

ULOS KORONAN PIINASTA? AINAKIN ULOS KEVÄÄN RAIKKAUTEEN

Meistä kaikista on vuoden aikana kouluttu aikamoisia koronan asiantuntijoita, meitä on suorastaan rasitettu valtavalla tietomäärällä maailman tuskaa ko. taudista. Rokotusasioita on pyöritelty runsaasti julkisuudessa, studioihin on marssitettu monia asiantuntijoita, joiden esittämät tiedot ovat peräisin pääasiassa ulkomaisista tutkimuksista. Jo rokotettuja henkilöitä on sairastunut koronaan ja lisäksi myös rokotuksen tiedetään aiheuttaneen vakavia komplikaatioita. Onneksi niitä on ollut häviävän vähän, mutta pienen varjon ne heittävät itse taudin ukkospilven viereen. Väestö joutuu nyt itse punnitsemaan rokotuksen hyötyjä ja haittoja, oikeastaan olemme siinä perusasetelmassa, joka on elämässä muutoinkin koko ajan läsnä. Toki rokotus varmuudella estää vakavamman tautimuodon kehittymisen. Nämä ovat lääketieteen alaan kuuluvia asioita, niissä on kysymys siitä, mitä asiantuntijat meille vakuuttavat. Otettu rokotus suojaa yksilöä.

Ajelin 110 tietä Piikkiössä, Turun suunnasta kotiinpäin, koulun pelikentän ohitse. Siinä sain nähdä miellyttävästi sykähdyttävän näkymän. Sellainen ei pari vuotta sitten olisi kiinnittänyt huomiota, mutta nyt kyllä: Jalkapallokenttä oli aivan täynnä toisella kymmenellä olevia pelaajia, autosta katsoen en erottanut kasvoja, mutta kuvittelin tuon valtavan tiimellyksen olevan heistä riemastuttavaa. Se lämmitti mieltä. Oliko se merkki, että korona alkaisi olla ohitse? Ainakin se oli siitä vahva signaali, vai kuullaanko vähän myöhemmin taas tautiryppäistä. Alkuvuikosta poikkesimme asioilla Porin keskustassa, oli aurinkoinen ja lämmin päivä, pubien ja ravintoloiden terassit olivat erittäin täynnä asiakkaita. Minkäänlaisia turvavälejä ei ollut, eikä maskeja näkynyt. Siellä en päässyt kokemaan samanlaista mielen kohentumista, kuin nähdessäni ne nuoret jalkapalloharjoituksessa. Siinä oli esimerkki, miten yhdessä yössä koronan uhka oli mukamas poistunut, vaikka tartuntaluvut ovat edelleen korkeat. No, päivästä ja viikosta toiseen olemme jo tottuneet menemään eteenpäin ja odottamaan taudin väistymistä. Väistymisestä ilmeisesti pitää puhua, edes optimistisimmat asiantuntijat eivät usko taudin maapalloilta kokonaan poistuvan. Tämän hetken tiedon mukaan tauti pysyy vielä pitkään riesanamme, kukaan ei vaan tiedä mitä se tarkoittaa.

Vielä on muutama päivä, tämän toisen koronakevään, liikunnan haastekampanjaa jäljellä. Miten on toiminut yhdistystemme liikuntavastaavien ja liikuntakortteja täyttävien jäsentemme viestintä? Rohkenen ajatella, että aktiiviset liikkujat kyllä ilmoittavat suorituksensa ja samoin liikuntavastaavat kyselevät tuloksia. Ymmärrän kuitenkin senkin, että kaikki eivät ole syystä tai toisesta voineet olla niin hyvin mukana, kuin silloin, kun kokoontumiset olivat rajoittamattomia. Silloin oli paljon erilaisia kohtaamisia ja kannustaminen ja ilmoittaminen sujuivat vaivattomammin.

Monissa yhdistyksissä ulkoboccia on taas alkanut, niin täällä Piikkiön yhdistyksessäkin. Kenttä on kuivunut mukavasti ja maskit kasvoilla ja käsineet

kädessä peli kulkee. Samalla kokoontumisella osa paikalle tulleista voi tehdä sauvakävelylenkin, kaikki eivät mahdu samaan peliin kerralla. Jokaisella kerralla, kun olen ollut mukana, olen laittanut merkille kivan tunnelman pelipaikalla. Jäsenillä on todella tarpeellista nähdä toisiaan ja puhua kokemuksistaan; miten talvi on sujunut, koska saa toisen piikin ym. Kokoontumiset ovat selvästi osoittaneet sen, että kerhoja ja muita tilaisuuksia odotetaan jo innolla.

Tällä viikolla oli myös V-S piirin kevätkokous, joka pidettiin Turussa Tarmon talolla ja osittain netin välityksellä. Liikunta-asia oli heti aluksi esillä ennen kokouksen alkua. Syksyn liikunnan haastekampanjassa oli kaksi yhdistystä lähellä neljäkymmenen suhdelukua, vieläpä hyvin lähellä toisiaan. Voiton vei Valtion Eläkkeensaajat VES-TURKU ja toiseksi tuli Liedon Eläkkeensaajat. Kolmanneksi kiri hienosti Runosmäen Eläkkeensaajat. Oli ilo saada luovuttaa V-S piirin kiertopalkintopokaali VES-TURUN edustajalle, Matti Sarvirannalle. Korkeisiin suorituslukemiin pääseminen on edellyttänyt yhdistyksen jäseniltä hyvää innostuneisuutta asiaan ja tahtoa lähteä liikkeelle myös vähän huonompaankin säähän, usein tuuleen ja tuiskuun. Kampanja käytiin ajanjaksona, jolloin sisäliikuntapaikat olivat visusti suljettuina. Kärkisijoille päässeillä on ollut paljon suorituksia ja määrätietoista ponnistelua jäsenten kunnan vaalimisessa. Kiitokset kaikille osallistuneille yhdistyksille, suorituskertoja oli yhteensä yli 22000. Kilpailu on mukava ja leikkimielinen seikka saada väkeä liikkeelle, se on osa yhteisöllisyyttä ja palvelee kaikkien osallistujien terveyttä ja hyvinvointia. Voittajayhdistys sai lisäksi lahjakortin suorituksestaan ja kaikkien osallistuneiden yhdistysten kesken arvottiin toinen lahjakortti, jonka sai Salon Eläkkeensaajat.

Korona varmasti väistyy aikanaan ja pääsemme lähelle sellaista aikaa, jota elettiin ennen pandemiaa. Aika on kuitenkin edennyt vauhdilla ja olemme kaikki samalla ikääntyneet, monille on ehkä jäänyt hoitovelkaa tai tullut lisää vaivoja. Kenties olemme menettäneet jotain toimintakyvystämme. Liikunnan harrastus on juuri sitäkin varten tärkeää, että säilyttäisimme mahdollisimman paljon kuntoamme. Liikunta on meille kaikille ensisijaisesti hyödyllinen henkilökohtainen asia. Kehon hoitaminen monipuolisella liikunnalla luo edellytykset tehdä muutakin elämään liittyvää, enemmän voimia vaativaa ja tietysti mukavia asioita. Paljon on sellaisia harrastuksia, jotka sitten kehittävät vielä lisää kuntoa, tanssit, erilaiset pelit ja musiikkielämykset. Fyysinen harjoittelu parantaa myös henkistä kuntoa. Ikäihmisten liikunnassa on lähinnä kysymys ylläpidosta ja parhaimmillaan kehittämisestä. Liikunta sinänsä saa aikaan hyvänolon tuntemuksia, ne ovat iäkkäämmillä ihmisillä mahdollisia vain siten, ettei rasitu liiaksi. Liikunnan on hyvä olla sopivan raskasta, sen rajan jokainen kyllä löytää kokeilemalla.

EKL suunnittelee liikunnan saralle monenlaista mukavaa, jopa valtakunnallisia suunnistuskilpailuja ensi syksyyn. Liikuntavastaavat, muistattehan vastata liiton ennakkokyselyyn osallistujista yhdistyksistänne. Itse toivon saavani keväätalven

liikuntakampanjan tulokset helatorstaihin mennessä, ehdoton takaraja on helluntai 23.5. Osasta piirin yhdistyksiä en saanut liikuntailmoituksia lainkaan, arvelen kuitenkin jokaisessa yhdistyksessä olevan jonkin verran liikunnan harrastajia ja koiran omistajia. Lemmikin ulkoiluttajat liikkuvat joka päivä, otan mielelläni vastaan vähäisemmätkin suoritusmäärät. Esim. monet pihatyöt, luetaan myös suorituskerraksi. Hyötyliikunta on suositeltavaa ja tekijälleen monesti palkitsevaa. Liikuntakampanjat ovat yksi osa liikunnan harrastamisen edistämistä piirin yhdistyksissä, kampanjan tulokset näkyvät kaikille suorituskoosteessa. Liikunnan edistäjän tehtävän saaneena haluan sanoa kaikille, että ne yhdistykset, joilla on vähemmän suorituksia tai ei lainkaan, ovat yhtä tärkeitä ja arvokkaita toimijoita. Niissä ei vain ole suuntauduttu tälle liikunnan haastealueelle kovin vahvasti ja liikuntaa harrastetaan yksityisesti. Yhdistyksien jäsenet ja hallitus valitsevat oman toimintansa painopisteet, he tuntevat paikalliset olosuhteet ja edellytykset parhaiten ja arvostan sitä.

Kevään aikana mielessäni on useasti ollut V-S piirin liikuntapäivän järjestäminen. Korona on aiheuttanut nyt niin paljon erilaisten tapahtumien siirtoja kesään ja syksyyn, että tilaisuudelle ei ole oikein hyvää paikkaa. Tämä ei tietenkään sulje pois yhdistysten välisiä pienimuotoisempia liikunnallisia tapaamisia, koronarajoitusten sallimissa rajoissa. Nyt tulee ponnistella näiden siirrettyjen tilaisuuksien onnistumisen hyväksi. Tämä on tämän hetken todellisuudessa tekemäni arvio asiasta.

Sisäboccian kilpailut järjestetään kesäkuun alussa täällä Piikkiössä. Kuntavaalit osuvat koko maassa kesäkuun alkuun, liikuntaa siinäkin tulee, kun tekee kävelyretken äänestyspaikalle, syreenien kukkiessa. Piirin kesäretki toteutuu heinäkuun alussa. Ulkoboccian piirinmestaruuskisat pidetään Kaarinassa elokuun alussa ja samoin piirin teatteriretki Tampereelle. Boccian toiselle kilpailupäivälle osuu piirin reissu Ypäjän musiikkiteatteriin, Diandran konserttiin. Konsertti siirtyi kesäkuulta elokuulle V-S piiristä johtumattomista syistä. Elokuun lopulla on kesäpäivän vietto Ruissalossa. Monenlaista mukavaa on siis tarjolla, kannattaa katsoa piirin ”sivuilta” tarkat päivämäärät. Varmasti meillä kaikilla on harras toive, että pääsisimme syksyllä kokoontumaan edes melkein vapaasti. Henkilökohtaisesti odotan innolla Raikulien ja Taapparusten kokoontumisia.

Välillä on satanut lunta, väliin vähän vettä ja tuullut ja sitten taas aurinko näyttäytyy. Siinä on tiivistettynä kevään etenemisen hetkiä. Nautitaan kevään raikkaudesta, sen tuomasta valoisuudesta ja toiveikkuudesta.

Kaarinan Piikkiössä 25.4.2021

Tunnelmallista vappua kaikille

V-S piirin liikuntavastaava

Jouko Aalto