

## Kuukiri

Mai 2024

[Loe uudiskirja veebis.](#)

### Jaak Aru „Alla 65 keelatud“

Kirjastuse Otto Wilhelm 2024. aasta väljaanne. 128 lk.  
Kaanepildi kujunduses tehisaru illustratsioon.

Äsja pensionile jäänud Jaak Aru töötas kümme aastat viimast aastat eakate arstina Saksamaal. Kokkupuude sadade patsientide ja nende sugulastega ajendas teda oma kogemusi kirja panema.

Jaak Aru on eesti arst ja arstiteadlane. Ta lõpetas aastal 1975 Tartu 8. Keskkooli ja 1983. aastal Tartu Riikliku Ülikooli arstiteaduskonna cum laude. [Wikipedia](#)



Raamatu motoks võib pidada tagakaanel kirjutatut: Keegi meist ei soovi, et vanaduspõlv kujuneks kurbade kogemuste teekonnaks.

„Alla 65 keelatud“ asemel eelistaks autor ise pealkirja „Pensionäri käsiraamat“, kuid küllap seda võivad lugeda nii mittepensionärid, kui ka nooremad kui 65 aastased. Raamat on kirjutatud väga ladusalt, sisaldades ka soovitusi ja õpetussõnu, kuid Arule iseloomulikult hoogsa muigega, nii, et kellegi pole vaja muretseda, et kogenud arst meid liigselt kahjulikes harjumustes süüdistama hakkab. Lõpuks on ju eluviis ja elukvaliteet igaühe enda asi, kuid kasulik on teada, mida arvab tark ja kogenud doktor. Lugege ja te ei kahetse!

Raamatu esitlused toimuvad 11.juunil Tallinnas Solarise Apollo raamatupoes kell 15 ning Tartus 13.juunil kell 15 Tasku raamatupoes.

Aimar Altosaar

MTÜ Kuldne Liiga juhatuse liige

---

## Kuldliiga Klubi teeb huvikaitsekoostööd Tallinna muuseumidega

Sellel aastal saime taas käima Kuldse Liiga klubid. Kaks esimest toimusid jaanuaris ja veebruaris Mauruse pubis, Estonia pst 8 kus käisid meiega kohtumas kirjanik Imbi Paju ja teadusajakirjanik Marek Strandberg. Pubi asub Tallinna Keskraamatukogu hoones ning meil on kavas raamatukoguga edaspidigi teha koostööd. Uusi ideid selles osas on pakkunud raamatukogu sotsiaalse kaasatuse spetsialist Leelo Ainsoo, kes lõi kaasa ka esimeste klubiõhtute korraldamisel.

Kolmas klubiüritus toimus meil KUMUs, kuhu kutsusid meid muuseumi publikuprogrammide kuraator Maria Lota Lumiste ja haridusprogrammide kuraator Darja Andrejeva.

11.aprillil saigi teoks KUMU ja Kuldliiga Klubi koostööüritus „Vanusesõbralikkus avalikus ruumis ja muuseumi kontekstis“. Vaatasime Hollandi kunstniku Melanie Bonajo teoste näitust „Kui keha ütleb Jah“, mille järel toimus nähtu üle elav arutelu.

Koostöö muuseumitega laieneb veelgi. Mais alustasime koostööd Tervishoiumuuseumiga nende 2025. aasta kevadel avatava vananemisele pühendatud näituse ja publikuprogrammi ettevalmistamisel. Kuldse Liiga juhatuse esimees Aimar Altosaar ja Agu Laius kohtusid näituse projektijuhi Kersti Möldre ja tema meeskonnaga. Kohtumine sujus kenasti ja koostöö jätkub.

Koostöökontaktid on tekkinud ka Arhitektuurimuuseumiga seoses ligipääsetavuse teemaga avalikus ruumis.

**Hooaja lõpul on traditsiooniliselt toimunud Kuldliiga piknikud**, mis sellel korral on ühitatud klubiüritusega, sest me keskendume seekord ühele teemale: kuidas infotehnoloogia, eriti tehisaru võimalusi saaks vanemate inimeste elukvaliteedi tõstmiseks paremini ära kasutada.

**14.juunil kell 18 algaval piknik-klubi üritusel osalemiseks** palun andke eelnevalt teada [info@liiga.ee](mailto:info@liiga.ee) või [altosaar.aimar@gmail.com](mailto:altosaar.aimar@gmail.com) ning tasudes 10 eurot MTÜ Kuldne Liiga arveldusarvele, märkides „annetus“.

[Mittetulundusühing Kuldne Liiga • EE697700771000924787](https://www.kuldneliiga.ee) Nii oskame piknikuks vajalikku varuda.

Piknik-klubi toimub aadressil Kastani tee 1 Tuulna küla Lääne-Harju vald. Buss nr 145 Tärnpu bussipeatus, Elroni rongiga Klooga jaama, sealt 2,5 km.

Aimar Altosaar  
juhatuse liige

Agu Laius  
huvikaitsejuht

---

## Kuldne Liiga andis välja vanusesõbraliku Eesti põhimõtete raamatu

Kuldne Liiga on välja töötanud vanusesõbraliku Eesti põhimõtteid, levitab ja kutsub neid järgima. Paljud omavalitsused, vanemaealiste nõukogud ja teisedki huvirühmad soovisid, et vanusesõbralikkuse põhimõtted oleksid välja antud ka brošüürina.

Nüüd on kena kompaktne ja häid näited sisaldav käsiraamat kaante vahel ja soovitusena kasutatav nii riigiasutustes, omavalitsustes, vabaihendustes kui ka ettevõtetes.



Soovijad saavad raamatu osta, maksab 5 eurot + km. Sellega katame Kuldse Liiga projekti omafinantseeringu kohustust. Tellimiseks kirjuta oma soov: [agu.laius@gmail.com](mailto:agu.laius@gmail.com)

Agu Laius  
huvikaitsejuht

Toeta Kuldset Liigat annetusega, tee püsiannetus oma pangas!  
Kuldne Liiga vajab oma tegevuse hoogustamiseks ja vanemaealiste huvikaitseks toetajate annetusi.

Annetuse saab teha **MTÜ Kuldne Liiga pangakontole EE697700771000924787**, selgituseks: Annetus.

**Sinu annetus aitab Kuldset Liigal saavutada, et Eesti oleks vanusesõbralik.**

MTÜ Kuldne Liiga on kantud [Vabariigi Valitsuse tulumaksusoodustusega mittetulundusühingute, sihtasutuste ja usuliste ühenduste nimekirja](#) ning ühingule tehtavad annetused on tulumaksuvabad.

MTÜ Kuldne Liiga uudiskiri. Rohkem infot: [www.liiga.ee](http://www.liiga.ee)  
Antud postiloend töötab vaid uudiskirja edastamiseks.

Uudiskirja sisule reageerimiseks saada kiri: [info@liiga.ee](mailto:info@liiga.ee)  
Uudiskirja listiga liitumiseks või lahkumiseks saada kiri: [nova@liiga.ee](mailto:nova@liiga.ee)