



# Eläkkeensaajien Keskusliitto EKL ry

Pensionstagarnas Centralförbund PCF rf

Uutiskirje 7/2025

syyskuu 2025

## UUTISKIRJEESSÄ:

- [Verkkohuijauksia liikkeellä taas](#)
- [Järjestöasiaa](#)
- [Elinvoimaa](#)
- [Koulutus](#)
- [Eläkkeensaaja-lehti 5.9.](#)
- [Tulevia tapahtumia](#)
- [KVN-hankkeen kuulumisia](#)
- [Verkosta virtaa](#)
- [EETUn alueelliset eläkeläisparlamentit](#)
- [Ajankohtaista](#)
- [Tarjouksia jäsenille, yhdistyksille](#)



## Verkkohuijauksia liikkeellä taas

*"Onko teillä aikaa? Tarvitsen teitä hoitamaan kiireellisen tehtävän puolestani mahdollisimman pian. En voi soittaa juuri nyt, koska olen kokouksessa. Ole hyvä ja vastaa vain tähän viestiin."*  
Edellä mainitun kaltaisia viestejä on nyt liikkeellä mm. liiton puheenjohtajan sekä piirien ja yhdistysten puheenjohtajien nimissä, niihin ei tule missään nimessä vastata.

Traficommin Kyberturvallisuuskeskus on myös varoittanut eläkkeensaajiin kohdistuneista verkkohuijauksista. Keskus on mm. havainnut useita huijausyrityksiä, joissa rikolliset esiintyvät eläkeyhtiöinä. Huijauksissa asiakkaita houkutellaan avaamaan linkkejä sekä syöttämään henkilö- tai pankkitietoja väärennetyille sivuille. Tutustu Ilta Sanomien keräämiin ohjeisiin verkkohuijauksia vastaan [klikkaamalla tästä](#). Ohjeiden lopusta löytyvästä lähteen linkistä pääset käsiksesi myös Ilta Sanomien asiasta kertovaan artikkeliin 22.8.2025.

Pian kolahtaa postilaatikkoosi tuore Eläkkeensaaja-lehti josta pääset hiukan aistimaan myös kesäkuun liittokokoustunnelmia.

Timo Kokko

P.S. [Iltalehti uutisoi](#), että liikkeellä on myös Suomi.fi-palvelun nimissä lähetettyjä huijausviestejä.

## Järjestöasiaa

### Iloa liikunnalla

Iloa liikunnalla on Opetus- ja kulttuuriministeriön tuella toteutettava tapahtumasarja, joka kokoaa yhteen kaikki yhteisöllisestä liikunnasta kiinnostuneet. Ensimmäinen tapahtuma järjestettiin liiton frisbeegolfin mestaruuskilpailujen yhteydessä Kouvolaan 27.8. ja se keräsi iloiseen ulkoilupäivään noin 50 liikkujaa.

Seuraavaksi tavataan Höntsälentiksen merkeissä **Valkeakoskella 7.11.** ja K60 tanssibileissä **Helsingissä 2.12.** Lisätietoja [täältä](#).

Näissä tapahtumissa tärkeintä on ilo ja rento meininki! Tervetuloa mukaan!

# Yhteisöjärjestämisen ensiaskeleet EKL:ssa

Yhteisöjärjestämisen avulla voidaan hankkia yhdistykselle näkyvyyttä ja uusia jäseniä sekä kokeilla uudenlaista toimintamuotoa, jonka tavoitteena on aktivoida olemassa olevia jäseniä mukaan toimintaan. EKL:ssa kokeillaan tänä syksynä yhteisöjärjestämisen voimaa Hyvä lähiympäristö -kampanjassa yhdessätoista yhdistyksessä. [Lue lisää](#) ja innostu mukaan koulutuksiin!

## Eläköitymisvalmennukset

Järjestämme erikseen sovitusti valmennuksia eläkkeelle siirtymässä oleville henkilöille. Tänä vuonna toteutamme kahdeksalla paikkakunnalla valmennuksia, joista suurin osa toteutetaan ammattiliittoyhteistyönä. Jatkamme mielellämme näitä valmennuksia eri mittaisina myös uusilla alueilla, myös etätoteutuksin. Meille saa jakaa tietoa yhteistyöstä kiinnostuneista paikallisista toimijoista. Entä olisiko yhdistyksenne halukas organisoimaan alueella eläkkeelle jäämässä oleville koulutusta? Yhteydenotot ja lisätiedot: Järjestöjohtaja [inari.juntumaa@ekl.fi](mailto:inari.juntumaa@ekl.fi) ja 040 905 1940

## Elinvoimaa

EKL Elinvoimaa-toiminnan punaisena lankana on ikääntyneiden mielen hyvinvoinnin vahvistaminen. Tutustu Elinvoimaa-toiminnan ajankohtaiseen tarjontaan [tästä](#).

## Koulutus

Syksyn koulutukset näet [kotisivuiltamme](#). Muista myös [verkkokoulutuksemme](#). Vielä ehdit mukaan syksyn ensimmäiselle kurssille; Näyttämötaiteen kurssi 25.9. Käpylän työväentalossa, Helsingissä.

## Eläkkeensaaja-lehti 5.9.

- Ilkka Kantola: Iloa ja ystävyyttä, yhdessä elämistä
- Leena Rosenberg: Seksuaalisuus ja ikääntyminen
- Tuula Kujala: Eläkkeensaajien terveyst matka Suhumiin 1969
- Annika Pihlajasaari: Afrikkalainen sikarutto leviää Suomen lähialueilla – Vältä lihatuliaisten tuomista
- Leena-Maija Tuominen: Leena-Maijan kirjastossa - Rajoitettua vapautta

[Poimintoja lehdestä](#)

Kannen kuvassa Simpeleen Eläkkeensaajien jäsen näyttää mallia siitä, kuinka siellä osataan ottaa rennosti. Kuva: Anja Repo.



## Tulevia tapahtumia

### Vanhusneuvostopäivät

Vanhusneuvostopäivät tulevat taas! Tapahtuma pidetään 21. - 22.10. Kiipulassa. Ilmoittautuminen tapahtuu poikkeuksellisesti sähköpostilla

suoraan Eero Kiviselle, **takaraja on 23.9.** Lisätietoa ja ohjeet ilmoittautumiseen löytyvät [tästä linkistä](#).



## Eläkkeensaaja-lehden lukijamatka Tarttoon 11.-14.12.2025

Viron toiseksi suurin kaupunki Tartto muuttuu joka vuosi ennen joulua tarunhoitoiseksi satukaupungiksi, joka tarjoaa tekemistä ja kokemista kaikenikäisille. Lähde mukaan lukijamatkalle, mukana myös liittomme puheenjohtaja Ilkka Kantola. Tutustu tarkemmin ja ilmoittaudu mukaan [klikkaamalla tästä](#).



## Jäsenristeily Tukholmaan 20.-22.4.2026

Ennakkotietoa! Tarkemmat [tiedot lokakuun Eläkkeensaajassa](#). Risteily tulee ryhmämyyntiin maanantaina 6. lokakuuta.

Risteillää psykologi *Pirkko Lahti* johdattelee jäsenet ja yhdistysaktiivit teemaan **Yhdessä**.

**Jäsenristeily Tukholmaan 20.-22.4.2026**  
**Silja Symphonylla**

Ennakkotietoa! Tarkemmat tiedot lokakuun Eläkkeensaajassa. Risteily tulee yleiseen myyntiin maanantaina 6. lokakuuta.

**Retket Tukholmassa**  
Kaupunkieritys / Abba-museo / Väkevä viinaa ja viljelijä viikkejä / Kansallismuseo

|                                               | Henkilönlää / hytti |         |         |         |
|-----------------------------------------------|---------------------|---------|---------|---------|
|                                               | 1                   | 2       | 3       | 4       |
| A-luokka, hinta/henkilö                       | 230 eur             | 185 eur | 170 eur | 165 eur |
| Promenade, hinta/henkilö                      | 225 eur             | 185 eur | 170 eur | 160 eur |
| B-luokka, hinta/henkilö                       | 210 eur             | 175 eur | 165 eur | 155 eur |
| DeLux P (kävelykadulle ikkuna, hinta/henkilö) | 370 eur             | 240 eur |         |         |
| DeLux (merinäköala ikkuna, hinta/henkilö)     | 415 eur             | 260 eur |         |         |
| Commodore                                     | 665 eur             | 485 eur |         |         |

Hinta sisältää matkan polttoaineliseen, kaksi merialueita, buffet-ruokailun, tervetuloa kahvipöydän, toisen päivän kahvin ja pullan sekä risteilyn ohjelman.

**Ryhmävaraukset, vähintään 10 henkilöä**  
Ryhmävaraukset hinta puh. 010 23 23 440 / erikseen myytävissä  
Ryhmävarauksissa ennakkomaksu 60 euroa/henkilö ja se eräytyy 1.12.2025. Loppumaksu maksettava viimeistään 45 vuorokautta ennen matkaa.

**Pirkko Lahti,**  
psykologi, Suomen Mielen terveysseuran pitkäaikainen toiminnanjohtaja (1983-2006) ja yhteiskunnallisen vaikuttajan  
**johdattelee jäsenet ja yhdistysaktiivit teemaan:**  
**Yhdessä**

**Ilmaispaiikat**  
Ryhmäkeräykset, jotka tuovat yli 20 henkilöä, saavat yhden ilmaisen risteilyn sisältäen:  
- yksi paikka jaettuna kahden hengen A-hytissä  
- 2 x buffet-illallinen ja 2 x merialue  
- 1 x tervetuloakahvi (menomatka)  
- 1 x kahvi + pulla (päämatka)  
Jos sama yhdistys tai pari kerää 40 osallistujaa, sitä saa kaksi ilmaista risteilyä ja niin edelleen.

## KVN-hankkeen kuulumisia

Järjestämme syksyn aikana kaikille avoimia webinaareja, tervetuloa mukaan.



- 16.9. klo 17. [Sopivasti itsekäs](#). Ehtisikö eläkkeellä vihdoinkin elää juuri omanlaista elämää? Sini Astren, Naistenkartano ry
- 7.10. klo 16.30. [Taloudellinen valmistautuminen eläkkeelle](#). Mitä asioita kannattaa huomioida? Minna Markkanen, Takuusäätiö
- 5.11. klo 16.30. [Seksiä, läheisyyttä ja itsensä näköistä ikääntymistä](#). Keskustelua seksuaalisuudesta, kehosta ja läheisyydestä elämän myöhemmissä vaiheissa. Jarna Rintaniemi, Sexpo
- 10.12. klo 17. [Vahvista aivoterveysttäs!](#) Anita Pohjanvuori, Muistiliitto

**Viestipaja etsii podcastista kiinnostuneita noin 55-67 -vuotiaita Kuopion ja Kymen piireistä. Tule mukaan tai pyydä tuttavaa lähtemään!**

Tule tekemään Kokemusvoimalla näkyväksi -podcastia! Aiheet päätetään porukalla. Aiempaa kokemusta ei tarvita, sillä meillä on huippuhyvä kouluttaja!

Aikataulu: etätapaaminen 9.10. klo 14-16 ja tiivis käsikirjoitus- ja nauhoitusleiri 5.-6.11.2025 Imatran kylpylässä. Leiri on maksuton. On tärkeää, että mukaan haluava osallistuu kaikkiin tapaamisiin.

Ilmoittaudu Inkalle puh. 050 352 4385.

## Verkosta virtaa

### Haluaisitko auttaa ikätoveriasi ”digimäessä”?

**Etäinfot vapaaehtoisena tietotekniikan vertaisopastajana toimimisesta Teamsissa ti 23.9. klo 10-11 ja to 25.9. klo 14-15.**

Molemmissa infoissa on sama ohjelma ja voit osallistua kumpaan vain tai molempiin.

Juhan ja Pekan alustuksen lisäksi kolme eri opastajaa kertovat millaista on olla opastaja ja millaista toimintaa he järjestävät. Etätalaisuuteen osallistuminen ei sido sinua mihinkään.

Lue lisää : <https://www.verkostavirtaa.fi/tapahtumat/>

**Ilmoittaudu** (ja kysy tarvittaessa lisää) **19.9. mennessä**. Saat paluupostissa Teams-linkin tilaisuuteen.

## EETUn alueelliset eläkeläisparlamentit

Eläkeläisliittojen etujärjestö EETU järjestää syksyllä 2025 kuusi alueellista eläkeläisparlamenttia, joiden aiheena on eläkeläisten ja ikääntyneiden tarpeet ja palvelut hyvinvointialueilla. Tilaisuudet on suunnattu EETUn jäsenjärjestöjen alueellisille luottamushenkilöille sekä hyvinvointialueiden vanhusneuvostojen jäsenille. Tilaisuuksien alussa kaikilla paikkakunnilla on kahvitarjoilu. Tapahtumista on tiedotettu piirejä ja jäsenyhdistyksiä.

### Alueelliset eläkeläisparlamentit 2025:

15.9. klo 12.30, Kuopio, Hotelli IsoValkeinen

30.9. klo 14, Lahti, Fellmannia.

23.10. klo 13, Raasepori, Sigurd Snåresalen

28.10. klo 13, Kotka, Merikeskus Vellamo

30.10. klo 13, Helsinki, Varma

29.10. klo 13, Mikkeli, Scandic

## Ajankohtaista

### Sote-järjestöiltä leikkaaminen syventää sote-palveluiden kriisiä

SOSTEn jäsenjärjestöt ja yhteistyöjäsenet (yli 200 järjestöä) vetoavat hallituspuolueiden edustajiin, jotta hallitus ei hyväksy ministeri Purran ja valtiovarainministeriön esittämää 100 miljoonan euron lisäleikkausta järjestöjen valtionavustuksiin. Jo aiemmin päätetyt 140 miljoonan euron leikkaukset ajavat monia toimintoja alas. Eniten leikkauksista kärsivät tavalliset ihmiset, jotka hakevat apua ja tukea järjestöistä. Lue lisää ja katso allekirjoittajat [klikkaamalla tästä](#).

## Ilmoittaudu mukaan OmaVeron asiakastestaukseen!

Kuolinpesän asioita voi hoitaa tulevaisuudessa OmaVerossa. Palvelussa uudet kuolinpesät voivat tilata kuolinpesän osakastiedot sekä täydentää varallisuustietoja perukirjaa ja perintöveroilmoitusta varten.

Palvelua rakennetaan parhaillaan ja nyt etsitään etätestaajia palveluun kirjautumiseen ja osakastietojen tilaamiseen. Testaa jilta toivotaan, ettei ei ole kokemusta kuolinpesän asioiden hoitamisesta. Lisätietoja saa myös liiton sosiaalipoliittiselta asiantuntijalta, [eero.kivinen@ekl.fi](mailto:eero.kivinen@ekl.fi), 0415221696. [Lue lisää ja ilmoittaudu tästä](#)

## 65 vuotiaiden valinnanvapauskokeilu

Valinnanvapauskokoilu käynnistyy 1.9. Kokeiluun osallistuu satoja yksityisiä terveysalan toimijoita, ja mukana ovat myös suuret valtakunnalliset yritykset. Kokeilun aikana 1,3 miljoonaa suomalaista saa mahdollisuuden asioida yksityisellä yleislääkärillä julkisen perusterveydenhuollon asiakasmaksun hinnalla. Kela julkaisee tiedot kokeiluun osallistuvista palveluntuottajista verkkosivuillaan viimeistään 1.9.2025. Tutustu tarkemmin asiaan [klikkaamalla tästä](#).

KULUTTAJALIITON webinaarista on julkaistu tallenne, joka on **katsottavissa torstaihin 11.9.2025 asti**. Hoitoon pääsy ja potilaan oikeudet 1/2: [MILLOIN KIIREETTÖMÄÄN HOITOON TÄYTY PÄÄSTÄ?](#)

Saat vastauksia muun muassa seuraaviin kysymyksiin:

- Mitä on kiireetön hoito?
- Mitä terveydenhuoltolaki sanoo hoitoon pääsystä?
- Kuinka nopeasti kiireettömään hoitoon pitää päästä?
- Millaista hoitoa enimmäisajat koskevat?
- Miten toimia, jos hoitoon ei pääse enimmäisaikojen puitteissa?



## Tarjouksia jäsenille, yhdistyksille

### Arjen täysihoitolomat Kiipulassa

Kiipula Turengissa tarjoaa EKL:n jäsenille edullista täysihoitolomatarjousta jonka hintaan sisältyy majoitus viihtyisässä Guest Housessa, neljä aterialla päivässä ravintola Rusthollissa, uimahallin ja kuntosalin käytön. Myös upeat urheilumahdollisuudet odottavat matkaan lähtijää.

Lisämaksusta tarjolla mm. fysioterapeutin, hierojan ja kosmetologin palveluita. Täysihoitolomia on tarjolla ma-to. Hinta alkaen 62 €/vuorokausi. Lue lisää [tästä klikkaamalla](#). Puh. 040 4563060, Sahanmäki 27, 14200 Turenki



Tervetuloa hyvän arjen täysihoitolomalle Kiipulaan!

Hintaan sisältyy majoitus viihtyisässä Guest Housessa, neljä aterialla päivässä ravintola Rusthollissa, uimahallin ja kuntosalin käyttö. Myös upeat urheilumahdollisuudet odottavat sinua!

Lisämaksusta tarjolla mm. fysioterapeutin, hierojan ja kosmetologin palveluita.

Täysihoitolomia tarjolla ma-to. Hinta alkaen 62 €/vrk.

Lue lisää: [www.kiipula.fi/taysihoitoloma](http://www.kiipula.fi/taysihoitoloma)  
Puh. 040 4563 060, Sahanmäki 27, 14200 Turenki

**Kiipula**

## Pop Up teltat

ovat edelleen tarjolla vuoden 2024 hinnoilla Eläkkeensaajien Keskusliitto EKL ry:n jäsenille! Myös painatukset ja lisävarusteet!

Telttamaailman Pop Up teltta toimii hyvin sääsuojana kilpailuissa, harjoituksissa, juhlissa, messuilla, kioskimyyntissä, yms. Se on helppo kuljettaa, pystyttää ja purkaa! Tarjous on voimassa vuoden loppuun asti ja löydätte sen [klikkaamalla tästä](#).

## Seuraava Uutiskirje 14.10.2025

### TULE MUKAAN TOIMINTAAN

Piirien ja yhdistysten luettelon löydät täältä

Katso

**Eläkkeensaajien Keskusliitto EKL ry**

Haapaniemenkatu 14, 2. krs, 00530 Helsinki

PL 168, 00531 HELSINKI

Puh. +358 9 6126 840

Sähköposti ekl@ekl.fi

Henkilöstön sähköposti:

etunimi.sukunimi@ekl.fi

- [Kotisivut](#)
- [Tilaa uutiskirje](#)
- [Päivitä tilaustiedot](#)
- [Kerro kaverille](#)
- [Tietosuojaseloste](#)

Osoitelähde: Asiakasrekisteri, uutiskirjeen tilaajat



Jos et halua meiltä enempää postia, [poistu](#) postituslistalta.