



SÕBRALT  
SÕBRALE

# Sotsiaaltöö

## MEIL ON AEGA

Aeg on me kõigi jaoks üks väärtuslikumaid varandusi. Ja kuigi me elud ei ole võrdse pikkusega, on meil kõigil siiski ühtmoodi 24 tundi ööpäevas. Jõudsin enda jaoks ühel hetkel järeldusele, et kui ma kellelegi ütlen, et mul pole aega, siis tegelikult ütlen ma, et see või too pole minu prioriteet ehk siis ei ole minu jaoks nii oluline. Sest tegelikult meil on aega. Küsimus on lihtsalt selles, mille jaoks me seda kasutame.

Suvi on see aeg, mil on igati sobiv iseenda igapäevased olulised inimesed/valdkonnad läbi kaaluda ning vajadusel muudatusi teha. Vähemalt minu jaoks on keeruline oma prioriteete sõnastada (ja sõnad on üks asi, ajakasutus sageli teine), nii et selle asemel mõtlesin oma ajakasutusele. (Teine viis saada selge pilt oma prioriteetidest on uurida rahakasutust – kes julgeb, võib lisaks oma kalendrile ka ühe kuu või kvartali lõikes oma kulusid vaadata ja näha, mis on rahakasutuse põhjal meile olulised valdkonnad). Vaatasin oma keskmise töönädala kalendrit ja selle abil sain jälile, mis on praegu minu elus olulisemad tegevused (sest just nendele pühendame me kõige enam oma aega). Kindlasti tahaksin ma teha väikseid, aga olulisi muudatusi oma ajakasutuses ning kui ma ütlen kellelegi, et mul pole aega, siis mõtlen samal ajal, et kas see on tegelikult mu jaoks oluline või ei ole. Kellegi abipalve; ühised ettevõtmised perega; teadlik puhkamine; hoolitsemine oma vaimse ja füüsilise tervise eest; töö; kodu kordaseadmine; lastega mängimine ja aja veetmine; vabatahtlik töö... Kui ütelda ühele tegevusele jaa, siis tuleb millelegi ütelda ei.

Mis on minu ja Sinu elus see, mis väärib kallihinnalist ja piiratud aega?  
Matteuse evangeeliumis on öeldud nii:

“SEST KUS ON SU VARANDUS,  
SEAL ON KA SU SÜDA.”  
(MT 6:21).

Kui aeg on meie varandus, siis kuhu iganes me oma aega panustame, seal on ka meie süda. Olgu meil julgust oma ajakasutus läbi vaadata ja mingu me aeg järjest enam sellele, mis on tõesti meie südant väärt.

*Mitjam Link*

SA Sõbralt Sõbrale tegevjuht

## HOOLIME KOOS LAAGRID

Hoolime Koos laagrid on juba pikalt olnud üks keskkond, mille oleme Sõbralt Sõbrale ja vabatahtlike tiimiga saanud luua lastele ja noortele, kes on majanduslikult keerulisemas olukorras. Oleme näinud, et need laagrid nii talvel kui suvel on olnud lastele mõnikord ainus paik, kuhu nad saavad tulla, veeta turvalises keskkonnas aega koos sõprade, meie vabatahtlikega ja õppida uusi teadmisi ning oskusi.

Sellel aastal tähistas Hoolime Koos laager oma **10. sünnipäeva**. Kokku korraldame Nuutsaku puhkekeskuses kolm laagrit. Ühe laagri talvisel koolivaheajal ning kaks laagrit eraldi vanusegruppidele juunikuus.

Lisaks lõbusale ühisele ajale proovime igas laagris ka olulisi teemasid käsitleda ning sellega suunata lapsi ja noori ka oma elu tõsistele küsimustele mõtlema. Talvelaagris keskendusime vaimse tervise probleemidele. Meie laagri vabatahtlikud jagasid enda kogemusi ja oma isiklike võitlusi vaimse tervise probleemidega nagu ärevus, depressioon, üksildustunne jne. Suvelaagrites keskendusime rõõmu teemale ja proovisime aru saada, kust tuleb meie rõõm ja miks on oluline igapäevaselt seda mõista.

Meie laagrites käib aastas umbes **120 last**, kellest neljandik on pärit Ida-Virumaalt. Seetõttu on meie jaoks oluline ka eesti keelt ja vene keelt kõnelevate laste omavaheline integratsioon ning kahe kultuuri hea koos toimimine. Hästi oluline roll on meie laagri vabatahtlikel, keda igas laagris on umbes **20–25**. Vabatahtlikud tulevad enamasti erinevatest Eesti kogudustest ning nende südames on hoolida lastest ja noortest ja neisse panustada.







Kevadeti proovime sealsamas laagripaigas korraldada vanematele noortele ka töömaleva. Nii kogunesid selle aasta aprilli viimastel päevadel Nuutsakule töömalevasse 23 Hoolime Koos noort Lõuna-Eestist ja Narvast, et üheskoos meie tublide vabatahtlike ja töötajatega Nuutsaku laagrikeskus uueks algavaks hooajaks valmis seada. Noored said erinevate töödega kaasa aidata. Lõhkusime ja seadsime riita puid, koristasime ja pesime maja aknaid ja kämpinguid, riisusime lehti, korrastasime metsaalust ja abistasime köögis söögitegemise ja nõudepesuga. Noored teenisid oma tööga väikese taskuraha. Oluline oli ka aeg, mis saime nendega veeta koos tööd tehes ja vesteldes. Maleva lõpetasime koos ühise matkaga imelises Loodi orus.

Nii laagrite kui malevate puhul on meie jaoks kõige olulisemal kohal suhted. Oleme näinud, et noortel tekivad just vabatahtlikega väga head ja usalduslikud suhted, mis on väga väärtuslikud ja kestavad sageli kauem kui laagrid ise.

*Ave Aviste* Hoolime Koos projektide juht



## SÕBRALT SÕBRALE PÄEV

Sel aastal oli maikuu viimasel pühapäeval esimest korda **EKB liidu kogudustes Sõbralt Sõbrale ja misjoni pühapäev** (Sõbralt Sõbrale on EKB Liidu allasutus). Sõbralt Sõbrale usub, et üks suund misjonikutsel on panustada oma kogukondadesse. See on viis, kuidas väga praktiliselt kehastada Jumala armastust kõigile inimestele. Hoolides lastest, noortest ning murekoormate alla mattunud inimestest, saab Jumal oma koguduse kaudu astuda inimeste eludesse ja tuua tervenemist. Jumala armastus muudab inimeste elusid ja Sõbralt Sõbrale tahab üheskoos kogudustega leida võimalusi, kuidas muuta see armastus nähtavaks ja kogetavaks meie ümber.

Meie misjonitööst käisid maikuu jagamas EEKB liidu kogudustes Sõbralt Sõbrale esindajad. Kokku õnnestus sel aastal küllastada **17 erinevat kogudust**.

„Meie igatsus oli jagada kogudustele terviklikumat pilti, millega liidu allasutus Sõbralt Sõbrale tegeleb, ning seeläbi tugevdada koostööd kohalike kogudustega. Rääkisime, kuidas raskustesse sattunud inimesed saavad praktilist abi ja kuidas saame kogudustele veel rohkem toeks olla selles, et ühiselt Jumala armastust oma kogukondades nähtavaks ja kogetavaks muuta,“ räägib projekti eestvedaja Johanna Rosenväld.

Hiljem meeskonnaringis koguduste küllastamisest emotsioone ja lugusid jagades võisime ühiselt tõdeda, et kohtumised ja osadus loovad alati uusi võimalusi.

Sõbralt Sõbrale päeva tarvis sai tehtud ka video, mis annab lühikese ülevaate meie tegemistest.

Vaata videot siit:

[https://drive.google.com/file/d/1mrqEpKc12XoaZp\\_gINx8xDzI8gtffrWYU/view](https://drive.google.com/file/d/1mrqEpKc12XoaZp_gINx8xDzI8gtffrWYU/view)





## SÖÖ JA SUHTLE

Alates 2021. a sügisest oleme läbi viinud „**Söö ja suhtle**” grupe. Need on kokandusgrupid, mis on mõeldud lastele, kes osalevad meie Hoolime Koos projektides. Selleks saame paaril korral nädalas kasutada imeilusat korterit Tartu kesklinnas. Kohtume kaks korda kuus, et ühiselt süüa teha ja elulistel teemadel juttu rääkida.

Kui me 2021. aastal katsegrupiga alustasime, siis grupi meeleolu võis võtta kokku sõnaga „tohuva bohu”. Saime kiirelt aru, et poistele ja tüdrukutele on vaja eraldi grupe. Mõeldud, tehtud! Kuna poistegrupp kasvas väga jõudsalt, otsustasime, et noorematel ja vanematel võiksid olla eraldi grupid, et oleks võimalik ka sisulisemaid teemasid arutada. Pärast neid muudatusi on koos kokkamine palju rahulikumalt sujunud.

Ühiselt veedetud aja kaudu tuleb laste eludest esile keerulisi teemasid, milles grupi eestvedajad proovivad toeks olla. Kokandusgrupi üks juhtidest, Kerli Saupõld, räägib näitena loo, kuidas tema grupi laps, kes üldiselt oli gruppides hea isuga, ühel hetkel poolt oma toidust alles hakkas hoidma. Ta nimelt ütles, et viib selle koju vennale. Sealjuures venna eest hoolitsemine polnud tema puhul tavaline. Veidi aega hiljem selgus, et nad elavad pigem omapäi ja neil pole täiskasvanut, kes neile korralikku sööki teeks. Kerli sõnul on ta nende poiste peale mõeldes väga tänulik, et:

**1. on võimalus nendega koos kokata, et nad lõpuks ise oskaksid süüa teha;**

**2. on võimalus poisile kokandusgrupist süüa kaasa anda viisil, mis pole lapsele ebamugav vastu võtta (pärast seda hakkasid nad koos suuremaid koguseid valmistama, et lapsed ka järgmisel päeval kodus korralikku sööki saaksid).**



Lisaks jagab Kerli lugu, kuidas tema enda kodus üks kokandusgrupp alguse sai. Nimelt paar aastat tagasi Kerli aeg-ajalt palvetas, et Jumal jõuaks ka nende inimesteni, kes tema väikses külakeses elavad.

Veidi aega hiljem tulid kaks külätüdrukut tema aia taha. Hiljem ka nende vennad – kokku 5 last. Alguses proovis Kerli neid Tartus toimetavatesse kokandusgruppidesse kaasata, kuid see üldse ei toimunud. Siis taipas Kerli, et kuna tema kandi lapsi on 5, siis see ongi juba terve omaette kokandusgrupi jagu! Ta lisab, et tema kodus toimib nende lastega kokandusgrupi läbiviimine palju paremini ja nad ootavad igat korda.

Kokandusgruppide algus ei olnud lihtne, kuid nüüd on meil neli hästi toimivat gruppi viie tubli juhiga! Kindlasti on selle juures oluline osa olnud ka eestpalvetel, mida Hoolime Koos noorte ja juhtide eest on palutud.



**Pildil on poistegruppis tehtud muffinid:**





## NÕUSTAMISKESKUSE ARENGUD

Nõustamiskeskus kahe pereterapeudiga on Sõbralt Sõbrale juures tegutsenud juba mitmeid aastaid, ent nüüdseks on liitunud ka juriidiline nõustaja Riinu Nurme. Nägime, et nii paljudel inimestel on probleeme, mis ulatuvad juriidikasse ning sellealane abi on kuldaväärt.

Riinul on õigusteaduse magistrikraad Tartu Ülikoolist. Magistritöös keskendus Riinu vanemate hooldusõigust puudutavale kohtumenetlusele ja rahvusvaheliselt väljatöötatud lapse õiguste üldpõhimõtetele. Esmajärjekorras tegeleb ta Sõbralt Sõbrale Nõustamiskeskuses õiguslase nõustamisega perekonnaõiguse, sotsiaalõiguse, tööõiguse ja lepinguõiguse valdkonnas. Prioriteediks on koostöös riiklike tugimeetmetega, erialaspetsialistidega ja kohalike kogudustega inimeste jätkusuutlik aitamine ning muredele lahenduste leidmine.



Maikuust alates on meie nõustamiskeskuses tegutsemas ja abivajajatele toeks Mari Adamson, kes on õppinud kogemusnõustajaks. Teemad, millega ta saab toeks olla, on järgmised: ärevus, enesehinnang, noorte emade ja õpetajate pinged. Mari on olnud vabatahtlik Hoolime Koos laagrites ja seetõttu on koostöö temaga ka kogemusnõustamise nurga alt erilist taaskohtumise rõõmu pakkuv.

## KOOLITUSED TAAS FOOKUSES

Veebruarist alates on Sõbralt Sõbrale meeskonna sotsiaaltöö tegemistes tagasi Johanna Rosenvald, kes oli vahepeal lapsehoolduspuhkusel. Sihtasutuse tegevused ja meeskond on vahepeal sedavõrd laienenud, et sellest tulenevalt vajab tema roll meeskonnas värskendust ja uuendust. Johanna tegutseb nüüd peamiselt koolituste korraldamise ja arendustegevusega.

Johanna sõnul on koolitustega seoses eriti suur rõõm sellest, et oleme saanud koolituste korraldamist teha **koostöös Kõrgema Usuteadusliku Seminari (KUS) ja Liidu Noorsootöö Keskusega (LNK)**. Koos tegutsedes tulevad paremad ideed, korralduskoormust saab omavahel jaotada ja loodetavasti jõuame koolitustega nii ka suurema hulga inimesteni.

**12. märtsil** toimus koostöös KUSi ja Salemi kirikuga korraldatud teemaõhtu „**Ärevusest rahuni Jumala abiga**“. Õhtu raames toimus paneelvestlus, milles jagasid oma mõtteid hingehoidja ja vaimulik Meego Rimmel, Sõbralt Sõbrale nõustamiskeskuse psühholoog ja pereterapeut Karita Kibuspuu ning 3D koguduse pastor Valtrik Pihl, vestlust juhtis Johanna Rosenvald. Osavõtt oli arvukas ning nii enne kui pärast saadud tagasiside andis selgelt mõista teema aktuaalsusest praegusel ajal.

**25. märtsil** toimus koos LNK ja Antsla kogudusega korraldatud koolituspäev Lõuna-Eesti koguduste lastetöö tegijatele nime all „**Lõuna-Eesti lastetöö pesakond**“. Ave Aviste ja Lea Edminister jagasid kogemusi selle kohta, kuidas keerulisest taustast pärit lastega võimalikult hästi teha tööd nii koolis kui koguduses. „*Hoolime koos laagrites käivad lapsed on sellel teemal andnud väga palju praktilist kogemust ja oli hea neid tarkusi ka teistele edasi anda,*“ sõnas Ave ning lisas: „*Oli tõesti väga praktiline ja inspireeriv koolituspäev*“.





## KOOLITUSED TAAS FOOKUSES

Suvisel ajal on koolitustest paus, kuid sügisel on koostöös liidu teiste allasutustega tulemas mitu põnevat sündmust:

- **7. oktoobril** Tallinnas koolitus „Rahu võimalikkusest nuti- ja ärevuse ajastul“. Rohkem infot: <https://kus.kogudused.ee/sundmused/koolitus-rahuvõimalikkusest-nuti-ja-arevuse-ajastul/>
- **27.-28. oktoobril** on Tallinnas konverents „Seksuaalsus ja suhted“. Rohkem infot: <https://kus.kogudused.ee/sundmused/konverents-seksuaalsus-ja-suhted/>
- **28. novembril** Tartus koolitus „Eakad ja erilised“.



„Olen oma uuest rollist väga põnevil ja suur rõõm on olla tagasi meie imetoreda meeskonna keskel!“

*Johanna*

*Oleme väga tänulikud koostöö ja iga eestpalve eest!*