUS!!**

rakvere@starmoto.ee  
5637 4243

**ENKI RL OÜ**

**TORUTÖÖD**

Süvavee-, tsirkulatsioon- ja muud pumbad.

Vaata kodulehte  
www.eridus.ee  
324 4103, 5662 1147,  
**KÜSI HINDA!**

Lammutustööd koos prahi ära veoga.  
Tel 5553 0770

**Virumaa katused oü**

KATUSED  
FASSAADID  
ÜLDEHITUSTÖÖD  
VIHMAVEESÜSTEEMID  
KATUSTE TURVATARVIKUD  
PLEKIKANTIMISTÖÖD  
(detaili pikkus kuni 3,8m)

Arto 53 40 65 19  
Marko 53 30 14 55  
virumaa.katused@gmail.com

**TEOSTAME KVALITEETSEID EHTUS- JA VIIMISTLUSTÖID**

- ÜLDEHITUS
- REMONTTÖÖD (KORTERID, MAJAD, KÕRVALHOONED)
- MAJA EHTUS VUNDAMENDIST VÕTMETENI

Kui sulle pakub huvi, siis helista tel 527 4546 või kirjuta meile.  
ardo\_lint@hotmail.com

**MUUD TEENUSED**

**Mahla pressimine** Rakvere piires 50 senti liiter. Mujale kokkuleppel. Pressi ja purustaja rent 40 €/päev. tiu.vali@mail.ee. Tel 5820 5070

- Pressin õunamahla. Tel 5390 9168
- Rakvere linna eakate kodune hooldus. Võtame vastu teie soovide kodusele hooldusteenusele. Info ja registreerimine tel 5384 7407, kuulutus ei aegu!
- Massaažiteraapia. Pakume Rakveres terapeutilist massaaži, kiropraktikat, spordimassaaži, kuputeraapiat. Meie peamine eesmärk on aidata Sul õigesti, efektiivselt ja kiirelt taastuda! Broneeri aeg telefonil 5880 4094
- Hauaplatside hooldus ja korrahooldus. Pakume nii ühekordset kui ka hooajalist hauaplatsihooldust. Tel 5820 7337, lisainfo http://www.kalmistuhoidus.ee
- Pööningute ja keldrite koristus. Tel 5889 2528
- Puude eemaldus teenus Lääne- ja Ida-Virumaal. Tel 5397 3270, kuulutus ei aegu!

**KODU**

- Kas kellegil on pakkuda külmkappi, gaasi- või elektripliiti? Tel 5817 2199
- Koristan aia, kuuri, või garaažinurgast vanaraua. Tasuta ei taha, maksan raha. Tel 517 4143
- Kas kellegil on pakkuda vanu propaani ja happiku balloone? Palun helistada. Tel 5678 0335
- Müüa rahvariide komplekt ja pastlad nr 39; akordion Weltmeister 96 bassi, akordion Manfrini-Itaalia 120 bassi, laste rahvariide pluusid. Info telefonil 5674 0905
- Müüa keraamilised plaadid - 15x15 cm, riidekirist koos madala baarikapiga-individuaaltellimus, fototehnikat ja fotoalast kirjandust. Info tel 5674 0905

Müüa jootmiseks tina 12 kg - 80 pulka ja kampiliga tinatraat läbimõõduga 3 mm - 12 kg. Tel 5646 0712

Müüa kasutatud saunakeris Tapal. Tel 5625 2935

Müüa LED teler 32 tolli LD - 25 €, arvutitool - 15 €, vaip 80x1.50 - 7 €, vaip 2 tk 60x1.20 1 tk - 5 €. Kõik heas korras. Tel 5817 4022

Müüa saksofon - hind 50 €. Tel 5649 1828

**OST**

- Ostan tuhandeid vanaaegseid esemeid, ka mööblit ja väärismetalle. Tühjendusostud majapidamiste likvideerimisel. Raha kohe, koju kutsed tasuta, üle Eesti. Antigiäri Pikk 7, Rakvere. Tel 324 0542, 528 2330, info@hansaantik.ee
- Ostan vene Norma mudel- ja mänguaautosid, pakkuda võib kõike, ka remonti vajavaid. Tel 5672 7175
- Ostan Tarbeklaasi tooteid: vaasid, klaasid, pitsid jne. Pakkuda võib kõike. Tel 507 9984
- Ostan värvilisi Tarbeklaasi vaase, maksan kuni 170 € vaasist. Paku julgelt. Tel 5672 7175
- Ostan Tarbeklaasi ja kristallnõusid, tooteid. Pakkuda võib kõike! Tel 5616 5761
- Ostan vanu eesti- ja nõukogudeaegseid mänguasju. Tel 507 9984
- Ostan garaaži töölauda kruustangid, võib pakkuda ka koos töölauga. Tel 507 9984
- Ostan vana mootorratta, võrri, mopeedi. Pakkuda võib kõike, ka varuosi. Tel 5672 7175
- Ostan roostevabast õlleankru. Tel 5672 7175
- Ostan majapidamise likvideerimisel igasugust vanakraami, ka tänapäeva esemeid, teile mittevajalike esemeid ja antiiki, hinnad head, koju kutsed. Tel 503 1849
- Ostan maale, akvarelle (all nurgas R. Sagrits, E. Kits, R. Uutmaa, E. Okas jne). Pakkuge ka teisi tuntud kunstnikke. Samuti must-valgeid seinapilte ja naiste kujusid. Korralik hind, raha kohe kätte! Tel 5677 0569
- Ostan kuldümündi, hind kuni 500 €. Lisaks hõberahasid. Tel 5590 6683

Ostan NSVL fotoaparate, objektive, vahviküsetajaid Tallinnas. Tel 5607 6805

Ostan ENSV-aegset tarbekunsti (ARS, UKU, LINDA) jne ning märke. Tel 518 0702

Ostan pildil olevad esemed. Värvid võivad erineda. Pakkuge ka teisi Tarbeklaasi vaase ja karahvine. Tel 529 1288



**JR MOTOPOOD KOMISJONIPOOD**

**HINNAD ALL.**

**ATV-D**  
Suure 10-tollise rattaga - 200CC (2950 €), legaalne MS2 kategooria, juhiluba pole vaja, saab ARKI arvele. 250CC (2540 €), 150CC (1600 €); 8-tollise rattaga) - 125 CC (800-950 €), 150 CC (1600 €), 200 CC (1750 €), 250 CC, ATV-D lastele 60CC (400-445 €), pisut suurem 110CC (745 €)

**KROSSIKAD**  
125 CC (785-945 €) - erineva raami kõrgusega; 150CC (1200 €) - õliradiaator. KROSSIKAD lastele bensini ja elektri 300-375 €.

**KROSSIKAS ENDURO**  
150CC 16-19 tolli (1550 €), 250CC 19-21 tolli (1950 €) Elektristarter, spido, tuled, suunatud, peeglid, 5 käiku

**MOOTORID**  
sääraväristajale (170-200 €), mopeedile 110-125CC (260-300 €), rollerile 80CC; 125CC; 150CC (375 €) ATVle (300 €), krossikale 125CC (240 €), 2T 50CC (425 €)

• JALGRATTAID NAISTELE 1-KÄIGULINE 175 € JA 3-KÄIGULINE 195 €

• VARUOSAD, REMONT

Vaata ka Kuldne Börs - mopeedid; rollerid; ATV-d Võimalik osta järeilmaksuga

Ostan kasutatud jalgrataid, rollerid mopeede jm. Rakvere, Vilde 14 (bussijaama vastas)  
• E-R 9.30-17.00, L 9.30-14.00

**Info tel 5648 6638**

Hiina rollerite, mopeedide, atv-de remont ja hooldus.

Motopood

Rakvere Tsentrumis (I korrusel) käsitöövaipade müük T-L 10-14

**MÄNGUASJAPOOD PÖIALPOISS**  
www.poialpoiss.ee

Paide, Keskväljak 3  
Rakvere, Turu Kaubamaja Laada 16  
Tapa Kaubanduskeskus Jaama 1  
Võru, Kagukeskus Kooll 6  
Jõgeva, Pargi 1

**Kupongi esitajale -10% kõik tooted**

E-poes kasuta sooduskoodi: K-KUPONG10

**KÜTE, KÜTTEPUUD**

Müüme Haljalas saetud ja lõhutud küttepuid, kuivad ja toored, lehtpuu, koju vedu 5-10 rm. Tel 505 1528



Müüa kuivi ja tooreid küttepuid, koos kohale toomisega. Tel 514 3328

**JP EHTUSGRUPP**

- Katused (kivi, plekk, eterniit)
- Katuste ja rennide hooldus
- Plekikantimistööd
- Fassaaditööd
- Korterite remont
- Üldehitustööd
- Ühenduskohtadeta vihmaveesüsteemid
- Ventilatsioonitööd

**5633 6291**  
jpehtusgrupp@gmail.com

**Melsen KATUSED TÖÖD**

Teostame lamekatuste ja viilkatuste ehitustööd ning ka katuste remonttööd  
www.melsen.ee  
Tel 5845 5717

- Sise-, välis-, vee- ja kanalisatsioonitrasside ehitus.
- Septikute, imbsüsteemide, mahutite müük ja paigaldus.

Septikutel eurosertifikaat. Tehtud töödele garantii.

INFO: tel 503 5766  
vassivere.tractor@gmail.com  
www.vassiveretraktor.ee

**Ohtlike puude langetamine, puudehooldustööd, hekkide pügamine, kändude freesimine.**

www.puulangetus.eu  
Tel 5822 8154

**WWW.VOODRILAUD.EE**

Müügil:  
Sise- ja välisvoodrilaud Põranda ja terrassilaud Kruntimine ja värvimine

Parimad hinnad!  
Transpordi võimalus!  
Tel. 51 32 021  
www.voodrilaud.ee





# Utopia unistuste elust

Möödunud nädalal jõudis „Kalevi“ varjus kinodesse ka omanäoline ulmfilm „Ära muretse, kullake“, mis pakub pinget ja põnevust viimaste kaadriteni välja ning paistab silma nii hea stsenaariumi kui tasemel näitlejatöödega.

Margit Adorf

Kui vaatate filmi plakati või loete kino kodulehelt selle filmi tutvustust, siis võib film kergesti vaatamata jääda, sest ei üks ega teine pole kuigi paljutõotav. Ometi soovitan näitleja ja režissööri Olivia Wilde filmi kinno vaatama minna, eriti sel juhul kui olete raamatusõber, see tähendab, armastate lugusid ja nende arengut nii nagu tavaliselt raamatud neid pakuvad – alguses veidi aeglaselt ja siis lõpuks suure hooga finaali.

Režissöör Olivia Wilde teeb filmis ka ise ühe rolli, olles kõrvaltegelaseks Bunnyks. See ei ole Wilde esimene täispikk film režissööriina, debüüt jõudis kinodesse 2019. aastal, selleks oli „Booksmart“ ehk „Raamatutark“, mis rääkis tuupureist, kes ühel hetkel avastasid, et oleks suure õppimise asemel võinud ka elu veidi vabamalt võtta. Filmi saatis festivalidel suur edu, muuseas nimetas Hollywoodi kriitikute ühendus Olivia Wilde tol aastal ka parimaks naisrežissööriks.

Aga tagasi praeguse filmi juurde. Nagu ikka ulmfilmide puhul, siis laske end kanda filmi ideest ja ärge laskuge liigsetesse detailidesse, see tähendab, et pole vaja hakata juurdlema selle kallal, kuidas küll kõik see tehniliselt võimalik oleks, et kõrbesse on rajatud niisugune kommuun ja kuidas küll saab inimese aju niimoodi manipuleerida või mis see kõik maksma läheks. Kõik need mõtted, kas see ikka päriselt ka reaalne võiks olla, heitke heaga kõrvale. See on utopistlik ulmfilm, kaasagne mui-



Bunny (Olivia Wilde) ja Alice (Florence Pugh). Olivia Wilde on ka selle filmi režissöör. Foto: Pressimaterjalid

nasjutt, mis jutustab loo sellest, et sinu unistuste elu ei pruugi sugugi olla sinu kaaslaste unistuste elu ja et kõik ei ole kuld, mis hiilgab.

Loo peategelaseks on noor naine nimega Alice (Florence Pugh), kes paistab elavat millalgi 1950ndail aastail, kus mehed lähevad hommikul tööle ja naised on koduperenaistena kodus. Kõigil on seljas vastava ajastu riided, kuulatakse selle ajastu muusikat, meeolu on kantud toonasest kombestikust, ainult et veidike pehmemates toonides, st naised ei paista ülemäära allasurutud olevat. Film ei keskendu sedavõrd mingitele soorollidele, pigem on keskseks just igatsus õnneliku suhte järele.

Esialgul paistab, et kõik on kena, inimesed on rõõmsad ja rahulolevad, aga siis hakkab üks naabrinaine küsimusi esitama ja lõpuks löikab endal kõri Alice silme all läbi. Samal ajal aga on ka Alice juba oma reaalsuses kahtlema hakanud, näeb mõnikord imelikke korduvaid unenägusid. Muidugi viiakse ta arsti juurde ja seletatakse, et see kõik on

psühhoos, stress, valed mälestused, mis tingitud vapustavast vaatepildist.

Kogukonna mehed justkui töötavad kõik mingis ühes kohas, kus tegeldakse maailma paremaks muutmise ja nende boss on Frank (Chris Pine), kelle edutamise nimel mehed kõvasti pingutavad ja kellele kõik kangesti meeltemööda püüavad olla. Mingit hirmsat vägivalda või ususekti või midagi eriti imelikku nagu välja ei paistagi. Ei tundu olevat tegemist hullu teadlasega või sellega, et kuskil on olnud maailmalõpp. Loo käigus saab vaataja üsna palju nuputada, et mis värk siis selle kogukonnaga õige on. Miks seal lahkuda ei tohi, miks korratakse aina seda, et just seal on turvaline ja miks üldse peaks olema kogu aeg õnnelik.

Ma ei saa teile siinkohal ära rääkida seda, kuidas asjad kinoekraanil on lahendatud, küll aga saan öelda seda, et teekond finaali on täiesti nauditav, Florence Pugh teeb hea rolli, ka Olivia Wilde tema kena naabrina on

särav, loodud on parasjagu sobivalt helge, kuid lämmatav õhustik. Pidevalt justkui midagi kuskil pinna all toimub, aga mis täpselt, sellest öieti aru ei saagi. See on filmi edasiliikumise mõttes päris hästi lahendatud.

Kui millegi kallal iriseda, siis mina iriseksin sellesama stsenaariumi kallal, mida ma alguses heaks nimetasin. Loo lõpp jäetakse üsna lahtiseks, ma oleksin sellise suure Hollywoodi filmi puhul tahtnud konkreetsemat lahendust. Samas see nii häiriv ka ei olnud, et oleks terve filmi mulje ära rikkunud. Autoreiks Carey ja Shane van Dyke, ekraanile kohendanud Katie Silberman.

Kes hindavad kostüümiraamasid ja armastavad ajastufilme, siis ilusaid kostüüme saab selles filmis näha ohtralt. Häirida võib kunstiline ja heliline lahendus, mis kipub kohati olema veidi teatraalne, kuid õnneks sellega väga üle ei pingutata, film on kergesti jälgitav ja tekitab kindlasti ka kõneainet. Soovitan vaadata koos kaaslasega, et siis hiljem nähtu üle vaielada.

## KUHU MINNA

### Rakvere Teater

01.10 kell 19 „Suvitusromaan“ s/s, lav. Aare Toikka

01.10 kell 19 „Ilma sinuta“ v/s, lav. Peeter Raudsepp

03.10 kell 19 „Ki(i)vi südamel“ Rakvere Piiritustehas, lav. Jaune Kimmel

04.10 kell 19 „Ki(i)vi südamel“ Rakvere Piiritustehas, lav. Jaune Kimmel

### Lääne-Virumaa

#### Puuetega Inimeste Koda

03.10 kell 13 Südamehaigete ühingu üritus Rohuaia kohvikus. Omaosalus 6 eurot saab tasuta kohapeal ja osalemisest teatada 30. septembriks Piretile telefonil 516 4349

07.10 kell 18 Allergia ja astmaühingu üritus Gustavi majas. Shindo venitused ja hingamine. Allergiavabad smuutid – omaosalus 2 eurot tasuta kohapeal. Palume osalemisest teatada kindlasti 6. oktoobriks! Tel 5342 9043

11.10 kell 13-15 Afaasia tugigruppi koosviibimine Sotsiaalkeskuses, info telefonil 5805 0815 - Ellen Laasberg

11.10 kell 13 Reumaühingu matk Emumäele, info telefonil 5569 5179 - Elle Pohlak.

Buss väljub bussijaama tagumisest parklast.

15.10 kell 12 Kurtide ühingu üldkoosolek kojas. Ootame rohket osavõttu. SMS tel 5341 9502 - Ene Veeremaa

NB! ÕIGUSNÕUSTAMINE PUUETEGA INIMESTELE JA NENDE LÄHEDASTELE, tel 5385 0005 või kirjutada: otb@otb.ee

Õigusnõustamist osutab SA Õigusteenuste Büroo.



## KATARIINA KELDER

Pikk 3, 44307 Rakvere, Lääne-Virumaa

<b>1.10 KalevBand</b>	<b>7 €</b>
<b>8.10 Ivar Hansen ja Irena</b>	<b>7 €</b>
<b>15.10 Sada ja Seened</b>	<b>10 €</b>
<b>22.10 Elumees</b>	<b>10 €</b>
<b>29.10 Veelkord</b>	<b>7 €</b>

Ansamblid alustavad kell 20.00,  
tule varem kohale!

Peolaudade broneerimine  
tel 5040320 või 3223945, kelder@katariina.ee



RAKVERE TEATRIS 11. OKTOBRIL

LIIS AEDMAA / LAURA KALLE

KUI SA TULED,  
TOO MUL LILLI



# Ameerika sportautode

## NÄITUS

1. OKTOBRIL 2022 RAKVERE KESKVÄLJAKUL  
KELL 12.00 – 14.00






TASUTA

**www.hauakivid.eu**  
 Hauakivide ja matusteplaatide valmistamine ja müük  
 Kontakt: 513 2534

**Hauaplatside korrastamine üle Eesti**

Hauapiirete ehitamine ja renoveerimine, hauakivide pesu, liiva ja killustiku vahetus ning muud tööd surnuaias.

Küsi nõu ja pakkumist:  
 tel. 5592 3491; hauaplatsihooldus@muhkel.ee

Linnuse 7, Rakvere  
 Varuosad tel 324 0044  
 Teenindus 324 0055  
 GSM 526 0155

**LINNUSE AUTOKEKSKUS**

**Man filtrid, valik klaasipuhastajaid ja pirne kuni -20%**

**Tule külasta meid ja tee oma sõit ohutumaks.**

Pakkumine kehtib kuni 31.10.2022

**BOSCH OSRAM**

**AUTOASI**

Vaata infot [www.linnuseauto.ee](http://www.linnuseauto.ee)

[www.isovent.ee](http://www.isovent.ee) | [isovent@isovent.ee](mailto:isovent@isovent.ee)

**IsoVent E HITUS**

**Ventilatsioonisüsteemide projekteerimine, paigaldus, hooldus, puhastus, Korterimajade ventilatsioonilahendused**

Puiestee 2, Sõmeru 44201, Lääne-Virumaa  
 Telefon: 513 4946 OÜ IsoVent Ehitus

**TERASKATUS RUUKKI**  
 PARTNER

Ruukki teraskatused  
 Vihmaveesüsteemid  
 Katuse turvatooted  
 Plekksepatööd  
 Üldehitus- ja fassaaditööd  
 Velux katuseaknad  
 Pur vahuga soojustamine

**teraskatus.ee**

TERASKATUS OÜ JAAMA PST 6, RAKVERE  
 5559 6270  
 5565 3842

**KIVEX**  
 FASSAADI- JA SOKLIPLAAT

• PARIMA HINNAGA FASSAADI-, SOKLI- JA TULETÖKKEPLAADID, KROHVIALUSPLAADID

• PROFESSIONAALNE PAIGALDUS

Lääne 36, Rakvere  
 Tel 511 0286  
 reiskapaoy@gmail.com

**PROTTEN**  
*Eesti oma rõivabränd aastast 1993*

- UUS valik rõivaid naistele  
 - Suur valik sügise sülle, kindaid ja kampsuneid

Rakveres asume:  
 Kroonikeskuse 1. korrusel  
 E-R - 9.00-19.00  
 L - 10.00-16.00  
 P - suletud

E-pood: [www.protten.ee](http://www.protten.ee)

**BISON**

**Võsagiljotiin BISON 300 PRO**

BISON 300 Pro on uus ja revolutsiooniline võsagiljotiin, mille omadused ja vastupidavus on klass omaette. Patendeeritud ja hoolikalt läbi mõeldud lahendused koos vastupidavate materjalidega tagavad BISON 300 PRO ülimalt suure töökindluse ja vastupidavuse. BISON 300 PRO võsagiljotiini lai valik lisavarustust annab võimaluse kokku kombineerida just endale sobivaima mudeli.

- Haarad avanevad: 1200mm
- Opereeriva masina soovituslik kaal: 7-20t
- Min pumba tootlikus 80L/min
- Max puu diameeter: 300mm
- Kaal: 500-550kg (olenevalt lisaseadmetest)
- Töörõhk: max 300bar

KONTAKT: [info@bisonest.ee](mailto:info@bisonest.ee)  
 +372 53 315 398  
[www.bisonest.ee](http://www.bisonest.ee)

**CALIDUM**  
 KÜTTELAHENDUSED

\* ÕHKKÜTTE PELLETIKAMINAD  
 \* PELLETIKESKKÜTE

[www.pelletikaminad24.ee](http://www.pelletikaminad24.ee)  
 Calidum OÜ | Kreutzwaldi 12b, Rakvere | Tel. 5818 0046