

ILU JA Tervis



VAHETUNNISPORT: Miks logeleta niisama, kui saab sõpradega väikese turniiri maha pidada.



AUHINNAMEHIKE: Tehtud omas koolis, antakse kõigile nelja-viielistele lõpetajatele.

Projekt "Tervist edendav kool"

Algatas WHO aastal **1992**. Esimesed Eesti koolid liitusid aastal 1993.

Ettevõtmine on vabatahtlik. Osalevad nii õpetajad, õpilased kui ka lapsevanemad.

Üritused ja õppused on aktiivsed ning ei piirdu ainult spordivõistlustega.



PÕNEV ON TERVISLIK: Lapsed on terved, kui neil on palju põnevat tegemist, arvatakse Paliveres.

Lugu tervislikust koolist

Mida tehakse ühes väikeses maakoolis selleks, et laste elu oleks tervislikum? **Helen Urbanik** käis Palivere põhikoolis uurimas.

Palivere on täiesti tavaline asula Lääne-maal. Pole siin erilisi vaatamisväärsusi ega tegutse siin ühtegi suurt ettevõtet. Vahel esineb kooli kõrge laega saalis mõni Eesti Kontserdi täht. Ja igal talvel peetakse asula äärses metsas maha maakonna meistri- võistlused suusatamises.

Mõne nädala eest sai ka Palivere üheks neist 26 koolist, millele Eesti Tervisekasvatuse Keskus andis tunnistuse "Tervist edendav kool". Neid peaks nüüd olema igas maakonnas, suuri ja väikesi, algkoole ja gümnaasiume. Paarkümmend lasteaeda veel lisaks.

Lugesin selle Maailma Tervishoiuorganisatsiooni rahvusvahelise programmi kirjel-

dust ja mulle vaatasid sealt vastu kuivad mõisted nagu "pilootprojektid" ja "rakendus-uuringud", räägiti vaimsest tervisest, koolikeskkonnast jne.

Otsustasin minna ise mõnda kooli vaatama, kuidas seal tervislikku elu elatakse. Paliverre sattusin täiesti juhuslikult.

KOOLI RAAMATUKOGUHOIDJA ja seitsmendike klassijuhataja Valvi Teras on Paliveres selle terviseasjanduse eestvedaja. Kui me neljapäeval kooli jõuame, on tema klass parasjagu sõitnud mingitele maakonna tervisevõistlustele.

Direktor Tõnis Peikeli ja õpetaja Teras

esimestest lausetest on aru saada, et selles koolis tehakse väikesi ja lihtsaid asju, mis ei nõua palju raha. Kuid tegemist on palju ja see teebki laste elu huvitavaks. Paljud asjad said alguse ammu enne tervise-edendusprojektiga liitumist. Näiteks on kõik selle kooli õpilased läbinud esmaabikursused. Nad on käinud uurimas kohalikku päästeteenistust. Selles koolis on peetud porgandipäeva: igaihele, kes kooliuksest sisse astus, pisteti pihku värske puhastatud porgand.

Eestis ei ole arvatavasti palju neid koole, mis ostaksid toiduaineid mahepõllundustalust. Palivere koolisöökla kartulid-kaalid on pärit ühest niisugusest. Direktoril on veel üks

kindel põhimõte: kooli söökla olgu kooli oma, siis saavad lapsed maitstvat toitu. (Neljapäeval laual: liha-klimbisupp ohtra juurviljaga, magustoiduks kissell nii suure vahukoo- retupsuga, et taldrakupõhja polnud selle alt peaaegu nähagi.)

POOLE TOSINA AASTA EEST ei söönud pooled Eesti lastest koolis lõunat. Paliveres võib need ühe käe sõrmedel üles lugeda. "Tüdrukud, kes on jõudnud teatavasse ikka," naljab direktor Peikel. Hoolimata sellest, et iga lõuna kalorid on sööklatäididel täpselt välja arvutatud ja need ei ületa kunagi mõistlikkuse piire.

LEMMIKALA: Savi- ja klaasimätsimisest populaarsemat tegevust Paliveres pole.

Palivere põhikool

159 õpilast, 14 õpetajat.

Tegutseb aastast 1992, kuni selle ajani
algkool.

Täismõõtmelises spordihoones jõusaali ja saunaga (jalgpall, korvpall, saalibändi). Kooli kõrvalt algab männimets, kus on Läänemaa parimad jooksu- ja suusarajad.

Koolis tegutseb Haapsalu muusikakooli osakond (puhkpillid).

Kõvem keraamika ja klaasehistöö klass
(ringis käib kolmandik koolist ja hulk
alevi elanikke).

Palivere asulas (80 km Tallinnasse, 20 km Haapsallu) on 1000 elanikku.

Perearst ja hambaarst töötavad 10 km kaugusel Taebas. Koolilapsed mõõdetakse üle kord aastas.

Terviseprojekt algas Paliveres eelmisel sügisel. Esimeseks korraldati 5.–9. klassi laste seas anonüümne küsitlus. Kõige tähelepanuväärsem tulemus oli vast see, et 12 last teatas: nad peavad ennast pidevalt suitsetajateks.

Selgus seegi, et mida klass edasi, seda sagedamini hakatakse alkoholi jooma. Nooremad võtavad vanematega vanaaastaõhtul lonksu šampust, vanemad joovad juba koos sõpradega.

Järgmiseks on õpetaja Teras välja mõelnud terve hulga loenguid, teabepäevi, spordipäevi ja kohtumisõhtuid, aasta lõpuni välja. Ta tahaks kindlasti võtta midagi ette lasteva-

nematega. "Laps õpib sotsiaalsest keskkonnast," rõhutab ka Kadi Lepp Tervisekasvatuse keskusest. Loengute pidamise tervendavasse jõusse Lepp väga ei usu, ta soovib moraali lugemise asemel mõnda aktiivsemat tegevust. Ilmselt midagi sellist nagu üks isadepäev, mil Palivere lapsed tulid kooli terve perega ja maha peeti ägedad spordivõistlused.

Tuleval talvel vastavad õpilased veel kord samadele küsimustele, et saaks tulemusi võrrelda. Kogu selle krempli korraldamiseks sai kool 10 000 krooni toetust.

KAS TERVISE-EDENDAMINE tähendab ainult spordivõistlusi ja korralikku kõhutäit lõuna ajal?

Direktor arvab, et tegelikult käib selle alla kõik, mis lapse elu vähegi põnevaks teeb. Ta tunneb erilist uhkust kooli keraamikaklassi üle. Savi ja klaasi mätimine meeldib lastele nii väga, et kolmandik õpilastest käib seda tegemas ka pärast tunde. Ühe hingusele läinud firma käest sai käsitööõpetaja terve laadungi vorme. Need on laste erilised lemmikud. Neis põletatakse väikesi savimehikesi ja -loomi, mida pärast kõlbab üle värvida.

Palivere koolis käib poisse, kes lunivad spordihooone juhatajalt võit ka siis, kui seal on õhtul trennid läbi või nädalavahetusel midagi ei toimu. Nende pärast direktor ei murretse. "Kellel huvi spordi vastu nii suur, sellel pole aega alevi peal lollusi teha."

Kõige raskem on nende lastega, keda mitte miski ei huvita. Õpetaja Teras peab suureks saavutuseks näiteks seda, et sel nädalal esietendub näidendis "Kevade" tegelastest tänapäeva maailmas mängib Tõnissoni üks poiss, kes tavaliselt niisugustel üritustel üles ei astu.