



Аренда коммерческих помещений



Горуправа Локса сдает в аренду коммерческие помещения площадью 183,2 м² (в соответствии с Приложением 1) по адресу: улица Таллинн, 49, город Локса (автовокзал) путем письменного предложения с предварительными переговорами. Стартовая цена 4€/м² в месяц.

Дополнительными условиями аренды коммерческих помещений являются:

- арендуемое помещение может быть использовано для организации питания, а также для оказания услуг и ведения торговой деятельности;
- дополнительные расходы, связанные с использованием коммерческого помещения, включая коммунальные услуги, вывоз мусора, страхование, содержание помещений 1 и 8 (Приложение 1);
- ремонт коммерческих помещений должен быть согласован с городской управой Локса (следует соблюдать надлежащую практику строительства и требования, предусмотренные Законом о сохранении наследия);
- арендатор обеспечивает за свой счет выполнение особых условий, необходимых для использования коммерческих помещений;
- обязательство по оплате арендной платы и непредвиденных расходов начинается с момента заключения договора аренды.

Депозит для участия в аукционе составляет 75 евро за ставку и должен быть получен до истечения срока подачи заявок. Депозит должен быть переведен на банковский счет горуправы Локса AS SEB Pank EE241010002025531005. В пояснении указать «Депозит на ставку автовокзала». Депозит не подлежит возврату, если эмитент депозита приводит к провалу аукциона или, как победитель аукциона, не заключает договор на пользование городским имуществом на основании административного акта о предоставлении в распоряжение имущества в соответствии с положениями части 2 статьи 19 Порядка

владения, пользования и распоряжения городским имуществом г. Локса. Если участник аукциона не окажется победителем аукциона или аукцион не состоится по вине организатора, сумма денег, уплаченная в качестве депозита, возвращается участнику аукциона не позднее десяти рабочих дней после проведения аукциона. Депозит, уплаченный победителем аукциона, зачитывается в счет сумм, подлежащих уплате на основании договора при заключении Пользовательского соглашения.

Тендерное предложение (Приложение 2) и 3-летний бизнес-план, включающий справочную информацию о претенденте, должны быть представлены в электронно-цифровой форме не позднее 05.06.2025 года в 10:00 на адрес электронной почты linn@loksa.ee или в письменной форме в городскую управу Локса по адресу: Таллинна, 45, город Локса (ключевое слово: Bussijaama rakumine). Предложения будут открыты 05.06 в 10:30 в помещении городской управы Локса.

Участники, сделавшие квалифицированную заявку, будут приглашены на предварительные переговоры. После завершения предварительных переговоров каждый участник тендера должен сделать окончательное предложение в письменной форме относительно платы за использование имущества и любых дополнительных условий. Победителем тендера с предварительными переговорами является участник аукциона, тендер которого признан городской управой лучшим с учетом установленных сроков и дополнительных условий.

За дополнительной информацией обращайтесь по телефону 509 4088.

Приложение можно найти на веб-сайте правительства города Локса <https://www.loksalinn.ee/uudised-ja-teated>

С днем рождения!

МАЙ



Харри Вийранд 97
Клаудия Орав 97
Лидия Чистова 93
Инесса Болтенко 88
Анна Прокопова 88
Мати Вахер 87
Иван Вербов 86
Валдемара Чичигешева 86
Владимир Весёлкин 85
Вирве Сауе 85
Нина Кононенко 85
Владимир Брискин 82

Велло Ребане 81
Ниина Корченова 81
Раиса Кирилук 80
Зоя Фролова 80
Елена Житницкая 80
Анна Короленко 80
Рейн Кане 80
Александр Спащанский 75
Маре Люнекунд 75
Сергей Жиххарев 70
Меэлис Реммель 70
Галина Печенкова 70

Ниина Белова 70
Юрий Федосеев 70
Светлана Худякова 70

Новые граждане города Локса
Сын
Теодор Отто Лани

Поздравляем родителей!

* Если вы не хотите, чтобы ваш день рождения был опубликован в газете Loksa Elu, пожалуйста, сообщите об этом городской управе Локса (Tallinna tn 45, Loksas) или linn@loksa.ee в письменной форме не менее чем за два месяца.

Кто много делает, тот много успевает!

Традиционный День уборки города Локса снова стал реальностью. Пляжный парк и пляжная зона стали еще чище, и спортивные сооружения также приведены в порядок.

Ученики убрали лесной участок, и до перекрестка Куйвоя они дошли с очень большими мешками мусора. Одни разбрасывают, другие убирают – к сожалению, так оно и есть. Спасибо учительнице Анне Стужиной, которая со своими учениками взяла на себя именно уборку лесного участка. Женщины из Loksa Kompass, взялись убирать территорию, идущую от пляжной парковки к заводу. Достаточно было и людей, чтобы очистить берег моря.

Всего в толоках приняли участие около 45 человек, около половины из которых также пользовались бассейном. Утром НПО Сообщество Локса угостила нас кашей, вареньем, чаем и кофе. Школьные повара приготовили вкусный суп толока, а сотрудники Центра культуры Локса помогли с подачей супа и морса.

Мы также благодарим городских работников по техническому обслуживанию и тракториста Loksa Haljastus. Большое спасибо Карин Ильвес, которая взяла на себя руководство и организацию всего дня. Все прошло отлично! А наша Локса стала еще на мгновение чище! Давайте постараемся соблюдать созданный порядок.

Хиллери Трейсалт
заместитель мэра



Подай заявку на должность заместителя мэра по экономике

Должностные обязанности

Заместитель мэра по экономическим вопросам координирует работу в сферах коммунального хозяйства, управления городским имуществом, территориального планирования, строительства, землеустройства, здравоохранения и охраны окружающей среды в городе.

Мы ожидаем

Мы приглашаем тебя подать заявку, если у тебя есть высшее образование, владеешь эстонским и русским языками на уровне C1 с точки зрения профессиональной лексики, знаком с законодательством в этой области, знаешь принципы бюджетирования, обладаешь необходимыми компьютерными навыками для работы, хорошо переносишь стресс и свободно общаешься, обладаешь навыками принятия решений и ориентируешься на решения. Предыдущий опыт работы в экономическом секторе или в органах местного самоуправления и управления будет преимуществом.

Мы предлагаем|

Мы предлагаем тебе штатную должность с задачей формирования экономического развития



города Локса. Для работы мы предоставляем тебе личный кабинет с современными инструментами в помещении городской управы Локса. В то же время ты можешь работать частично в своем домашнем офисе. Ежегодный отпуск - 35 календарных дней в году. Мы даём тебе возможность пройти дальнейшее профессиональное обучение и принять участие в тренингах. Наша команда небольшая, дружелюбная и отзывчивая.

Информация о подаче заявки

Мы обсудим время начала и базовую зарплату, когда пригласим тебя на собеседование.

Если объявление понравилось, мы с нетерпением ждем твоего ответа с обоснованием, почему ты лучше всего подходишь на должность заместителя мэра города Локса. Пожалуйста, приложи свое резюме и копию документов об образовании, а также запрос на заработную плату и отправь документы с сигнальным словом «заместитель мэра» до **23 мая 2025** года на адрес linn@loksa.ee Если у тебя возникли какие-либо вопросы о должности, обязательно отправь их на наш общий адрес электронной почты linn@loksa.ee или позвони нам по телефону 603 1253.

О деятельности городского собрания

17 апреля в зале городской управы Локса состоялась 39-я сессия X созыва городского собрания Локса. В заседании приняли участие одиннадцать членов собрания: Маргит Амер, Тамара Астахова, Владимир Деулин, Рейн Хейна, Игорь Игнахин, Пирет Касе, Владимир Кольцов, Кайдо Кокма, Роберт Рохтла, Ынне-ла Тедрекин, Елена Тяхт. Отсутствовали Юлия Амиров, Адриана Йордан, Маре Йыгис, Алексей Щепелин. На заседание были приглашены мэр Вярнер Лоотсманн, заместители мэра Андрес Каскла и Хиллери Трейсальт, советник по вопросам развития и окружающей среды Карин Ильвес и секретарь Собрания - специалист по населению Вийве Паюсаар. Заседание вел председатель собрания Рейн Хейна, протокол вела секретарь собрания Вийве Паюсаар. Минутой молчания участники заседания собрания почтили память Хелле Лоотсманн и выразили соболезнования родным и близким умершей. Хелле была членом собрания с 2002 года (состав V-X), мэром Локса с декабря 2002 года по март 2010 года, а затем до конца жизни заместителем председателя собрания. В течение последних 15 лет она организовала работу культуры в Локса. Представляла город Локса в Союзе эстонских городов и самоуправлений и в Союзе

самоуправлений Харьюмаа. Долгое время была заместителем председателя правления Союза самоуправлений Харьюмаа и председателем комитета по образованию и культуре, членом LEADER совета Палаты развития, представителем совета в попечительском совете гимназии Локса. Хелле была награждена орденом отличия города Локса, премией Вйяке Холмера и орденом отличия Харьюмаа за многолетнюю успешную работу в качестве мэра, члена Собрания и активного общественного деятеля. Собрание учредил Спортивный центр Локса и Центр культуры Локса, учреждения, находящиеся в ведении городской управы Локса, и утвердил уставы этих муниципальных учреждений. Обязанность города Локса как самоуправления организовывать культурную и спортивную работу в городе вытекает из закона. В Локса спортивные и культурные мероприятия организуются городскими фондами Loksa Sport и Loksa Kultuur. Согласно решению собрания, до 31 мая 2025 года. Из основных операционных расходов фондов только 1/5 покрывается доходами, полученными за оказание услуг, остальная часть покрывается из городского бюджета. Государственные субсидии местным органам власти сократились. Минфин и городской аудитор поставили под

сомнение непрерывность деятельности фондов, так как финансовые показатели учреждений не соответствуют требованиям. При создании муниципального органа доходы и расходы спортивного центра и центра культуры будут отражены в бюджете города. Финансовое положение спортивного и культурного сектора города не изменится, но бухгалтерская картина будет более красивой. Собрание постановило, что с 1 июня 2025 года начнется деятельность учреждений, находящихся в ведении городской управы – Спортивного центра Локса и Центра культуры Локса. Городскому управлению было поручено организовать перемещение деятельности, имущества и сотрудников фондов. Фонды будут сохранены. Если будут открыты меры поддержки, через них можно подать заявку на финансирование проектов города. При этом город может подать заявку и на другой проект.

Собрание делегировало задачи органа местного самоуправления и его органа, предусмотренные Законом о чрезвычайном положении, правительству города Локса. Задачи кризисного управления и гражданской защиты требуют оперативных действий в

кризисной ситуации и, в зависимости от кризиса, управления чрезвычайными ситуациями. Поэтому собрание решило делегировать городскому правительству задачи, вытекающие из Закона о чрезвычайном положении и законодательства, изданного на его основе. Правительство города получило права на: 1) устанавливать описание жизненно важной услуги, предусмотренной Законом о чрезвычайных ситуациях, и требования к непрерывности жизненно важной услуги; 2) устанавливать иное законодательство, необходимое для реализации Закона о чрезвычайном положении; 3) назначать должностное лицо или должностных лиц, в задачу которых входит организация исполнения обязанностей, делегированных Правительству города.

С материалами заседаний горсобрания можно ознакомиться на сайте города <https://loksalinn.ee/juhtimine-ja-majandus/linna-juhtimine/linnavolikogu/istungite-paevakorrad-ja-eelnoud/> Более подробная информация о деятельности самоуправления Локса www.loksalinn.ee

Рейн Хейна, Председатель собрания

КОНЕЧНО, У НАС ПОЛУЧИТСЯ!

В Локса в течение весны предпринято несколько необходимых шагов для повышения готовности к кризисам.

Когда мы думаем о том, как себя вести, что делать, что нам нужно иметь, кризисная ситуация уже не кажется такой критической. Хотя — это все еще требует от нас выхода из нашей ежедневной зоны комфорта.

Важно, чтобы мы знали, продумывали, держали запасы и разыгрывали кризисные ситуации в каждой семье и общине Локса.

Информационные листовки скоро будут доставлены в почтовые ящики всех жителей Локса, откуда хорошо подсматривать, как подготовиться к кризисным ситуациям - что делать, что учитывать, как хранить припасы дома, где получить информацию.

В марте-апреле Локса провела в общей сложности 10 обучений по подготовке к кризису, которые провели Эльба Лумисте и Эйли Эрг, прошедшие соответствующую подготовку в рядах Naiskodukaitse. Хорошими советами делились во время обучения - например, знали ли вы, что дома рядом с открытой упаковкой пищевых продуктов также

может быть одна запасная упаковка, которую можно использовать, когда первая упаковка пуста, и купить новую запасную упаковку в магазине? И как мешок для мусора может стать туалетом? Или что означает привычка «заправлять верхнюю половину»? Почему дома должны быть копии документов, в том числе документов, подтверждающих образование? Небольшие изменения в повседневном покупательском и потребительском поведении помогают нам лучше подготовиться к кризисам. С участниками также обсуждались ситуации, когда соседи вместе - зная и поддерживая друг друга - могут лучше справиться и чувствовать себя в безопасности в кризисной ситуации, чем каждый сам по себе. Интерес к такому обучению мог бы быть, однако, больше среди жителей нашего города - жители Локса, способные справиться самостоятельно в условиях кризиса, снижают нагрузку на общественные системы. Приведение их в действие в начале кризиса неизбежно потребует времени и может не сразу дойти до каждого нуждающегося.

24-25 апреля Спасательный Департамент и органы местного самоуправления провели совместные антикризисные учения «Весенние каникулы», где кризисный комитет города Локса также мог продумать, обсудить и попрактиковаться в

предоставлении общественных услуг в кризисных ситуациях. Есть ли у нас «кризисный магазин», когда и при каких условиях мы можем держать школу и детский сад открытыми, как долго и как мы можем поддерживать общественную систему водоснабжения и канализации? Образовательные выводы показывают, что для обеспечения готовности к кризисным ситуациям Локса необходимо сделать несколько дополнительных инвестиций и развивать сотрудничество с различными (добровольными) организациями, к которым можно обратиться за помощью в кризисной ситуации. Основываясь на этом опыте, мы скоро будем готовы опубликовать кризисный план города Локса на сайте города, чтобы все желающие могли ознакомиться с ним и найти полезные советы. Каждый житель города Локса должен оценить, насколько мы готовы к различным кризисам, как индивидуально, так и вместе, и что еще нам нужно сделать, чтобы уменьшить последствия кризисов.

Для тестирования и повышения готовности к кризисам дома хорошо скачать OLE VALMIS/БУДЬ ГОТОВ/-приложение, созданное Naiskodukaitse, которое предоставляет ценные рекомендации на эстонском, русском, английском

и украинском языках.

Чтобы справиться вместе, нам нужен вклад каждого из нас - тогда мы сможем с этим справиться. Конечно!

Эйли Эрг
Naiskodukaitse

Лидером кризисного плана сообщества Локса является общество НПО Локса, Карин Ильвес, а партнерами по сотрудничеству - Эльба Лумисте, Кайтселиит и Эйли Эрг, Naiskodukaitse. Подготовка кризисного плана сообщества Локса поддерживается Министерством внутренних дел и Фондом гражданского общества в размере 6250,14 евро

KÜSK Kodanikuühiskonna Sihtkapital

SISEMINISTERIUM

Правительство города Локса объявляет конкурс на должность РУКОВОДИТЕЛЯ ПРОЕКТА ЦЕНТРА КУЛЬТУРЫ

Центр культуры Локса — это учреждение, находящееся в ведении городской управы Локса, которое начнет работу 1 июня 2025 года. Центр культуры занимается организацией, координацией и продвижением мероприятий, связанных с продвижением культурной сферы города Локса, а также сохранением культурных традиций.

Описание работы

участвовать в организации повседневной работы центра культуры
руководить реализацией отраслевых проектов

Требования к кандидату

знание сферу культуры
знание проектной работы
опыт управления людьми и процессами
владение эстонским языком на уровне C1, владение русским языком на уровне B1

Мы предлагаем

интересную и разнообразную работу
возможность внести свой вклад в развитие сферы культуры в крае Локса
возможность самореализации и поддерживающего сообщества

Данные должности

0,5 ставки
время поступления на работу по договорённости
зарплата по договоренности

Чтобы подать заявку, мы ждем заявление, биографию, резюме и копию документов, подтверждающих образование с пометкой «Руководитель проекта центра культуры» до **23 мая 2025 года** на адрес linn@loksa.ee.

Информацию можно получить по адресу linn@loksa.ee или по телефону 603 1253.



Правительство города Локса объявляет конкурс на должность РУКОВОДИТЕЛЯ ПРОЕКТА СПОРТИВНОГО ЦЕНТРА

Спортивный центр Локса — это учреждение, находящееся в ведении городской управы Локса, которое начнет работу 1 июня 2025 года. Спортивный центр занимается организацией, координацией и продвижением мероприятий, связанных с популяризацией спорта в городе Локса, а также сохранением спортивных традиций. Спортивный центр управляет спортивными зданиями и сооружениями, принадлежащими городу.

Описание работы

участвовать в организации повседневной работы спортивного центра
руководить реализацией отраслевых проектов

Требования к кандидату

знание спортивной сферы
знание проектной работы
опыт управления людьми и процессами
владение эстонским языком на уровне C1, владение русским языком на уровне B1

Мы предлагаем

интересную и разнообразную работу
возможность внести свой вклад в развитие спортивной сферы в крае Локса
возможность самореализации и поддерживающего сообщества

Данные должности

0,5 ставки
время поступления на работу по договорённости
зарплата по договоренности

Чтобы подать заявку, мы ждем заявление, биографию, резюме и копию документов, подтверждающих образование с пометкой «Руководитель проекта спортивного центра» до **23 мая 2025 года** на адрес linn@loksa.ee.

Информацию можно получить по адресу linn@loksa.ee или по телефону 603 1253.



ДЕТСКИЙ САД ЫННЕТРИЙНУ города ЛОКСА принимает на работу по конкурсу УЧИТЕЛЯ ДЕТСКОГО САДА с нагрузкой 1,0



Если ты чуткий, добросовестный и любишь работать с детьми, мы приглашаем тебя присоединиться к нашему коллективу. Предыдущий опыт работы в учебном заведении будет преимуществом. Заявление, копии резюме, документы, подтверждающие образование и владение эстонским языком, должны быть представлены не позднее 30 июля 2025 года по адресу: Lasteaia 3, Loks, 74805, Harju maakond или по электронной почте: lasteaed@loksa.ee

Время приступления к работе: 01.09.2025
Информация: тел. 622 9187 или e-почта: lasteaed@loksa.ee

На твоей земле растет опасный борщевик?

В Эстонии успешно проведен контроль за чужеродными борщевиками на более чем 800 гектарах. Там уничтожены растения и колонии больше не существует. Однако работа по предотвращению Департамента по охране окружающей среды сама по себе не может решить всю проблему. Вклад землевладельцев является ключевым.

Есть еще участки чужеродных борщевиков, которые необходимо контролировать и уничтожать при появлении растений. Кроме того, каждый год обнаруживаются новые, более отдаленные места произрастания: на берегах водоемов, в лесах и кустарниках. Также в этом году Департамент по охране окружающей среды организует государственное удаление борщевика, но в то же время Департамент готовится передать ведущую роль удаления борщевика землевладельцам в течение трех лет. В этом году землевладельцы получают уведомление от Департамента по охране окружающей среды о зарегистрированном месте размножения чужеродного борщевика.

Почему повышается роль землевладельцев? Для того, чтобы исключение чужеродных видов было успешным, интерес и ответственность землевладельцев должны возрасти в дополнение к деятельности государства. Подобно тому, как землевладелец защищает свою землю от отходов и загрязнения, он также должен следить за тем, чтобы там не размножались чужеродные виды, угрожающие нашей природе.

Волей-неволей, с годами прибавляется проблемных чужеродных видов. Объем работы, необходимой для борьбы с ними, растет, и страна не может бороться с этим в одиночку. Необходим вклад каждого.

Зачем нужно уничтожать борщевика?

Борщевик Сосновского и гигантский попали в список запрещенных чужеродных видов в Эстонии. Их нельзя выращивать или позволять им

распространяться. Оба вида успешно захватывают природные территории. Кроме того, сок этих растений может быть опасен для человека, так как в сочетании с солнцем может вызвать повреждение кожи (покраснение, волдыри и даже язвы). Дети особенно чувствительны к соку растения. Уничтожение чужеродных борщевиков поможет сохранить ваше место жительства в безопасности для вас и ваших соседей.

С чего начать? Прежде всего стоит проверить, зарегистрировано ли на земельном участке местонахождение чужеродного борщевика. На сайте Департамента охраны окружающей среды в подразделе борщевика можно найти карту, на которой перечислены известные места произрастания, а также инструкцию по распознаванию борщевика. Желательно затем осмотреть свою землю на месте, так как чужеродные борщевика также могут распространиться в неожиданные места, такие как лесосеки или лесные тропы.

Как землевладелец может внести свой вклад?

Передача работы по борьбе землевладельцам будет происходить постепенно. В этом году работу по борьбе организует Департамент по защите окружающей среды. В следующем году землевладельцы возьмут под контроль те колонии, которые почти разрушены или которых легче уничтожить. В 2027 году к территориям, контролируемым землевладельцами, добавятся колонии среднего размера, а с 2028 года ответственность за контроль над всеми колониями перейдет к землевладельцам.

Уничтожение не опасно, если оно проводится в то время, когда растения маленькие и защищать кожу от контакта с соком растений.

Наиболее эффективным способом борьбы с чужеродным борщевиком является выкапывание и уничтожение растений. При борьбе с сорняками с помощью гербицидов рекомендуется

воспользоваться услугами специалиста. О том, как безопасно уничтожить чужеродный борщевик или заказать услуги по искоренению, можно подробнее прочитать на сайте Департамента по защите окружающей среды в подразделении борщевик.

Поскольку одно растение может производить десятки тысяч семян, которые остаются способными прорасти в почве в течение длительного времени, успех уничтожения зависит от постоянства. Даже если растения не прорастают, необходимо следить за колонией в течение нескольких лет.

Как предотвратить попадание борщевика на вашу землю?

Если жилье расположено в районе, где распространяется чужеродный борщевик, внимательно следите за своей землей. Когда вы заметите первые растения, немедленно избавьтесь от них.

Если вы заказываете почву или растительный материал для своей земли, убедитесь, что в месте происхождения нет чужеродного борщевика.

При эксплуатации или работе на участке с чужеродным борщевиком очистите ботинки, инструменты и машины, чтобы предотвратить дальнейшее распространение семян.

Выкапывайте растения весной, когда они маленькие, и избегайте контакта с соком растений. Когда вы действуете спокойно в нужное время, работа безопасна.

Информируйте и сотрудничайте – сообщайте о местонахождении обнаруженного борщевика по адресу karuputk@keskkonnaamet.ee

Департамент по защите окружающей среде предлагает поддержку

Департамент по защите окружающей среды оповещает землевладельцев, на чьей земле зарегистрирован чужеродный борщевик, через государственный портал eesti.ee. Чтобы получать



уведомления на ваш адрес @eesti.ee, рекомендуем проверить, отправляются ли они на ваш ежедневный личный адрес электронной почты. Также письма можно увидеть при входе в почтовый ящик отдельного государственного портала eesti.ee. Информацию и инструкции по обращению с чужеродным борщевиком можно найти на сайте Департамента охраны окружающей среды, при необходимости помогут специалисты с советом.

Государство продолжит организовывать уничтожение на государственной земле.

Эйке Таммекянд

Начальник Управления охраны природы
Департамента охраны окружающей среды

В городе Локса крупногабаритные отходы вывозятся бесплатно каждые 56 дней

Транспортировка садовых и ландшафтных отходов осуществляется каждые две недели (по вторникам нечетных недель) Вывоз происходит в период с апреля по октябрь, в том числе каждые 14 дней. Следующий вывоз состоится 20.05.2025 и будет происходить каждые две недели (по вторникам нечетных недель).

Вывоз можно заказать до 15:00 рабочего дня, предшествующего дню вывоза. Заявка должна быть подана непосредственно перевозчику отходов **через веб-сайт или по** электронной почте klienditugi@keskkonnateenus.ee Дополнительная информация по номеру перевозчика 640 08 00 или на сайте www.keskkonnateenus.ee

15.01.2025	11.02.2026
12.03.2025	08.04.2026
07.05.2025	03.06.2026
02.07.2025	29.07.2026
27.08.2025	23.09.2026
22.10.2025	18.11.2026
17.12.2025	

ПОДДЕРЖКА ПОВЫШЕНИЯ АНТИКРИЗИСНОЙ ГОТОВНОСТИ КВАРТИРНОГО ТОВАРИЩЕСТВА

Раунд приема заявок открыт с **21.04.2025** по **30.11.2025** или до окончания бюджетных средств. Цель пособия - повышение преемственности деятельности квартирного товарищества в кризисной ситуации. В результате пособия увеличивается способность людей, проживающих в многоквартирных домах, самостоятельно справляться в случае отключения электроэнергии.

Будет поддерживаться приобретение мобильного или стационарного генератора, строительство аварийного источника питания для подключения генератора к электроустановке многоквартирного дома и связанные с этим строительные или реконструкционные и проектные работы, а также проверка соответствия электроустановки требованиям.

Претендент на пособие - квартирное товарищество.
Максимальная сумма поддержки - до 10 000 евро на одного бенефициара.
Ставка гранта - 100 %.
Контактное лицо: Урве Вул 504 0574 Urve.Vool@rtk.ee

Дополнительная информация www.rtk.ee

Избавьтесь от автохлама во дворе!

12 мая стартовала акция по сбору автохлама, в ходе которой старые, неиспользуемые автомобили можно будет бесплатно сдать переработчикам отходов в течение месяца.

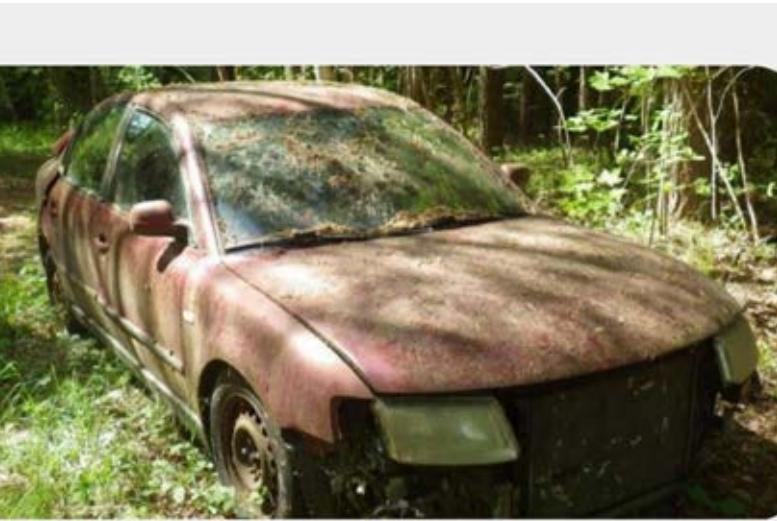
Автохлам, который разлагается во дворе или на краю поля, являются опасными отходами, которые представляют угрозу как для здоровья человека, так и для окружающей среды. Однако, если старый хлам обрабатывается должным образом, он может стать запасными частями и ценным материалом, из которого можно, например, производить новые транспортные средства или другие продукты. Хотя обычно человек должен доставить транспортное средство с истекшим сроком службы обработчику отходов или организовать его транспортировку и оплатить транспортировку транспортного средства с истекшим сроком службы, обработчик отходов бесплатно забирает транспортное средство во время кампании. Частично демонтированные транспортные средства также могут быть переданы. Транспортные средства с истекшим сроком эксплуатации, перевозимые во время кампании, не оплачиваются.

Заказ эвакуатора транспортного средства на ваше имя

Если перевозка транспортного средства с истекшим сроком эксплуатации заказана его владельцем, он должен представить действующее регистрационное свидетельство обработчику отходов. Если документы на транспортное средство утеряны, вы можете обратиться в Транспортный департамент, который направит необходимые документы владельцу. Во время проведения акции выдача цифрового документа регистрационного удостоверения осуществляется бесплатно.

Заказ демонтажа автомобиля с истекшим сроком эксплуатации от имени другого лица

Если транспортное средство с истекшим сроком эксплуатации,



HOOV PUNKAKS!

LASE OMA AUTOROMU TASUTA ÄRA VIIA!

12.05.-09.06.2025

стоящее во дворе человека, принадлежит кому-то другому, стоит обратиться в Транспортный департамент (info@transpordiamet.ee). Заявление с цифровой подписью должно быть подано в Департамент, после чего с владельцем автомобиля свяжутся и попросят подготовить разрешение на доставку транспортного средства переработчику отходов. Переработчик отходов заберет хлам и удалит транспортное средство из реестра.

Если транспортное средство не зарегистрировано на кого-то

Уточните в Департаменте транспорта, есть ли транспортное средство в реестре движения. Если нет, то транспортное средство идентифицируемо (есть регистрационный номер или VIN-номер), это не является препятствием - также можно отдать транспортные средства, которые были удалены из ПДД впервые во время кампании. Обратитесь к специалисту по обращению с отходами, который удалит безхозный хлам.

Бесплатное получение автомобиля с истекшим сроком эксплуатации можно заказать с 12 мая по 9 июня. Для заказа транспорта свяжитесь с Эстонской ассоциацией по утилизации автомобилей (info@elv.ee, +372 578 77 233) или Kuusakoski AS. (firma@kuusakoski.ee, 13 660). Убедитесь, что эвакуатор, который приедет за обломками, имеет свободный доступ и безопасную зону обслуживания.

Для получения более подробной информации об условиях и порядке подачи заявок : www.kliimaministeerium.ee/romusoidukid. Кампания по утилизации автохлама проводится в сотрудничестве с Министерством по делам климата, Департаментом окружающей среды, Департаментом транспорта, Эстонской ассоциацией по сносу автомобилей и Kuusakoski AS. В этом году акция пройдет в шестой раз. В результате предыдущих кампаний переработчикам отходов было передано более 1400 автомобилей с истекшим сроком эксплуатации.

Наш энтузиазм не угасает, лень далека от нас



Но чтобы быть активным и хорошим, нужно быть здоровым. Все Ыннетрийну это знают.

7 апреля - Всемирный день здоровья. Поэтому было очень уместно в этот день начать неделю здоровья в детском саду. Неделя началась со дня на улице. Мы ели свои витамины на улице, делали зарядку спортом и танцевали вместе. Вся наша семья детского сада сделала большое сердце. Посмотрите на фото, чтобы увидеть, насколько круто это получилось. И за эту гордую фотографию мы благодарим Павла Шичкина.

Вторник был наполнен утренними мероприятиями в помещении. Дети перемещались группами в разных центрах активности. В мюзик-холле гимнастика и танцы сопровождалась музыкой, в тренажерном зале можно было испытать себя, пройдя полосу препятствий, в книжном зале были кроссворды и головоломки для решения. Во время каждого занятия дети могли собирать наклейки сердца для медали. Среда была днем, посвященным именно этим учебным экскурсиям. Божьи коровки, муравьи и жучки провели особенно захватывающий день. Прежде всего, конечно, нам удалось прокатиться в большом, шикарном автобусе. А этот шикарный автобус отвез нас в музей Колга, где последнюю неделю открыта для посещения выставка, посвященная 123-летию плюшевого мишки. В музее было более 250 настоящих плюшевых мишек. На стенах было более 500 плюшевых мишек, нарисованных детьми, в том числе работами детей нашего детского сада. Некоторые плюшевые мишки были очень знакомы, потому что есть дома, некоторые плюшевые мишки были очень старыми, а некоторые плюшевые мишки были очень большими или даже крошечными. Кроме того, Карумемм также рассказала нам о настоящих медведях. Это был очень захватывающий и веселое посещение. После этого мы съели

яблоко перед усадьбой для витаминного перекуса, и нам также надо было опробовать беговые дорожки. На обед большой автобус привез нас обратно в детский сад. Спасибо, дорогие тетушки музея Колга! Мы обязательно посетим вас снова. В конце недели еще был такой веселый день, когда дети могли сами резать, рвать, натирать и смешивать сырой салат. Этот самодельный салат был вкусным во время хорошего обеда. К концу недели мы были довольно уставшими, но на много здоровее!

Месяц апрель был ровно на полпути, когда к нам в гости пришли старые знакомые из Йыхвиского театра Ветряная Мельница. Они рассказали нам и сыграли нам с помощью кукол отличный спектакль «Принцесса и маленький дракон». История была поучительной и великолепной. И, как всегда, в детских спектаклях было много веселья. Это не всегда должно быть лучшим, что более важно, это то, что у вас есть друг, который может помочь и поддержать вас. И если ты постараться и будешь достаточно практиковаться, то все получится!

Отпраздновав Пасху дома на выходных, в понедельник мы весело завершили длинные каникулы в детском саду. Кролик-Пилле прыгала во дворе детского сада и пригласила детей потанцевать с ней, катать и нести яйца, делать кроличьи крючки и залезать в нору. Конечно, нам также пришлось проверить свою сообразительность и собрать яйцо из кусочков. Но в конце всего Кролик-Пилле раздала группам небольшие ведра, и каждой группе пришлось найти по 15 спрятанных яиц во дворе детского сада. Когда их нашли, Кролик-Пилле обменяла их на конфеты.

У Ыннетрийну отличные родители. А в детском саду Ыннетрину

крутые воспитатели и, в свою очередь, у них всегда хорошие сыновья. Таким образом, наш детский сад Локса участвовал в традиционном пробеге Георгиевской ночи с двумя командами. И очень успешно! Команда учитель-сын заняла первое место в категории взрослых, а наши замечательные родители заняли третье место. Пример заразителен, и поэтому на следующий день мы бегали вокруг нашего дома детского сада пробежку Георгиева дня. Команды выяснились с помощью цветных шаров, и вместо эстафетной палочки им пришлось ударить по шару того же цвета в точке обмена. После этого мы вместе танцевали победный танец, потому что победил спорт и здоровый и подвижный ребенок.

А для того, чтобы у здорового ребенка были здоровые зубы, мы пригласили к нам в гости учительницу из Оральной школы Неле. Каждый, кто слушал, осматривал, сверлил и помогал чистить зубы доктору Крокодилу, теперь точно знает, как сохранить свои зубы здоровыми и красивыми. Неле также учила нас стоматологической йоге. И предлагала конфеты, которые полезны и едят после еды и чистки зубов. Это было захватывающе, и стоматолог, вероятно, в будущем увидит только здоровые зубы Ыннетрийну! Но потом мы отмечали Международный день танца на улице, потому что это день, который отмечается 29 апреля. Мы праздновали танцами, как же еще? Мы любим танцевать!

До начала лета еще остался быстрый и насыщенный месяц май. Происходит много интересного, следите за тем, что мы делаем!

Желаю солнца и тепла, учитель Рита



Что произошло в городской библиотеке Локса

2 мая в библиотеке состоялся замечательный поэтический вечер, посвященный Дню матери. Сердечные стихи, игра на аккордеоне и песни согревали сердце.

Перед началом поэтического вечера Майре Агапуу представила свою коллекцию самых интересных чашек. Лишь небольшая часть из большого количества была включена. У каждой чашки была своя история, которую Майре спокойно представила нам.

3 мая в библиотеке прошли Дни мечтаний на тему «Творчество». Мы говорили о мечтании. О чем мы мечтали в детстве и как мы мечтаем сейчас и как мы видим мир через 30-50 лет. Между мечтанием мы ели торт и пили кофе. Было здорово!

И встретимся в библиотеке!

Ынне Теэри, Городская библиотека Локса



Весенний лагерь младших дочерей отчизны и молодых орлов дружины Харью 2025



02–04 мая 2025 года в Ягале прошел традиционный весенний лагерь для младших членов наших организаций. В нем приняли участие более 150 молодых людей. Организаторы шутили, что если нас благословили дождем вечером первого дня, то это потому, что они не заплатили налоги. Тем временем дождь стал очень сильным, и это был момент, который заставил всех беспокоиться. К счастью, накопившиеся страхи и немного испуга были быстро преодолены и найдены решения ситуации. Большинство палаток были собраны перед большим ливнем. И когда огонь зажгли в палаточных печах, дождь прекратился. Всем палаткам наша старшая молодежь была назначена старшими палаток. После ужина состоялся вечер кино с попкорном и горячим чаем. Фильм был «Адмирал Йохан Питка». Ночь была сырой, но печи в палатках и теплые спальные мешки защищали нашу молодежь от холода. Мокрую одежду, которая не могла поместиться на канатах сушилки, мы подсушивали в помещениях. Утром мы повесили мокрую одежду на веревку. Утро было красивым и теплым. Солнечная суббота, вкусная утренняя каша и сэндвичи, сделанные своими руками, стерли воспоминания дождливого дня. Все были счастливы. Молодые люди были разделены на разные группы, и началась программа обучения на целый день. Молодым людям приходилось передвигаться

по окрестностям и проходить разные мастер-классы. Инструментальная мастерская - молодые люди познакомились с ножом, топором, ручной пилой и двуручной пилой. Были показаны правильные методы работы, обсуждены вопросы безопасности и технического обслуживания инструментов. Семинар по коммуникации - молодые люди научились обращаться с карманной станцией и использовать ее для общения. Звонки осуществлялись по фонетическому алфавиту НАТО. Медицина - практиковались навыки наложения давящей повязки и различных способов транспортировки пострадавшего. За этим последовал урок описания экстремальных случаев, показа фотографий и видеозаписей случаев и того, как их избежать. Кроме того, молодые люди научились возводить укрытия из брезента или пластикового материала, считывать координаты, размещать их на карте и находить соответствующие точки на ландшафте. Был также семинар по командной работе, где каждый мог проверить свою изобретательность, навыки и лидерские качества. Кроме того, молодые люди смогли познакомиться с техникой, оборудованием и вооружением Лиги обороны. После ужина состоялся 6-километровый поход по берегам реки Ягала и в лесу. Активный день завершился дискотекой. Ранним утром в воскресенье шел град. Но дождь так же быстро, как начался, так же быстро он и закончился. Было прекрасное солнечное утро, когда молодые люди проснулись. Поев вкусной каши на завтрак, молодые люди разделились на 10 команд и началась походная игра. Команды должны были пройти пешеходную тропу с контрольно-пропускными пунктами. На контрольно-пропускных пунктах были разные задачи, где иногда можно было использовать знания, полученные накануне. Молодым людям предстояло узнать эстонцев на картинках, разжечь костер с помощью спички, оказать первую помощь пострадавшему, преодолеть полосу препятствий, распилить бревно двуручной пилой и т. д. В 13:00 все команды вернулись из леса. Шеф-повара предложили тушеную капусту, и состоялась финальная линейка. Благодарим тебя: Анна-Мария, Марилин, Семен, Михаил, Мико-Мартен, Яако-Еспер, Тамбет,

Хенрик, Габриэль - вы все были молодцы. Большое спасибо также нашим старшим молодым людям, которые отвечали за палатки и участвовали в организации лагеря. Спасибо Кевину-Юулиусу и Кеоргу. Поскольку наша молодежь объединилась с молодежью Косе, большое спасибо Мелиссе и Кевину Себастьяну. Мы выражаем особую благодарность Габриэлю, который был командиром отряда молодежи Локсы все эти дни в этом лагере. Вы очень хорошо справились! Продолжайте в том же духе. До встречи на следующих мероприятиях

Маргит и Тармо Амер
Руководители отряда Локса



18-19 апреля состоялась разведывательный поход Уезд Йыгева 2025, где также приняли участие молодой орел Локса Самуэль Гилин и молодой орел Куусалу Расмус Карро. Количество членов команды не было строго определено, и мальчики решили пройти по тропе вдвоем. Самуэль: «Соревнование было активным, энергичным и проходило в быстром темпе, а местность была достаточно сложной и представляла собой серьезную задачу! Что сделало ситуацию особенно захватывающей, так это то, что мы были только вдвоем с товарищем по команде - но мы справились! В некоторых пунктах потребовалось больше усилий, но мы не сдались. Результат - впечатляющее второе место! Я очень доволен - было особенно здорово предложить сильную конкуренцию и держать флаг Харью высоко.»

Эстонские старинные социальные танцы



День народного танца и народной музыки 29 апреля в музее школы Локса

В 2025 году люди были приглашены танцевать в Северной Эстонии, Сааремаа, Мухумаа и танцевать танец тустеп, распространенный в Сетумаа.

Всемирный день танца отмечается с 1982 года в конце апреля. Эта традиция была учреждена Международным советом танца ЮНЕСКО в честь дня рождения французского танцора и балетмейстера Жан-Жоржа Новерра (1727–1810). Новерре считается основоположником академической хореографии.

Танцевальный опыт сам по себе является ценностью, и никогда не поздно начать заниматься этим искусством. День танца помогает каждому человеку стать частью искусства танца. Станьте частью народных танцев.

Наша народная танцовщица Хелью Миккель написала строки: «Наш народный танец — это фрагмент нашей известняковой почвы, желудь дуба, перо ласточкиного крыла, нежный лепесток из василька.

Ромашковый газон в твоём дворе и гроздь рябины

На дереве твоих ворот.

...слеза в твоём плаче

и радость в твоём смехе».

Я приехала работать в Локса в 1963 году, а через пару лет стала руководить детским фольклорным танцевальным коллективом. Я самоучка. Я также получила помощь от Вальве Саар. А уже летом 1967 года мы участвовали во II Юношеском празднике песни и танца



с группой учеников 7-х классов.

Так все и началось.

Тоомас Мальва, Аарне Вильясаар, Айн Тихане, Мати Роовик, Айн Ааса, Сергей Япитов, Мати Сюльд, Март Паап, Сирье Лаурент, Майре Идавайн, Тийна Клаус, Пилле Махквей, Майре Лийвик, Кармен Лайнела, Лайне Турган, Глайре Вилумаа. Они были первыми. Позже пришли группы старшеклассниц. Молодые люди продолжали танцевать под руководством Вальве Саар в смешанной группе. Народный танец преподавала детям младших классов Лайне Лайнела. Вместе мы участвовали в республиканских праздниках Харьуского района. Вальве Саар покинула Локса в 1972 году, а в 1977 году приехал в Локса работать в Эльна Тоомель (Линквист). Когда Лайне вышла на пенсию, Эльна продолжила, также самоучкой, сначала в группах начальной школы. Позже появились смешанные группы детей и старшеклассников. Танцевальные коллективы Локса участвовали во всех уездных и республиканских праздниках. В 1970 году на острове реки Локса зародилась традиция проведения фестивалей песни и танца средней школы Локса. Праздники продолжались до 1980 года. Большим шествием на речной остров двинулись народные танцоры, певчие хоры (детские хоры и мужской хор), духовой оркестр. Это были прекрасные праздники, которые оживили жизнь Локсы. Помимо коллективов народного танца школы, я руководила смешанной группой Народного дома Вихасоо, с кем мы также ходили



на большой республиканский праздник в 1980 году. В Вийнисту и Локса этот коллектив танцевал /танцует под названием Танцоры Локса, которым несколько лет руководила Эльна Линквист. Танец продолжает жить. Танцоры меняются, приходят новые, молодые, но эмоции остаются.

В 1997 году собралась группа пожилых дам, которые когда-то танцевали в юности. Так и начались пляжные бабушки Локса. Мы танцевали почти 25 лет (вмешалась корона). Жизнь внесла свои коррективы.

Некоторое время спустя в Вихасоо появилась группа бабушек под руководством Эльны. За эти годы Эльна привлекла к танцам много детей и молодежи. Участвовала в танцевальных фестивалях для школьников 8 раз и в целом в фестивалях песни и танца с разными типами групп 8 раз. Она путешествовала с танцевальными группами по нескольким зарубежным странам. Премия культуры года была присуждена Эльне Линквист в 2013 году, когда она руководила 10 группами – 6 в школе Локса и 2 в школе Вихасоо, в дополнение к бабушкам и танцорам Локса.

В день танца Малле Круселл пригласила нас за кофейный столик. Вместе с бывшими коллегами, танцорами и друзьями мы вспоминали эти замечательные годы в день танца, 29 апреля, в музее школы Локса. Дети 3 класса танцевали тустеп во дворе школы.

Рийна Юхками

Новый медицинский центр Локса будет готов в ближайшее время – ремонт здания идет полным ходом!

В здании на улице Пярна 1 продолжают ремонтные работы, в результате которых осенью планируется открытие нового и современного оздоровительного центра Локса. В ближайшее время мы начнем внутренние работы установку мебели, и сделаем все возможное, чтобы как можно скорее довести работы центра до конца. Как только будет назначена дата открытия, мы с радостью сообщим вам о дальнейших шагах.

В распоряжении оздоровительного центра будет около 500 м², который призван обеспечить комфортную и современную рабочую среду для медицинских работников и приятное и безопасное пространство для пациентов. Центр будет местом, куда приятно приходить и где хорошо работать. Помимо комфортной и профессиональной среды, мы хотим предоставлять доступную, качественную семейную медицину и медицинские услуги в одном месте – именно так, как нужно сообществу.

Мы рады сообщить, что в мае к нашей команде присоединилась новая семейная медсестра, и физиотерапевт, который хочет предложить свои услуги в новом центре, также выразил свою готовность присоединиться.

Мы с нетерпением ждем возможности обратиться к профессионалам, которые чувствуют необходимость предоставлять качественные и заботливые медицинские услуги в своем сообществе. Свяжитесь с нами, будь то семейные медсестры, акушерки, врачи или другие медицинские работники.

Чтобы сделать новый оздоровительный центр не просто красивым зданием, но и эффективным сервисом, мы уделили большое внимание тому, чтобы сделать путь пациента максимально легким и понятным. Ниже вы узнаете, как с нами



связаться и как ваши проблемы со здоровьем быстро попадут по адресу:

Вы можете сообщить о своих проблемах со здоровьем в Центр семейной медицины:
■ По телефону 766 6661 (E-R kell 7–18)
■ Круглосуточно на цифровой платформе www.eelvisiit.ee

На звонок ответят наши регистраторы и медицинские аналитики, которые зарегистрируют

проблему, которая сразу же попадет на рабочий стол семейной медсестры. Несмотря на то, что регистратор не является медицинским работником, все сотрудники нашего колл-центра являются частью команды Агентства здоровья – это люди из Агентства здоровья, которые имеют хорошее представление об организации нашей работы и сотрудничестве с медицинскими работниками. Независимо от того, как пациент обращается к нам – в цифровом виде или по телефону – его или ее проблемы со здоровьем

всегда проходят через этап экспертной оценки. Это означает, что семейные медсестры быстро принимают вызовы и решают их в зависимости от срочности проблемы. Другими словами, те, кто находится в самом критическом состоянии, быстрее всего получают помощь. Благодаря этому организация работы центра семейной медицины более четко спланирована и освобождает больше рабочего времени медсестер и врачей, которые могут более детально анализировать проблемы со здоровьем пациентов и планировать лечение.

Что еще надо знать?

Все наши центры работают как единая команда – это значит, что большинство пациентов принимает один и тот же врач, но при необходимости мы можем найти пациенту первую бесплатную консультацию у другого специалиста. Некоторые проблемы со здоровьем решаются удаленно, например, продление рецептов – в этом случае мы отправляем SMS, когда рецепт будет готов.

Исходящие звонки из Семейного медицинского центра всегда поступают с номера 766 6661, и все наши звонки записываются для обеспечения качества обслуживания. Посетите www.terviseagentuur.ee для получения самой новой информации о времени приема, контактах и команде. Кроме того, есть раздел ЧаВо с ответами на часто задаваемые вопросы.

Кроме того, наши центры также предлагают определенные бесплатные и платные услуги, с которыми вы можете ознакомиться на нашем сайте. Не стесняйтесь обращаться к нам за дополнительной информацией – мы всегда рады помочь!

Желаем вам много солнечного света и крепкого здоровья

ООО Terviseagentuur

Центр семейной медицины Агентства здравоохранения Локса здесь, чтобы помочь вам

Весенняя усталость просто указывает на сезон, или это что-то больше?

Весна влечет за собой как новую энергию, так и вызовы нашему здоровью. Дни становятся длиннее, природа просыпается, но многие люди сейчас чувствуют усталость или ищут способы улучшить свое самочувствие. В этой статье мы поговорим о том, как поддержать ваше здоровье и благополучие и как может помочь Центр семейной медицины Агентства здравоохранения Локса. Объясняем, как проще всего связаться с центром семейной медицины и как работает принцип командной работы в центре семейной медицины.

Зимние месяцы могут истощать организм, а последующий весенний период изменений – быстро меняющиеся температуры, колебания давления воздуха и увеличивающаяся продолжительность дневного света – влияют на способность организма адаптироваться. Это может временно вызвать усталость, раздражительность и недостаток энергии.

Простые шаги, чтобы сохранить здоровье весной

Свежий воздух и движение – весной стоит сделать прогулки на природе ежедневной привычкой. Движение улучшает кровообращение и повышает уровень энергии.

Здоровое питание и адекватное потребление жидкости – обогатите свое меню сезонными овощами, фруктами и цельнозерновыми продуктами и потребляйте правильный жир (например, семена и орехи).

Адекватный сон и снижение стресса – убедитесь, что вы спите не менее 7-8 часов каждую ночь. Если вам трудно заснуть, может помочь устойчивый вечерний распорядок, такой как успокаивающий чай, тихая музыка или расслабляющая прогулка перед сном. Простые дыхательные упражнения или легкая растяжка, которые подходят людям всех возрастов, также могут помочь снять

напряжение.

Солнечный свет и дневной режим – естественный свет влияет на наши биологические часы. Попробуйте проводить больше времени на солнце, чтобы повысить естественный уровень энергии вашего тела.

Помимо физического здоровья, важно также заботиться о психическом благополучии. Общение с близкими и друзьями оказывает сильное влияние на наше психическое и физическое здоровье. Регулярный контакт с членами семьи и знакомыми или участие в общественных мероприятиях может помочь снять стресс и поднять настроение. Если весенние перепады настроения провоцируют больше беспокойства, стоит задуматься о разговоре со специалистом. Пациенты Агентства здравоохранения получают бесплатные психологические консультации. Самый быстрый способ сделать это – заполнить анкету по психическому здоровью на цифровой сервисной платформе www.eelvisiit.ee – тогда дежурный психолог свяжется с пациентом, проведет первичную консультацию и даст совет.

Пора подумать о вакцинации против клещевого энцефалита. С приходом весны также начинается сезон клещей, поэтому сейчас самое время подумать о вакцинации против клещевого энцефалита. Клещевой энцефалит – это вирусное заболевание, которое может нанести серьезный ущерб нервной системе. Вакцинация – лучший способ защитить себя. Вакцинация может проводиться в центрах семейной медицины.

Если вы считаете, что вышеуказанного совета мало или вам нужна профессиональная поддержка, мы рекомендуем вам обратиться в кабинет семейного врача – ниже мы расскажем вам подробнее о том, как работает Агентство здравоохранения и как наша команда может поддержать вас в случае проблем со здоровьем.

Арина Тикка, ООО Terviseagentuur



В рамках Ночи музеев для всех заинтересованных 16.05.2025 открыт кабинет истории школы Локса

16:00 - 17:30.



Центр вспомогательных средств Invari Свобода передвижения пожилых людей начинается с правильных вспомогательных средств

Весенняя погода привлекает людей, чтобы насладиться свежим воздухом на улице, но для многих пожилых людей это не так просто. Причин тому несколько: некоторые люди боятся причинять неудобства другим при использовании вспомогательного устройства, в некоторых случаях инфраструктура не позволяет использовать опорную раму или иных вспомогательных устройств, а иногда препятствием являются социальные табу.

По словам Кадри Тийдо, менеджера по работе с клиентами Центра вспомогательных устройств Invari, определенно нельзя сказать, что отсутствие вспомогательных устройств является причиной того, что многие пожилые люди не хотят или не могут выйти из комнаты. «Сегодня, безусловно, доступен широкий спектр профессиональных решений для перемещения нуждающихся людей: будь то ролики, инвалидные коляски – электрические или ручные – или костыли», – говорит Тийдо.

Неуверенность удерживает вас в помещении

«Скорее, речь идет об эмоциональной стороне – народ Эстонии еще не привык использовать вспомогательные устройства в общественном пространстве на ежедневной основе, как это делается в других странах мира», – говорит Тийдо. Она добавляет, что на самом деле роль вспомогательных устройств заключается в поддержке повседневной жизни и движения людей. «Чтобы обрести смелость и уверенность в себе, мы могли бы посмотреть, например, на соседнюю Финляндию, где пожилые люди уверенно передвигаются с опорными рамами и другими вспомогательными средствами», – Кадри Тийдо призывает людей задуматься о полезности вспомогательных средств.

По словам Тийдо, неуверенность нуждающихся заставляет их опасаться выходить из комнаты – есть опасения, смогут ли они в одиночку, например, безопасно перейти улицу. Существует также страх встать на пути других в сегодняшнем быстром жизненном ритме. «Преодоление неопределенности неуверенности – это первый сложный шаг. При этом не обязательно совершать длительный поход на прогулку, но достаточно посидеть под яблоней рядом с домом, а также посетить парк, детский сад или магазин», – призывает Тийдо.

По ее словам, большую помощь могут оказать и близкие, с которыми можно совершить первые совместные прогулки и пройтись по приятным местам.

Удобное движение начинается с правильного выбора

«Мы часто слышим от посетителей Invari, что пандусы и другие



варианты доступа для пожилых людей и инвалидов доступны во многих местах, но не образуют единое целое с окружающей средой. «Хотя пандусы и бордюры на дорогах установлены с учетом удобства пешеходов с опорными рамами, некоторые последующие участки дороги вообще непроходимы», – признает она.

По словам Тийдо, чтобы разрешить ситуацию, пользователь опорной

рамы вместе с представителем службы поддержки клиентов должны тщательно подумать о том, где, когда и как часто необходимо использовать средство мобильности, и пройти в уме возможные пути и препятствия вместе. «Здесь важна каждая деталь – например, почва, на которой используется рама, также важна, потому что варианты с узкими колесами подходят для гладкой и твердой почвы, но легче перемещаться по более мягкой почве и траве с рамой с более широкими и большими колесами», – объясняет Тийдо.

«Я часто задаюсь вопросом, когда вижу в городе пожилых людей, несущих тяжелые пакеты с едой, почему они причиняют себе вред и даже не пользуются рулатором или опорной рамой? Однако у них же есть возможность более стабильно передвигаться с ним, при необходимости сделать перерыв на сиденье рамы и положить в корзину вспомогательного устройства сумку для покупок», – размышляет Тийдо о неиспользованных возможностях.

Иметь опорную раму – это не роскошь

Цены на вспомогательные устройства могут сначала отпугнуть многих людей, поэтому их покупка упускается из виду. Пенсионеры могут взять у своего семейного врача или семейной сестры справку об устройстве, на основании которой можно купить устройство по доступной цене. На основании справки Департамент социального страхования оплачивает 90 % от предельной цены устройства. Также популярна аренда вспомогательных устройств, которые также экономично. «Опорная рама – это не роскошь, а неотъемлемая часть повседневной жизни. К счастью, государственная поддержка делает его доступным», – добавляет Тийдо.

Наслаждение прекрасным весенним днем должно быть не просто роскошью для молодого человека. Кадри Тийдо призывает пожилых людей смелее выходить на улицу. «Подобно тому, как физические упражнения влияют на качество жизни человека и годы здоровой жизни, они также влияют на наше отношение», – говорит Тийдо. «Человек, который доволен собой и способен справиться с трудностями, является также лучшим товарищем для своих близких.», – считает она. Точно так же, как Кадри Тийдо призывает близких поддерживать нуждающихся в помощи, она также призывает нуждающихся смелее обращаться за помощью. «Часто люди вокруг нас гораздо более услужливые, чем мы можем себе представить – они просто не думают предлагать помощь сами», – говорит она, ставя в центр внимания человека, а не вспомогательного устройства.

Эстафета Юрьевой ночи 2025 Локса – дождь никому не помешал

В этом году эстафета Юрьевой ночи города Локса состоялась 22 апреля. Перед самым началом пошел дождь. На забег зарегистрировалось 15 команд. Не во всех было семь участников. Во взрослой категории соревновались 10 ученических команд и 5 команд соревновались в зачете взрослых. Участников было более 100 человек. Победителем VIII класса А со временем 15.24.0 стал Самуэль Гилин, Киур Каугеранд, Лаура Лухт, Николай Левин, Оскар Леок, Грээте Ору и Терьян Каск. Второе место заняла взрослая команда «Воспитатели и сыновья детского сада» со временем 15.51.1 в составе: Кристина Каск, Кевин Федоров, Эрле Криман, Эбе Реммель, Ике Каугеранд, Наталья Калинин и Ромет Вийситаам. Третье место заняла команда «Семерка» со временем 16.18.28 в составе: Матильда Ялакас, Марелле Сюда, Айве



Мыттус, Анна Болдырева, Яана Куусалу, Кайрит Миккин и Лаура Линдеманн. Лэну Аасранд завершила весь маршрут за 16.41.0. Все остальные команды тоже были молодцы. Большое спасибо Лийна Лийвамяги, Аарне Мдавайн и Лаури Метус. Большое спасибо всем участникам соревнований и болельщикам. Дожливая погода не испугала бегунов, родителей и других болельщиков. Здоровый дух в здоровом теле. Мы будем передвигаться на природе и по дому, быть активными и заниматься спортом, и встретимся на следующих спортивных мероприятиях! Уважаемые учителя! Будьте примером для своих учеников. Поощряйте своих учеников к участию в совместных мероприятиях.

SA Loksa Sport

Турнир по настольному теннису в Локса 2024/2025

13 апреля в спорткомплексе Локса состоялся последний VII этап турнира по настольному теннису Локса 2024/25. В финальном этапе приняли участие одиннадцать мужчин. Всего на разных этапах было 24 участника. Абсолютным победителем соревнований стал Куннар Вахтрас из уезда Куусалу с 592 баллами. Тармо Нуйа занял второе место из Ляэне-Вирумаа с 587 баллами. Вельо Мыек занял третье место из Ляэне-Вирумаа с 577 баллами. За ним последовали главный судья и организатор соревнований Аарне Идавайн с 569 баллами и Виво Вагистрём из уезда Куусалу с 554 баллами. Что касается молодежи, Йоханнес Кайва выиграл 449 очков из Ляэне-Вирумаа. Тармо Нуйа, Аарне Идавайн и Виво Вагистрём участвовали во всех этапах.

SA Loksa Sport

Приезжайте насладиться цветущей весной, исследуя очаровательные деревни Лахемаа и пробуя деревенскую еду!

24–25 мая Национальный парк Лахемаа превращается в место, полное разнообразных впечатлений и событий, где пройдет день пикника Лахемаа – два значимых весенних дня, полных походов, дегустаций и вдохновляющих встреч.



Более двадцати различных мест по всему Лахемаа ждут гостей, предлагая им подлинную природу и культурные впечатления, местные вкусы и чувство общности.

Особые моменты, в особых местах:

Остров Мохни: поход с гидом и пикник в умиротворенной обстановке у моря.

Круги керамики пикник керамики: создавайте глиняные сувениры и наслаждайтесь панна коттой.

Гавань Хара: экскурсии с гидом и прогулка на лодке до острова, питаясь деликатесами Naga Pizza.

Музей «Колга»: выставка утерянных аксессуаров, торт и рассказы музейных гидов.

Пальмсе мыза: туры по саду, игры на лужайке и сезонные пакеты для пикника.

Порт Верги: рассказы о рыбацких традициях, на обед жареная салака и домашний торт.

Палата древностей: лекции о наскальных рисунках, экскурсии на природу Анны Курепалу и выпечка от местных поваров.

Автобусная экскурсия по местным любимым местам: мыс Пуреккари, рыбацкая деревня Алтья, сад мызы Пальмсе и т. д. – поездка с гидом от автовокзала Локса.

Вилла вин Валгейе: дегустация ягодных вини экскурсий с гидом по местным историям.

Парк Цитре: походы и стол для пикника с местны-

ми деликатесами.

Полуостров Кясму: терапевтическая прогулка по лесу.

Озы Охепалу: более длительный поход по берегам озера.

Вилла Домбровка: пикник для гурманов, шампанское и теннисный турнир.

Дом-музей Пикакосе: экскурсия с гидом и пикник в долине Валгейеги.

Прибрежные луга Таммисту: поход, овцы, пастушьи собаки и рагу из баранины.

Полуостров Юминда: путешествие сквозь время и природу.

Суурпеа: экскурсия в бывший военный городок, домашнее кафе.

Вийнисту: экскурсия по запертым дверям и заводской пикник.

Программа и бронирование: некоторые мероприятия требуют предварительной регистрации. Дополнительная информация: visitlahemaa.com/piknikupae-2025

С Днем пикника в Лахемаа мы отмечаем день охраняемых территорий Европы, мероприятия финансируются Европейским Союзом.

Кайса Линно

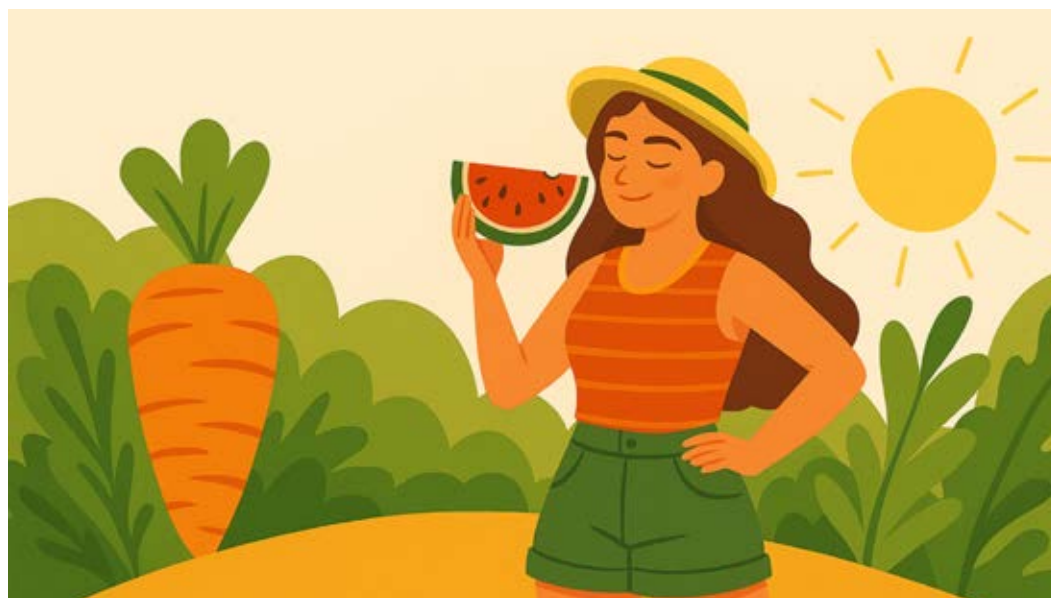
Председатель Туристического общества Лахемаа

Майский разгон: готовим тело и разум к лету

Дорогие читатели, здравствуйте! Это снова я ваша нутрициолог и медсестра Юлия, на страже здоровья и хорошего настроения. Кто-то уже сажает рассаду, кто-то достаёт шорты, а кто-то — паникует, что до лета остался месяц, а организм всё ещё уверен, что февраль. Давайте вместе его разбудим!

Если вы мечтаете встретить лето с лёгким, ровным оттенком кожи — начните подготовку заранее. Продукты, богатые бета-каротином, помогают коже приобретать красивый загар: морковь, сладкий перец, батат, шпинат, петрушка. Не забывайте про немного жиров (например, оливковое масло или авокадо) — они помогают усваивать жирорастворимые каротиноиды. А теперь о важном: загар — это реакция кожи на ультрафиолет. Чтобы он был не только красивым, но и безопасным, ориентируйтесь на УФ-индекс: если он выше 3 — пора доставать солнцезащитный крем. Оптимальное время для солнечных ванн — до 12:00 утра и после 16:00: лучи мягче, а риск ожогов ниже. Начинайте с 10–15 минут — загар любит постепенность.

А как же витамин D? Он синтезируется в коже под действием УФВ-лучей — именно тех, от которых мы так тщательно защищаемся (и правильно делаем!). Но если вы всё лето в одежде или работаете в помещении, дефицит может возникнуть и летом. Чтобы стимулировать выработку витамина D, старайтесь проводить



на солнце 15–30 минут в день с открытыми руками и ногами, без солнцезащитного крема — преимущественно в безопасные часы. Учитывайте фототип кожи: чем темнее кожа, тем больше времени требуется. А нужен ли дополнительный приём витамина D летом? Ответ зависит от вашего образа жизни и анализа крови на 25(OH)D. Оптимальный уровень — от 75 до 100 нмоль/л. Если ниже — обсудите приём

добавки со специалистом.

Пополнить рацион витамином D можно и с помощью продуктов. Начните с простого — выбирайте яйца и мясо от животных свободного выгула. На упаковке яиц ищите надписи «vabalt peetavate kanade munad», «õrrekanade munad» или «mahemuna» — это означает, что куры жили в более естественных условиях и, возможно, имели доступ к солнцу. По данным исследований,

такие яйца могут содержать значительно больше витамина D по сравнению с промышленными. Похожий принцип работает и с мясом: ищите пометки «vaba pidamine» или «rohumaaveis» — эти продукты, как правило, богаче витаминами и питательнее.

Кстати, если май для вас — не только «солнышко светит» и «ах, сирень цветёт», но и «ах, где мой антигистаминный», возможно, стоит не только прятаться от пыльцы, но и заглянуть в тарелку. Некоторые продукты повышают гистаминовую нагрузку: выдержанные сыры, копчёности, томаты, баклажаны, клубника, шоколад и вино. А также всё ферментированное. Это не значит, что нужно питаться воздухом — но хотя бы временно сократить такие продукты может быть полезно, особенно в пик цветения.

В качестве мягкой и хорошо переносимой поддержки рекомендуем обратить внимание на кверцетин — природный биофлавоноид с антигистаминным действием. Он содержится в луке, каперсах и яблоках, а также выпускается в виде добавок. Лучше всего работает в сочетании с витамином С. Перед началом приёма добавок, как всегда, желательно проконсультироваться со специалистом. А ещё — попробуйте добавить в рацион проростки гороха: по некоторым данным, они тоже могут смягчать аллергические реакции. Пусть этот май будет тёплым, ароматным и вкусным — и обязательно с ноткой заботы о себе. До встречи в следующем выпуске!

ЗВЕЗДА АККОРДЕОНА 2025 ЛОКСА

Пятый год подряд Союз аккордеонов Эстонии организует онлайн-конкурс «Звезды эстонского аккордеона 2025». Участие в этом конкурсе осуществляется по классам. Вам нужно выучить две разных произведения, обязательного произведения нет. Затем необходимо записать эту программу со звуком и изображением и загрузить его в соответствующую среду. После того, как все участники будут рассмотрены и заслушаны международным жюри, будет принято решение. В состав жюри этого года вошли: Микко Луома — Финляндия, Аллан Якоби — Accordion Centrum и Каспар Ульяс — MUBA. Далее будет выбрана дата и место, где соберутся все участники конкурса. Будет большой концерт с участием всех участников, получивших место.



В этом году большой концерт состоялся в Тюри 3 мая. Общее количество участников составило 76 человек со всех уголков Эстонии и из разных музыкальных школ. Ученица **Анетте Тэерн** из музыкальной школы города Локса приняла участие в конкурсе среди учащихся 3-го класса. Результат — **1-е МЕСТО**. Преподавателем Анетте является Эрика Касеталу, которая постоянно участвует со своими учениками в различных конкурсах и часто занимает призовые места. Мы с семьей музыкальной школы гордимся достижениями Анетте и ее учительницы Эрики. Отметим,

что Анетте вместе с преподавателем Эрикой также добились первого места в классике в 2023 году и специального приза за стильное исполнение классического произведения.

ПРИХОДИТЕ УЧИТЬСЯ ИГРАТЬ НА МУЗЫКАЛЬНОМ ИНСТРУМЕНТЕ

В начале июня снова наступает время приема новых учеников в Музыкальную школу Локса. В этом году будет прием 2.-6. июня, 13:00-18:00. В Музыкальной школе Локса можно изучать инструменты: аккордеон, фортепиано, скрипку, виолончель, гитару, флейту, кларнет, саксофон, трубу, альт, эуфониум, тубу и ударные. Если у кого-то появился интерес, что это за инструменты, вас любезно приглашают в музыкальную школу Локса во время приема. Для того, чтобы принять ученика,

мы хотим знать его вокальные навыки и чувство ритма, которое мы проверим небольшим тестами. Взрослые также могут учиться в музыкальной школе. Если у вас есть несбывшаяся юношеская мечта, обязательно приходите на прием! МУЗЫКАЛЬНАЯ ШКОЛА ЛОКСА ЖДЕТ ВАС!

Лаури Метус
Директор музыкальной школы Локса

LOKSA MUUSIKAKOOL

Võtab vastu õpilasi 2025-2026 õppeaastaks

2.-6.06.2024 kell 13:00-18:00

Vastuvõtt alates 7.eluaastast

Instrumentid: akordion, viiul, tšello, kitarr, flööt, klarnet, saksofon, trompet, althorn, tuuba, löökpillid, klaver

LOKSA KANDI LASTEAEDADE

LAULU- JA TANTSUPIDU

Loksa Kultuurikeskuse ees

19. MAIL KELL 11.00

Pidu algab rongkäiguga kell 10.30 Loksa Lasteaia Õnnetriinu hoovist.

Esinevad Kuusalu, Kolga, Kiiu ja Loksa lasteaedade lapsed.

Tule ka peole!

LOKSA LASTEAE ÕNNETRIINU

LOKSA KULTUURIKESKUS

RAKVERE TEATRI

Philip Osment

LANKUMINE

Lavastaja
Peeter Raudsepp

Mängivad
Rainer Elhi
Ülle Lichtfeldt
Laura Niils
Johannes R Sepping
Jaak Rekkor (Eesti Draamateater, Endla)

Rakvere Teatri suvelavastus 18.–29. juunil
Loobu mõisas Lääne-Virumaal

rakvereteater.ee piletimaailm.com piletilevi.ee

ПРОВЕРКА ЗРЕНИЯ И ПРОДАЖА ОЧКОВ

PROVERKA ZRENIJA I PRODAJA OČKOV

HINDPERE OPTIKA

09.06.2025 с 10.00 в
БИБЛИОТЕКЕ ЛОКСА
регистрация по телефону (9.00-15.00)
5323 2454

- * Тест на сухость глаз
- * Измерение глазного давления
- * Солнцезащитные очки

Проверка зрения 20 евро, покупателю очков БЕСПЛАТНО!

Orienteerumismäng

KUUSALU LOEB JA LIIGUB 2025

11. aprillist 30. septembrini
mobiilirakenduses Navicup

Laadi alla
Navicup app:

Liitu meie
FB-i grupiga ja
jaga muljeid:

LISAINFO: kuusalu.ee/loeb-ja-liigub

TIDRIKU PUIT

TIDRIKU PUIT OÜ

ПРОДАЖА ДРОВ

Телефон: 5143328
Эл.пochtа: [tidrikupuit@online.ee](mailto:tidikupuit@online.ee)
tidrikupuit.ee

Строительство и ремонт оголовков дымоходных труб.
Тел. 5557 9399

hauakivid.info

**Изготовление и установка
оград и памятников по
всей Эстонии**

15+ лет
опыта

www.hauakivid.info
hauakivid1@gmail.com

Рae 66, Tallinn
+372 53888834

Рae 80, Tallinn
+372 53888853

Lilleoru tee 6, Laiaküla
+372 56965504

25+ видов
гранита

2000+ образцов
памятников

Hei, 13-16 aastane noor!

Kuidas oleks...
teenida raha,
leida uusi sõpru,
ja saada uusi kogemusi?

7. juuli - 20. juuli toimub Loksa Õpilasmalev, kus saab seda kõike!

Kandideerimiseks saada enda nimi ja vanus hiljemalt 20. mail
poortekeskus@loksa.ee
ja ole valmis ka töövõistluseks.

17. mai

Loksa Mailaat

9.00-16.00

Продажа недвижимости

Городская управа Локса организует продажу недвижимости, принадлежащей городу, посредством публичного письменного аукциона в соответствии с принятым 18.12.2020 Постановлением №20 «О порядке владения, использования и распоряжения имуществом города Локса.»

- ул. Тёэстусе 10, кадастровый код 42401:001:0184, площадь 2924 м², целевое назначение доходная сельскохозяйственная земля 100%, стартовая цена 20 €/м²
- ул. Тёэстусе 12, кадастровый код 42401:001:0185, площадь 5897 м², целевое назначение доходная сельскохозяйственная земля 100 %, стартовая цена 20€/м²
- ул. Уус 5b, кадастровый код 42401:001:0182, площадь 2373 м², целевое назначение доходная сельскохозяйственная земля 100 %, стартовая цена 20€/м².
- ул. Уус 5с, кадастровый код 42401:001:0183, площадь 1769 м², целевое назначение доходная сельскохозяйственная земля 100 %, стартовая цена 20€/м².
- ул. Лыуна 2b, кадастровый код 42401:001:0175, площадь 1694 м², целевое назначение земля жилой застройки, стартовая цена аукциона 18 €/м².
- ул. Лыуна 2с, кадастровый код 42401:001:0178, площадь 1510 м², целевое назначение земля жилой застройки, стартовая цена аукциона 18 €/м²; улица Раху 5a, кадастровый код 42401:001:0204, площадь 954 м², целевое назначение, земля жилой застройки 100 %, стартовая цена аукциона 18 €/м². Два объекта недвижимости вместе
- ул. Раху 9a, кадастровый код 42401:001:0211, площадь 571 м², целевое назначение, земля жилой застройки 100 %, стартовая цена аукциона 18 €/м²;
- ул. Раху 11a, кадастровый код 42401:001:0206, площадь 908 м², целевое назначение, земля жилой застройки 100 %, стартовая цена аукциона 18 €/м²;
- ул. Раху 27a, кадастровый код 42401:001:0202, площадь 1323 м²,

целевое назначение земля жилой застройки 100 %, стартовая цена аукциона 18 €/м²;

Предложения на аукцион должны быть представлены или отправлены в письменном виде по почте или электронной почте с цифровой подписью **05.06.2025** не позднее 10:00 по адресу: ул. Таллинна 45, город Локса 74806 или по электронной почте linn@loksa.ee. Открытие письменных предложений состоится **05.06.2025 в 10:30** в зале городской управы Локса. Учитываться будут только предложения, поданные вовремя и в соответствии с требованиями.

Дополнительная информация: www.loksalinn.ee/kinnisvara-muuk
Информация по телефонам 509 4088, 603 1252

Loksa Haljastus OÜ организует публичный письменный аукцион

■ Недвижимость Йыекалда (кадастровый код 42401:002:0017, регистрационная часть 10028802) в городе Локса, площадью 14383 м², целевое назначение земля жилой застройки, возможно изменение целевого назначения земли и раздел недвижимости. Стартовая цена аукциона - 143 000 евро. Недвижимость расположена в красивом природном месте на берегу реки Валгейыги, граничит с приморским парковым лесом, примерно в 300 м от моря (залив Хара). Возможность присоединения к инженерным сетям.

Предложения на аукцион должны быть представлены или отправлены в письменном виде по почте или электронной почте с цифровой подписью **05.06.2025** не позднее 11:00 по адресу: ул. Таллинна 45, город Локса 74806 или по электронной почте haljastus@loksa.ee. Открытие письменных предложений состоится **05.06.2025 в 11:30** в зале городской управы Локса. Учитываться будут только предложения, поданные вовремя и в соответствии с требованиями.

Дополнительная информация: www.loksalinn.ee/kinnisvara-muuk
Информация по телефонам 509 4088, 603 1252.

Olete oodatud kuulama Loksa Kultuuri-keskusesse

Kontserti "Heliseb väljadel"

Eesti koorimuusikat esitab Loksa Muusikakooli Vilistlasnaiskoor.

Kavas on eelseisva laulupeo „Iseoma“ repertuaar jm...

14. juuni 2025 kell 14.00

Kontserdil astuvad üles pärimusmuusikud Sofia Rutiku ja Miia Vanahans

Kohtume peagi!