

Suomela toimii

Asociación Finlandesa Suomelan syyskausi oli työntäyteinen, niin hallituksen jäsenille kuin myös muille aktiiveille, piirien vetäjille, keittiöhenkilökunnalle ja kaikille niille, jotka mahdollistivat toiminnan ja erilaisten tapahtumien järjestämisen. Harrastuspiireihin osallistui jopa enemmän väkeä kuin edellisenä vuonna. On palkitsevaa käydä Suomelan salissa katsomassa iloisia piiriläisiä kun puheensorinan lomassa touhutaan ja valmistellaan erilaisia tuotteita.

Turtolan Ullan järjestämät retket kiinnostaviin paikkoihin ovat aina loppuunmyytyjä. **Liiran Veikon** johdolla valmistetut maukkaat keskiviikkolounaat ovat suosittuja. Golfkerho toimii hienosti ja harrastajien määrä on jatkuvasti kasvanut. Lokakuun alusta on tullut yli 200 pelaajaa seuraamme. Pelaajien lisääntyminen mahdollistaa uusien edullisten pelikenttien saannin golfarien käyttöön. Kilpailuihin osallistuminen on myös lisääntynyt. Viimeisin niinsanottu kinkkukisa keräsi yli 50 pelaajaa.

Järjestämämme erikoistilaisuudet kuten Aleksis Kivi -juhla, isänpäivänlounas ja pikkujoulu kokosivat salin täyteen. Tämä on parasta palautetta uurastuksesta. Meidän tulee olla kiitollisia näille henkilöille, jotka uhraavat omaa aikaansa yhteisön hyväksi. Tämä on yhteisöllisyyttä parhaimmillaan ja näin voi saada myös uusia ystäviä ja sisältöä elämään. Yhdessä tekeminen on parasta lääkettä yksinäisyyteen.



Vanhuus ei ole sairaus. Se on aikaa, jolloin voi nauttia kiireettä ansaituista eläkepäivistä ja harrastaa monimuotoisesti. Suomela tarjoaa siihen erinomaiset puitteet.

Kaikki edellä mainitut asiat ovat vaikuttaneet myös taloudellisesti. Olemme tulorahoituksella voineet panostaa toimintoihin, kiinteistöjemme kuntoon ja luoda entistä monipuolisempaa toimintaa. Voimme turvallisin mielin katsoa tulevaisuuteen.

Kiitokset vielä kaikille jäsenille, palataan taas tammikuussa ahertamaan ja nauttimaan auringosta ja Espanjan kevään tulosta.

Onnellista ja menestyksellistä vuotta 2015!

Olavi Turunen, pj.

Eläkeläiselämää Espanjassa

Neljäntoista vuoden ajan olen viettänyt talvikaudet Fuengirolassa. Kun syksyn pimeät saapuvat ja näen hanhiparvienv lentävän kohti etelää, alan kaivata etelän aurinkoa ja rentoa elämäntapaa. Ei muuta kuin oma puutarha talvehtimaan, matkalaukkuja pakkaamaan ja hyvästit kodille, lähiomaisille ja Porvoon ystäville kolmeksi kuukaudeksi tai puoleksi vuodeksi. Lähtiessäni monet toivottavat: ”Hyvää lomaa”. Tekee mieli vastata, että ei siellä vietetä lomaa, vaan siellä eletään tavallista eläkeläisen arkea päivä- ja viikko-ohjelmineen.

Terveys, ikä, perhesuhteet, kielitaito, harrastukset ja asuinolot vaikuttavat siihen, millaiseksi muodostuu elämä Espanjassa. Se ei ole rantaloman ja hotellielämän kaltaista lomailua syömisten ja juomisten siivittämänä. Eikä se ole pari vuotta sitten nähdyn TV-ohjelman kaltaista orveltämistä eri ravintoloissa. Tämä muutaman ravintolan kustantama ohjelma herätti pahennusta ja häpeää suomalaisyhteisössä. Miehet eivät yleisesti harrasta sotalaikkejä hiekkakuopalla ja naiset eivät yleensä jahtaa espanjalaisia miehiä kuten humalassa heiluva, kikattava naikkonen siinä ohjelmassa.

Fuengirola on ihanteellinen talvehtimispaikka ikääntyneille sään suhteen. Ei ole liian kuumaa, eikä liian kylmää, ei ole liukkaiden kelien vaaroja. Lämmin kausi jatkuu pitkälle joulukuun, sadekausi vaihtelee vuosittain joulukuusta maaliskuulle. Kevään merkit näkyvät jo helmikuussa, kun mantelipuut kukkivat ja villiorkideat ilmentyvät vuorten rinteille. Kuntoa voi pitää yllä ilmaiseksi kävelemällä meren rannassa,

Paseo Maritimolla, jossa voi istahtaa penkille katselemaan merta ja ohikulkevia tai voi nauttia virvokkeita rantakahviloissa. Parempijalkaiset voivat vaeltaa lähivuorille ja -kyliin ja samalla voivat tehdä havaintoja luonnosta ja espanjalaisen kylän elämästä.

Kuntoa voi kohentaa monissa kuntosaleissa tai liikunnallisissa ryhmissä Suomalassa tai Sofia-opistolla. Rohkeimmat ja kielitaitoa omaavat voivat osallistua Fuengirolan kaupungin järjestämiin harrastusryhmiin. Henkistä kapasiteettiä voi kartuttaa Suomalaisen, Sofia-opiston, Seurakunnan ja Kulttuuriyhdistys Kalevan järjestämissä toiminnoissa, tapahtumissa ja harrastusryhmissä. Voi opiskella kieliä, taidetta, taitoaineita, voi tutustua Espanjan luontoon, historiaan ja kulttuuriin. Ruokakurssit ovat suosittuja. Retkiä ja matkoja lähiseudulle ja muihin kaupunkeihin järjestetään runsaasti. Rannikolla toimiva Kulttuuriyhdistys Kaleva järjestää kuukausittain konserttimatkan Malagaan. Edellä mainitut yhdistykset ja yhteisöt toimivat myös Suomesta tulevien vierailijaryhmien konserttien ja teatteriesitysten järjestelijöinä. Fuengirolassa toimii myös kaksi kuoroa, Aurinkorannikon kuoro ja mieskuoro Örisevät. Myös Suomalainen seurakunta tarjoaa mahdollisuuksia yhteisöllisyyden tarpeeseen, seurakuntakodissa voi tavata muita suomalaisia, lukea lehtiä, lainata kirjoja ja tietysti osallistua kaikkiin tilaisuuksiin. Kaiken tämän tarjonnan rinnalla on mahdollisuus tutustua espanjalaiseen elämänmenoon lähituntumalla lehtien, TV:n ja omien korvien ja silmien välityksellä ns. livenä.

*Kirjoitus on aiemmin
julkaistu Sukuseura
Kuukan Kuukahdus -
lehdessä, sarjassa
Kuukat maailmalla.*

Eläkeläiselle muodostuu yleensä säännöllinen aikataulu viikko-ohjelmaan, niin myös Espanjassa. Maanantai on kauppapäivä, tiistaina markkinoille, keskiviikkona tilkut, lounas ja teemailta Suomelassa, torstaina siivouspäivä, perjantaina terveyskeskukseen reseptilääkärille, lauantaina antiikkimarkkinat Ferialla, sunnuntaina Paseo-kävely. Tämän kaiken väliin on saatava mahtumaan oman talvikodin hoito, pyykinpesut, ruuanlaitot, harrastukset, ystävien vierailut ja vastavuoroiset kyläilyt, yhteydenpidot Suomeen, retket, Malagäkäynnit. Hyvin yleiseen kysymykseen: ”Miten saat ajan kulumaan Espanjassa?” on helppo vastata. Siinä ei ole ongelmaa, vaan siinä, että mihin ehtiä ja mihin ryhtyä. Yksi työ päivässä -periaatteella ei aika tahdo riittää kaikkeen mahdolliseen kiinnostavaan, vaikka touhuaisi yömyöhään.

Espanjan kieltä taitamattomalle eläkeläiselle Fuengirola on turvallinen paikka. Melkein kaikki palvelut on saatavissa suomen kielellä, lähinnä Los Bolichesin alueella. On suomalaisia lääkäreitä, asunnonvälitystoimistoja, kahviloita, ravintoloita, kampaamoja, kauneushoitoloita, hierojia, tulkki- ja lakipalveluja, remonttimiehiä, kotiapua ja vanhusten palvelutalo. Nämä palvelut ovat tuoneet Suomesta keski-ikäisiä lapsiperheitä ja samoin monet vuorotteluvapaata viettävät perheet ovat rantautuneet Fuengirolaan, lähinnä suomalaisen koulun vuoksi.

Espanja ei sovi olinpaikaksi sellaiselle eläkeläiselle, jolla on mielentilaongelmia, kärsii yksinäisyydestä, on vakava sairaus tai



alkoholiongelma. Kielitaidottomana on vaikea saada apua, turvattomuus korostuu tai juomariveikot ja -mimit vievät mukanaan yhä syvemmälle ongelmaan. Espanjakaan ei ole paratiisi.

Monen talven oleskelun ja erilaisten harrastusten vuoksi Espanjan ystävien joukko koostuu eri puolilla Suomea asuvista ja eri ammatteja edustavista ihmisistä, mikä on tehnyt talviajasta mielenkiintoisen ja sosiaaliselta elämältä rikkaan jakson kuhunkin vuoteen. Miten riemukkaita syksyisin ovatkaan tapaamiset kaduilla espanjalaisin halauksin höystettyinä. Suomen kaamos, pakkaset, liukastelut, lumityöt unohdetaan. Joulua tulee Espanjaankin, silloin kaivataan Suomen kotia, lasten perheitä, ystäviä ja lapsuuden valkeita jouluja. Nämä Espanjassa vietetyt talviajat ovat osoittaneet omien juurien merkityksen. Kaiken touhun keskellä huomaa, että lähimäisissä, omassa kodissa ja kotiseudussa on se turva, joka on tärkeää. Suomen kaunis luonto ja raikas kesä, suomalaiset perinteet ja suomalainen rauhallisuus elämäntähtäyksessä ovat asioita, jota kannattaa arvostaa.

Reetta Kiiski

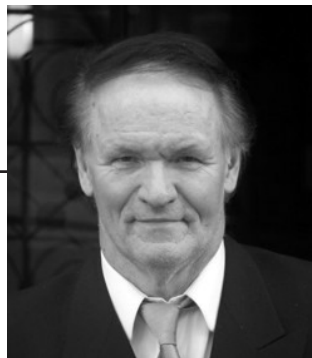
Taiteilija Olli Joki

Olli Joen töiden myyntinäyttely on Suomelan salissa tammikuun 2015 loppuun asti.

Olli Joki on syntynyt Hämeenlinnassa 1943. Hän on opiskellut Helsingin Taideteollisesta korkeakoulussa vuosina 1963-1966. Olli Joki on Ranskan taiteilijaseuran, La Société Nationale des Beaux Art:n jäsen vuodesta 1999 alkaen. Merkittävimmät näyttelyt hänellä on ollut Pietarin Taideakatemiassa, Pariisin Carroussel de Louvressa, New Yorkin Cast Iron Galleryssa ja Japanin Taidemessuilla. Merkittävimmät huomionosoitukset ovat 1999 M'erte et Devouement Francais:n hopeamitali, 1999 Arabilehdistön kunniapalkinto, Salon S.N. B.A 2000 Arts, Sciences et Lettres:n Gran-de Plaque de vermeil -mitali.

Hän itse on sanonut taiteen tekemisestä mm. näin:

”Ilman taiteilijan sisäistä näkemystä ja myötäelämistä kuva on kuollut ennen kuin se on edes syntynyt.”



Musiikki on myös tärkeä: ”Musiikki kulkee taiteeni punaisena lankana. Sen vaikutus teoksiini on kiistaton myös silloin, kun aiheet tulevat musiikin ulkopuolelta.

Hyvästä musiikista saa useasti virikkeitä. Ensin syntyy sävelkuva ja sen jälkeen mielikuva, joka muuntautuu visuaaliseen muotoon kan- kaalle.

Viiva ja musiikki ovat samalla asteikolla paperillani. Eri instrumentit ovat sinänsä kuvattavia elementtejä ja niistä ehkä tärkein on flyy- geli.”

Olli Joki on osallistunut lukuisiin kansainvälisiin yhteisnäyttelyihin ja hänen töitään on esillä Suomessa vakuutusyhtiöissä, kuntien tiloissa, pankeissa, mediassa, puolustusvoimissa ja muissa julkisissa tiloissa.

Nousun aika, v. 2013
126 x 126 cm



Neuvontapalveluja Aurinkorannikon ikäihmisille

Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista astui voimaan heinäkuussa 2013 ja kunnat saattoivat hakea lain toimeenpanoon STM:ltä hankerahoitusta palveluidensa kehittämiseen. Vanhuspalvelulaki ja Laatusuositus painottavat hyvinvoinnin edistämistä ja palvelujen jakautumista tasapuolisesti kaikille ikäihmisille. Lain tarkoituksena on mm. vahvistaa iäkkään henkilön mahdollisuutta vaikuttaa hänelle järjestettävien sosiaali- ja terveyspalvelujen sisältöön ja toteuttamistapaan sekä osaltaan päättää niitä koskevista valinnoista. Lain mukaan palvelut on järjestettävä niin, että ne ovat ikääntyneen väestön saatavissa yhdenvertaisesti ja lähellä asiakkaita. On järjestettävä ikääntyneen väestön hyvinvointia, terveyttä, toimintakykyä ja itsenäistä suoriutumista tukevia neuvontapalveluja.

Aurinkorannikolla asuu lähes 20 000 suomalaista ympäri vuoden tai ainakin kylmimmän talviajan. Suurin osa näistä henkilöistä on ikääntyneitä, suurten ikäluokkien ihmisiä. Hyvinvoinnin edistäminen Aurinkorannikon ikäihmisille olisi tärkeää. Moni Aurinkorannikon asukas palaa kotimaahan hoidettavaksi, kun kunto romahtaa. Mikäli paluuta voitaisiin ”lykätä” tehokkaalla neuvontapalvelulla ja antaa valmiuksia jatkaa mielekästä elämää Aurinkorannikolla, olisi se näille ikäihmisille paitsi mieluista myös laajemmin nähtynä kustannustehokasta. Tutkimuksista tiedetään, että esimerkiksi sielläkin on omat ongelmakohtansa, mm. alkoholin käyttö, mielenterveys- ja muisti-asiat vaativat tietoa.

Yksi Vanhuspalvelulain toimeenpanon hankkeista on ollut KASTE ohjelmaan kuuluva IKÄPALO-hanke, jossa kehitettiin tavoitteellisen neuvonnan ja ohjauksen palvelumalli, jota voidaan hyödyntää muuallakin. Tällä hetkellä näyttää siltä, että Aurinkorannikolla saa neuvontaa, mutta neuvonta on hajaantunut usean eri toimijan kesken. IKÄPALO-hankkeen käsikirja neuvoo, kuinka keskitetty neuvontayksikkö olisi mahdollista kehittää. Toki huomioon olisi otettava Aurinkorannikon konteksti ja siellä olevat toimijat sekä asiakaskunta, mm. heidän sosiaalisten verkostojen erityisyys. Yhteistyön kehittäminen eri toimijoiden kesken olisi yksi tärkeimpiä tehtäviä.

Suomen Senioriliike ry:lle on tullut useita yhteydenottoja Fuengirolassa asuvilta suomalaisilta. Yhteydenottajat kokevat neuvontapalvelun saamisen asuinpaikkaansa tarpeellisenä. Senioriliikkeellä itsellään on luonnollisesti runsaasti kokemusasiantuntijoita keskuudessaan ja tietoa siitä, miten moni asia on tällä hetkellä organisoitu.

Senioriliike olisi kiinnostunut tietämään, kuinka on ajateltu viedä hyvinvoinnin edistämisen näkökulmaa aurinkorannikon ikäihmisille? Olisiko mahdollista lähteä kehittämään keskitettyä neuvontayksikköä aurinkorannikolle IKÄPALO-hankkeen hengessä?

Pertti Hjelm

***”Täydellisiä eivät talvi-
asukkaiden talvet ole, mutta
useimmille kyllin hyviä.”***

Kunnia veteraaneille - kunniakansalaisillemme

Sotien jälkeen on suomalaisten suhtautuminen sotaveteraaneihinsa vaihdellut äärestä laitaan. Heti sodan päätyttyä sotaväsymys oli luonnollinen reaktio. Tuhansien kansalaistemme kotiseutujen menetys, raskaat sotakorvaukset, invalidit, orvot ja lesket sekä huoli kansakunnan tulevaisuudesta peitti alleen rauhan tulon tuoman ilon. Sotaveteraaneihin suhtauduttiin kuin he olisivat olleet syypäitä koettuihin onnettomuuksiin. Ei jaksettu nähdä näitä sotavuosien runtelemia nuorukaisia Suomen itsenäisyyden pelastajina. Kiitoksen ja palkitsemisen sijasta heihin suhtauduttiin jopa nurjasti ”miksi menitte” -asenteella.

Ei kohdeltu miehiä heidän ansaitsemansa kunnioituksen mukaisesti, mutta vielä loukkaavammin käyttyädyttiin lottia kohtaan. Nämä urheat naiset vapauttivat tuhansia miehiä aseellisiin tehtäviin osallistumalla maamme puolustamiseen mm. huollon ja ilmapuolustuksen tehtäviin. Ja mitä saivat nämä vapaaehtoiset palkakseen? Koko lottajärjestö leimattiin fasistiseksi ja valvontakomission käskystä lakkautettiin. Lyötyjä lyödäkseen eräät ”taiteilijat” katsoivat asiakseen vielä leimata lotat siveelisesti kyseenalaisiksi seikkailijoiksi. Kymmeniin vuosiin lotat eivät uskaltaneet hiiskahtaa sanaakaan osallisuudestaan Suomen puolustamiseksi.

Veteraanien kunnia kyseenalaistettiin uudelleen ns. rauhanliikkeiden kulta-aikaan 1970-luvulla. Veteraanien rinnalla saivat ”rauhanvoimien” tuomion myös maamme puolustusvoimat ja niissä palvelevat. Suuri

osa tästä rauhantyöksi naamioidusta puuhastelusta oli ulkomailla suunniteltua ja sieltä johdettua toimintaa itsenäisyystahtomme ja maamme puolustuksen murentamiseksi.

Palvelin tuolloin Suomen puolustusvoimissa ja sain itsekin kokea ”rauhanvoimien” rauhanomaisuuden. Jouduin mm. eduskuntakyselyn kohteeksi ja lehdistön solvausten uhriksi. Vähitellen asenneilmasto muuttui ja veteraanien kunnioitus lisääntyi. Heistä alettiin käyttää nimitystä ”kunniansalaiset”. Ilahduttavinta oli se, että nuorison asenne veteraanisukupolvea kohtaan oli aidon kunnioittavaa. Ja mikä onkaan tilanne tänään. Saimme juuri nähdä presidentin itsenäisyyspäivän vastaanotolle saapuvan ensimmäisinä niiden miesten ja naisten edustajien, joita meidän on kiittäminen itsenäisyydestämme. Iloamme himmentää vain se, että liian moni ehti poistua keskuudestamme katkeroituneena, unohdettuna ennen havahtumistamme kiittämään heitä.

Suomalaisuus elää Aurinkorannikolla joskus jopa pelkistetympänä kuin koto-Suomessa konsanaan. Kauempaa näkee paremmin. Kirjoitin nämä rivit täältä Suomesta tervehdyksenä Aurinkorannikon sotaveteraaneille ja heidän ystävilleen - siis kaikille suomalaisille. Itse olen korkeintaan kylmän sodan veteraani, mutta ottakaa vastaan kunnioitukseni ja kiitollisuuteni. Paistakoon aurinko teille lämpöisesti!

Martti Haavisto

Isenäisyyspäivän lipunnosto

Suomen lippu nousi salkoon perinteisin menoin Girasolin pihalla 6.12.2014. Juhlapuheen piti Veteraanijaoston uusi vetäjä komentaja evp. Matti Konkola.



Kyllä minä jaksan

Joitakin vuosia sitten minua pyydettiin erääseen seurakuntaan puhumaan aiheesta ”Miten jaksan tänä päivänä?” Sanoin tulevani mielelläni, ellei minun tarvitse puhua niin negatiivisesta aiheesta kuin jaksamisesta. Ehdotin aiheeksi ”Mistä voin iloita tänä päivänä”, ja siitä sitten puhuinkin.

Jaksamisesta puhuminen tuo heti mieleeni sen vastakohdan jaksamattomuuden. Jos joku kysyy minulta: ”Kuinka ihmeessä sinä jaksat tehdä tuota kaikkea, vaikka olet jo noin vanha?” minulle tulee tunne, ettei

minun ”kuuluisi” jaksaa niin paljon, että ”kuuluisi” väsyä. Tällaiset ajatukset alkavat automaattisesti tehdä minutkin väsyneeksi.

Ellen ajattele jaksamista, vaan sitä, miten hauskaa on mennä ja olla mukana monenlaisessa touhussa, ei minua lainkaan väsytä. Yleensä jaksaa hämmästyttävän hyvin tehdä itselleen mieluisia asioita, kun taas vastenmieliset asiat vievät voimat jo ennen kuin on toimeen ryhtynytkään.

Kylli Koski (Kylli-täti)

Sisua ja mañanaa Suomen teemaillassa 3.12.

Sosiologi, kasvatustieteen tohtori **Paula Könnilä** kertoi Espanjan Aurinkorannikolla tekemänsä tutkimuksen tuloksista, joiden mukaan suomalaisten ikärakenne on nuortunut ja lukumäärä kasvanut kymmenen viime vuoden aikana. Vuonna 2013 Aurinkorannikolla asui jo noin 16 000 suomalaista, joista 7 500 oli Espanjaan pysyvästi muuttaneita ja 8 500 kausisiirtolaisia. Suomalaisturisteja alueella kävi ko. vuonna 107 000. Tutkimukseen vastanneista runsas puolet on eläkeläisiä (66 %), lähes puolet työkäisiä ja nuoria. Suurten ikäluokkien suomalaisia vastaajista on kolmannes. Nykysiirtolaisuudessa on yhä enenevästi työperäistä muuttoa. Noin joka toinen työssä olevista oli perustanut yrityksen Aurinkorannikolle.

Espanjaan muutetaan, koska matka on lyhyt, siellä on perhe, tuttavat, asunto, työ tai opinnot. Edelleen myös ilmasto, terveys, kulttuuri ja verotus innostavat muuttoon. Muuton taustalla on usein myös elämänmuutos: eläkkeelle jäänti, avioero, läheisen kuolema tai työttömyys. Keskimäärin suomalaiset asuvat rannikolla kahdeksan kuukautta, pitempään asuneet olivat tulleet 46 vuotta sitten ja nuorimmat vuonna 2012. Vastaajista puolet asuu vuokralla, lähes puolet omassa asunnossa. Noin joka neljäs asuu yksin. Asunto valitaan suomalaisyhteisön ja kulkuyhteyksien perusteella. Suurin osa on tyytyväinen asuinpaikkansa valintaan, joka kolmas ei. Pettymykset johtuvat alueen suomalaisista, turismista, rikollisuudesta tai korkeista suomalaishinnoista. Oli havaittu, että vaikka elinympäristö ja kulkuyhteydet ovat parantuneet, hinnat,

verot, kansainvälistyminen ja rikollisuus ovat lisääntyneet. Kaikissa ikäryhmissä sosiaaliset suhteet, vapaampi elämäntyyli ja harrastukset olivat lisääntyneet.

Suurin osa (85 %) on sopeutunut espanj-laiseen kulttuuriin. Sopeutumisessa auttaa suomalainen sisu, espanjalaisen mañana-mentaliteetin ymmärtäminen, aktiivisuus ja kielitaito. Sopeutumattomuutta esiintyy niillä suomalaisilla, joilla on kieli- vaikeuksia tai joita byrokratia, mañana-mentaliteetti ja siesta häiritsevät. Vaikka yli puolet puhuu espanjaa vähän tai tyydyttävästi, joka viides vastaaja ei ole opiskellut yhtään espanjaa. Sofia-opistolla, suomalaisyhdistyksillä ja seurakunnalla on runsaasti toimintaa. Eniten osallistutaan Suomiseurojen toimintaan. Useat vastaajista, erityisesti ikäihmiset, olivat tehneet vuosikausia vapaaehtoistyötä seurakunnassa tai yhdistyksissä. Sen sijaan nuorempi sukupolvi ei halua tehdä palkatonta vapaaehtoistyötä. Tämä koettiin huolestuttavana piirteenä suomalaisten yhteisöllisyydelle.

Sosiaalisen median käyttö on runsasta. Sitä käyttää 95 % vastaajista. Tämä helpottaa yhteydenpitoa ystäviin ja muun muassa Suomeen. Vaikka suomalaisilla on Aurinkorannikolla eniten suomalaisia ystäviä, myös espanjalaisryhmiin osallistuttiin. Erityisesti nuorilla on eri maista runsaasti kavereita, joiden ansiosta sopeutuminen ja kielitaito ovat vahvistuneet. Urasuunnitelmansakin ovat kansainvälisiä. Suomalaisnuoret ovatkin täydellinen vastakohta niille suomalaisille, joiden keskiössä on pelkästään alueen suomalaisyhteisö. Suurimmalla osalla hyvinvointi oli Espanjassa parantunut.

Myös kokemukset palveluista ja hintatasosta ovat myönteisiä. Näin ollen erityisesti pienituloisten eläkeläisten elintaso oli kohentunut. Joitakin palveluja kuitenkin puuttuu: keskitetty neuvontapiste, organisoitunut, edulliset tulkkipalvelut, ikäihmisten kohtuuhintainen, suomalainen hoitokoti sekä mielenterveys- ja päihdepalvelut.

Suomalaisuus on Espanjassa vahvistunut ja useimpien identiteettikin oli pysynyt entisenä. Joillekin identiteetin muutos on ollut myönteinen ja merkinnyt itsetunnon vahvistumista sekä stressin vähenemistä. Työssä viihdytään ja arkea värittää sosiaalinen verkosto, aktiviteetit, sisukkuus ja yritteliäisyys. Jokaisessa ikäluokassa on kuitenkin henkilöitä, jotka kokevat yksinäisyyttä tai syrjäytyneisyyttä. Suomalaisyhteisössä esiintyy myös sisäänlämpiyttä, eripuraa ja vääränlaista johtajuutta. Nämä rasittavat hyvinvointia.

Espanjaan on totuttu. Yli puolet vastaajista haluaa tulevaisuudessakin asua Espanjassa osavuotisesti ja lähes kolmannes pysyvästi. Viihtymistä lisää perhe, ihmissuhteet, työ, opinnot, asunto tai taloudelliset intressit, ja näistä syistä Suomeen paluuta ei suunnitella. Merkittävä on tulos, jonka mukaan 75 prosenttia yli 65 -vuotiaistakaan ei suunnittele Suomeen paluuta. Ikäihmisistä kolmannes ja suurten ikäluokkien edustajista viidennes haluaisi elää vielä palvelutaloa tarvitessaan Espanjassa.

Tuloksista nousi neljä kehittämissuositusta: 1) Edulliset ja organisoidut tulkkipalvelut, 2) keskitetty neuvontapiste, 3) taloudellisesti tuettu, ikäihmisten suomalainen palvelutalo ja 4) EU-sairaanhoitokortin toimivuuden parantaminen. Näihin perustuen ehdotetaan hanketta, joka selvittää palvelu- ja taloudellisen tuen tarpeet ja mahdollisuudet sekä toteuttaa jatkotoimenpiteet. Synteesissä todetaan, että suo-

malaisten keskinäisten ihmissuhteiden ja vuorovaikutustaitojen parantamisessa voidaan hyödyntää espanjalaista mañana-mentaliteettia ja suomalaista sisua siten, että käytetään sopivassa suhteessa harkintaa ja rohkeaa, suomalaista yrittäjyyttä.

Tutkimuskyselyyn vastasi 540 vähintään kolme kuukautta vuodessa alueella asuvaa, 16–90 vuotiasta suomalaista ja 50 henkilöä haastateltiin. Vastaajien keski-ikä on 59 vuotta. Tutkimus tarkastelee suomalaisten muuttoa Espanjan Aurinkorannikolle, uudessa kulttuurissa elämistä ja sopeutumista sekä tulevaisuuden suunnitelmia. Tutkimus toteutettiin vuosina 2012–14.

Kirjaa voi tilata Suomesta Siirtolaisuusinstituutin nettikaupasta: www.kauppa.siirtolaisuusinstituutti.fi tai Siirtolaisuusinstituutin virastomestari Satu Löppöselältä, sähköposti: satu.lopponen@utu.fi, puh.: +358 2 2840 440. Tai Espanjassa: Hemingwayn Kirjakaupasta, Fuengirola, Los Boliches, puh. 952 588 358.



Joulutodistus

On taas se aika vuodesta, jolloin katsotaan taaksepäin saavutuksia tai saavuttamatta jääneitä. Koulumaailmassa opettajat pätkäilevät seiska vai kasi ja lapsukaiset jännittävät, mitä paperissa lukee. Vanhemmat sitten pohtivat, onkohan se ope oikein arvioinut kullannuppuamme. Arvioiminen on ylen hankala homma, ei vaan koulu-
maailmassa, myös elämässä aina vanhuuteen asti. Oman itsensä testaaminen lienee vaikeinta, kun se oma minäkuva on niin kullatuissa kehyksissä juurtunut syvälle sisimpäämme. Vaikka olisimme miten väärässä, koetamme viimeiseen asti taistella, että kaikesta huolimatta olemme oikeassa.

Siinä oli johdatus ajatelmaani. Syyslukukausi täällä rannikolla on päättymässä ja nyt lienee hetki tuumailla, mitä on koettu, mitä on muuttunut, mikä on säilyttänyt asemansa. Omalta kohdaltani kaunis syys oli ihana aina siihen marraskuun alkupäiviin asti, kunnes myrsky myllersi altaan veden alle meikäläisen sietokyvyn. Vesijuoksu-
vyön ripustin naulaan ja jouduinpa käyttämään jo pusakkaa T-paidan peitoksi. Tuollainen äkkipysäys menee kyllä pian ohi ja taas eletään sen sään mukaan. Upeita olivat ne harvat sadepäivät, kun saattoi todeta, miten maa ahmi jokaisen tipan sisuksiinsa luovuttaen ne yllä olevalle kasvustolle. Nämä taas vuorostaan vehreydellään ilahduttivat meitä. Näin se ilo kiertää. Me, jotka elämme tätä Espanjan elämää, nautimme auringosta ja sateesta tasapuolisesti, mutta viikkoturistit vaatisivat aina auringon paistavan. Kyllä senkin ymmärtää, kun tulee toviksi sorvin äärestä lepäämään.

No, mikä on muuttunut ?

Ainakin itse olin hämmästynyt, kun

syyskuussa astelin rantakadulla, miten paljon kansaa siellä kuljeksi ja suomi oli pääkieli. Mietin, mistä moinen? Liekö turvallisuus tällä kavalalla pallolla riehuvien kriisien vuoksi tuonut kansaa tänne. Kyllä oli autopaikatkin kortilla rannalla. Vähitellen alkoi tuttu talviasukasjoukko saapua ja kuulumisia vaihdeltiin. Alkoivat myös eri harrastuspiiritkin kalastella osallistujia toimintoihinsa, niin Suomelakin, jolla on jo ansiokkaat perinteet täällä rannikolla. Ihmetellä täytyy, miten nykyaikana jaksavat vapaaehtoistyönä raataa niin monimuotoisesti. Itse olen jo sammahtanut, mutta aikanaan tuli puurrettua silläkin saralla. Muuta ei voi sanoa, kuin jaksamista. Suuri muutos on myös ollut koko syksyn suomalaisten artistien rynnistys tänne esiintymään. Miksi? Onko syy hyvätuloisten eläkeläisten saaminen kuulolle, kun monet artistit ovat itsekkin jo pitkän linjan kulkijoita tai TV:stä tuttuja? Alkaa olla jo paikallisilla esiintyjillä kova huoli saada tilaa markkinoille. Myös kirkko uutta seurakuntakotia rahoittaakseen tuottaa korkeatasoisia esiintyjä.

Kun muistelen aikaa parikymmentä vuotta sitten, mikä on säilyttänyt asemansa, niin Suomela ja seurakunta ovat jaksaneet elää muuttuvassa ajassa. Liike-elämässä on tapahtunut vilkasta vaihtuvuutta. Yhä uudelleen löytyy toivorikkaita yrittäjiä, mutta monesti voimat uupuvat, kun ideat loppuvat. Suomalaislehdet kertovat viikottain, mitä uutta rannikolla tapahtuu. Paljon on tullut suomalaisia lääkäreitä, hammas-
hoitoa, hierojia, kauneushoitaajia ja kaiken maailman silottelijoita. Suuri ryhmä on myös työharjoittelijat, joita tänne lappaa laumoittain ja paikalliset saavat ilmaista työ-

Pikkujoulutunnelmia

Lauantaina 29.11. vietettiin Suomessa pikkujoulua ja sali oli viimeistä paikkaa myöten täynnä. Ohjelmassa oli mm. loistava imitaattori Seppo Pennanen sekä Helisevien ja Voimamiesten riemukkaat esitykset. Myös Irja-trio, Johanna sekä Senioritanssijat loivat tunnelmaa ja juhlien päävieraaksi saatiin itse Joulupukki golfmailoineen. Ja puuro maistui!



voimaa. Kivahan se on elellä erossa lostasta ja pimeästä. Se heille suotakoon.

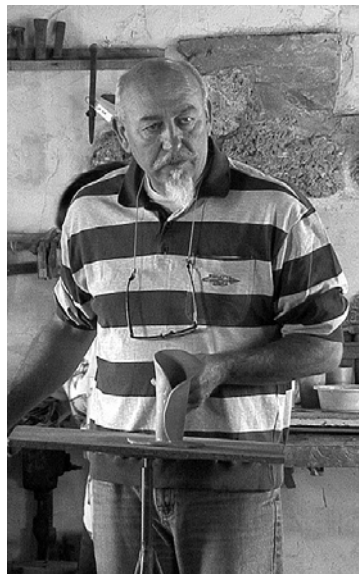
Jälkikirjoitus: Joka vuosi tulee joulu, joka vuosi tulee syntymäpäivä, joka vuosi tulee vanhemmaksi. Hannes Hynönen antoi

oivan näytteen linnan juhlien sankarina. Ei muuta kuin lippu korkealla eteenpäin. Kohta alkaa aurinko laskea yhä myöhemmin ja nousta aikaisemmin. Kaikille harrastuspiireille sykettä!

Juho Autio



Andalusialaista kädentaitoperinnettä



Las Vistillas -keramiikkapajan omistaja Alberto opasti meitä saven työstämisessä.

Suomelan väki teki Andalucian Experiencias -matkatoimiston järjestämänä retken Coinin savipajalle. Coin on kautta historian ollut tärkeä savenvalajien yhdyskunta ja tänä päivänä yhä kuuluisa mm. kattotiilien ja saviastioiden teollisesta valmistuksesta.

Hieman ennen Coinin keskustaa käännyimme sivutielle ja kohti Las Vistillas keramiikkapajaa. Paikka on erittäin suosittu turistien ja koululaisryhmien vierailukohde. Samassa pihapiirissä on savityöpaja, kansanperinteen museo ja valokuvamuseo, joka valottaa Coinin kylän elämää sadan vuoden ajalta. Pihapiirissä on kotieläimiä ja puutarha. Paikka sijaitsee kukkulalla, josta on upea näkymä Guadalhorcen laaksoon.

Paikan omistajan opastuksella ryhmämme teki maljakoita, muutamat ehtivät dreijaamaanakin. Eipä ollut homma ihan niin helppoa kuin itse mestarin näyttämänä. Valmiit poltetut tuotokset saimme noin viikon päästä itsellemme.

Aurinkoisen päivän kruunasi maittava, runsas lounas paikallisessa coinilaisessa Ventassa kitaristin ja espanjalaisen puheensorinan kera.

Suomela tekee uuden retken tammikuussa samaiseen paikkaan, mikäli kiinnostusta riittää. Ilmoittautua voi toimistoon.



Linturetkillä oppii ja kokee uutta

Luontobiologimme Veikon ehkä eniten suosima lintukohde sijaitsee Malagan Guadalhorceen jokisuistossa. Paikka kuuluu suureen luonnonsuojelualueeseen ja kohteen nimi on Laguna Grande. Kohdetta vartioidaan jatkuvasti viran puolesta. Näimme sekä kävellen että autolla suoritettavaa tarkkailua paikkojen kunnossa pitämiseksi.

Retkellämme oli mukana kolmesta osanottajaa kolmella autolla. On ilo todeta, että tälläkin kertaa mukana oli muutama uusi lintuharrastaja. Tosin lintujen kohtaamisen ajankohtaa ei aina voi ennakkoon varmistaa, sillä monille lajeille tämäkin paikka on vain pysähdys kohti Afrikkaan suhtautuvaa päätepysäkkiä.

Parin tunnin pituisena katseluaikana viritimme kamerat, kiikarit ja kaukoputket observatorion katoksen alle. Paikalla on usein koululaisryhmiäkin, mutta joka kerta tapaamme ainakin eri maalaisia yksittäisiä harrastajia. Lintukirjojen ja kielitaitojemme avulla autamme myös heitä ja yritämme löytää linnuille oikeat nimet.

Tällä retkellä meidän bongauksiloksemme oli seuraava: nokikana, merimetso, mustakottarainen, pikku-uikku, harmaasorsa, munkki-aratti eli papukaija, mustaleppälintu, uunilintu, etelänharmaalokki, tuulihaukka, harmaahaikara, kalliopääsky, pikkukotka, lapasorsa, metsäviklo, turkin-kyhky, ruskosuohaukka, taivaanvuohi, käärmekotka ja iloksemme tapasimme myös flamingon.

Kaikilla retkellämme on myös nähty jotain uutta tai saatu mukavaa tietoa lintujen elämästä. Monet matkalaiset ovat kyselleet jokisuiston edustalla merellä olevien suurten rautarakennelmien taustaa. Nyt eräs tietäväinen osanottaja kertoi niiden olevan kompassipaaluja, joilla säädetään laivojen kompassien poikkeamat oikeiksi.

Vielä kotimatalla sillan päällä näimme miten merimetso söi päivän ruoaksi paksuhuulikelttiä. Kiitos taas Veikko retkellä saamistamme aina uusista opeista!

Paavo Kivelä

Hua Hinin kuulumisia

Vanha vitsi. Miehellä iski toisinaan kammottavan hurja päänsärky keskelle otsaa. Mikään lääke ei auttanut ja mies kulki vuosia lääkäriltä lääkärille. Viimein mies päätyi tohtorille, joka kertoi lopullisen tuomion. Miehiset vehkeet painavat hermoja ja kivusta pääsemiseksi, kaikki pitää leikata pois. Kivun heikentämä mies suostui ja leikkaus tehtiin. Kipu loppui välittömästi. Vuosia kului ja mies oli tyytyväinen ilman päänsärkyä. Kävi kerran Lontoossa ja päätti teettää puvun tunnetulla vaatturilla. Vaatturi mittaili puvun housuja ja kysyi lopulta, kummassa lahkeessa sir pitää sitä. Mies tiuskaisi loukkaantuneena, että ei kuulu teille. Vaatturi totesi vakavana,

- Sir, jos pitää väärässä lahkeessa, se saattaa kiristää ja tulee kauhea päänsärky keskelle otsaa.

Ostin uuden polkupyörän viime talvena ja alaselkään ilmestyi kipuja lenkkien jälkeen. Syy ei selvinnyt vaikka satulan säätöjä muutettiin. Vaiva jatkui koko talven, hävisi kesäksi ja alkoi taas tänä syksynä.

Poikkesimme marraskuussa toiseen polkupyöräliikkeeseen ihan muissa merkeissä. Talon mekaanikko katseli minua ja pyörää ja totesi, että minulla on pituuteeni nähden liian isokokoinen pyörän runko. Ihmettelin hieman loukkaantuneena, että miten niin. Kaveri sanoi,

- Kun ajat tuollaisella, istuma-asento on väärä ja alaselkä tulee helposti tosi kipeäksi.

Tuli vanha vitsi mieleen ja se, että hyvä kun en mennyt lääkärille, joka olisi kertonut lopullisen tuomion...

Pyörä vaihdettiin pienemmäksi samassa liikkeessä kaksi päivää myöhemmin. Ja kivut hävisivät!

Mosquito racket on tennismailan kokoinen ja näköinen sähköinen hyttysten tappoväline. Sillä kun huitaisee virrat päällä, niin johan rätisee kun osuu hyttyseen.

Kenkäteline kenkineen ulko-oven tuntumassa käytävällä on mahtava hyttysten kokoontumispaikka päivän ajaksi. Kun aamulla ottaa sandaalit esiin, pöllähtää hyttysparvi ilmoille. Viekkana metsästäjänä menen aamuisin hyttysmailan kanssa kenkätelineelle ja ravistelen parvet liikkeelle tappotarkoituksessa. Rätinä on huimaa ja palavan lihan (!) käry tuntuu selvästi. Ja ruumiita syntyy.

Olin yhtenä aamuna taas askareen parissa kun seinänaapurimme, skotti Brian avasi oman ovensa ja suihkutti hyttysmyrkkyä oman kenkätelineensä päälle. Totesi siinä rauhalliseen skottitapaan,

- Nämä ovat kyllä kamalia ja minä poika myrkytän ne joka aamu. Sitten hän katsoi suuntaani ja lisäsi, - Sinulla on kyllä hiton hyvä kämmenlyönti!

Viikkoa myöhemmin tapasimme samoissa merkeissä ja naapurin kommentti oli aiheeseen liittyvä, - Ugh, suuri valkoinen metsästäjä! Sinun rystylyöntisi on kehittynyt valtavasti.

Asennettiin jouluvalot. Naapurien sosiaalisen painostuksen alla piti taipua ja adventisunnuntaina tanoa viimevuotiset valot kiinni parvekkeen kaiteisiin. Thaimaassa pienten lamppujen pitää olla mahdollisimman monivärisiä. Punainen, sininen, vihreä, oranssi ja valkoinen valo pitää löytyä yhdestä valopötköstä. Laitteet on yleensä tehty Kiinassa ja hintakin on päätähuimaava 2-4 euroa. Ja tietysti laatu

samaa tasoa. Laite kytketään verkkovirtaan ja hieman töpselin yläpuolella johdossa on ”potikka”, jonka nappia painamalla voi säätää, palavatko valot jatkuvasti vai vilkkuvatko, himmenevät hitaasti ja kirkastuvat uudelleen, vilkkuvatko eri rytmeissä ja eri värejä vaihdellen vai jokin kombinaatio näistä. Valinnan voi tehdä nappia painamalla. Näin teoriassa.

Asensimme peräti kahdet, koska parvekkeen kaiteissa oli tilaa ja valopiuhoissa mittaa. Toinen jouluväli asetui paikoilleen säntillisesti ja toisti toivottua säätöä, eli valot hiipuivat hitaasti sammuksiin ja syttyivät sitten vähitellen täyteen loistoonsa. Rauhoittavaa ja varsin joulutunnelmaista.

Toinen valo sen sijaan ei totellut potikan käskyjä ensi alkuun lainkaan. Valot vilkkuivat kuin tivolissa ja kaikki mahdolliset vilkkurytmit se kävi läpi omin päin. Ei auttanut säätönapsutus yhtään. Otettiin

verkosta irti ja yritettiin uudelleen. Nyt valo totteli hitaasti hiipuvan ja uudelleen kirkastuvan komentoa. Ja kaikki olivat tyytyväisiä. Kunnes oli kulunut 10 minuuttia. Valot hiipuivat ja syttyivät ja sitten yhtäkkiä läjähtivät reuhaamaan kaikilla mahdollisilla vaihtoehdoilla. Ne vilkkuiivat sekopäisesti siten, että kaikki värit ja vilkkurytmit olivat vuorollaan päällä. Siten, että jos ei migreeni iske heti niin päänsärky ainakin. Toinen meistä totesi silloin ykskantaan,

- Nuohan vilkkuu kuin huoratalon mainosvalot!

Rauhallisempi meistä iski vastapalloon välittömästi:

- No, mistä sinä sen tiedät?

Seuraavana päivänä hankittiin uudet valot.

Hyvää alkavaa vuotta 2015,
toivottavat Juha ja Eeva-Liisa.

Tunnetko helmihuiskapavun?

Paavo Kivelä

Tällä puukasvilla on hauska latinalainen nimi, **parkinsonia aculeata**. Puu on ollut koristekasvina Australiassa ja levinnyt sieltä muihin maihin. Sitä tavataan paljon Etelä-Amerikassa ja Afrikassa mutta onpa se innostunut kasvamaan täällä Espanjasakin Mijasiin johtavan tien varrella.

Kasvi voi olla piikikäs pensas tai jopa suuri puu. Se on siro, mutta nopeasti kasvava ja viihtyy karussa maaperässä jopa suolapitoisessa maassa, lähellä vettä. Valoisa paikka on sille mieluisa ja silloin se tekee paljon suippolehtiä. Vesireitit, linnut ja apinatkin kuljettavat puun hedelmiä uusille asuinsijoille. Makkosen Veikko tiesi, että puun lehtiä käytetään lääkevalmisteenä myös Parkinsonin taudin hoitoon.





Kierrätä Aurinkorannikolla

Onneksi täälläkin on alettu ymmärtää kierrätyksen merkitys. Uusi tulija miettii aina, mihin laittaa jätteensä, kun kadunvarsilla on monen värisiä säiliöitä.

Lasitavara laitetaan **vihreään** säiliöön (vidrio), mutta sinne ei saa laittaa keramiikkaa. **Siniseen** astiaan (papel) tulevat paperit ja kartongit.

Keltaiseen astiaan laitetaan muovipullot, -purkit ja -pussit, siis erilaiset muovipakkaukset. Samaan säiliöön menevät myös metallitölkit ja -pullot sekä maito-, mehu- yms. purkit. Tämä herättää hämmennystä, mutta espanjalaisilla on menetelmä, jolla ne erotetaan toisistaan jatkokäsittelyssä.

Harmaan säiliön kyljessä lukee orgaaninen jäte, joka tarkoittaa Suomessa orgaanista jätettä. Minua kuitenkin hämmästyttää, että joidenkin katujen varsilla on harmaita säiliöitä rivissä monta, mutta ei

muuta. Espanjalaiset laittavat näihin sekajätteet, joita ei kaupungin johdon mielestä ole, vaan he puhuvat yleisjätteestä. Eiköhän se ole sama asia.

Käytetyt paristot voi viedä kauppareissulla paristonkeräysastiaan. **Ongelmajätteiden** kanssa joutuu tekemään pidemmän reissun. Feria-alueella on kuukauden toinen ja neljäs torstai keräilyauto 10-14 välillä. Sinne voi viedä mm. elektroniikkaromut, lamput, pienmetallit, mustesäiliöt, yms. **Käytettyä öljyä** ei saa kaataa viemäriin, sillä se tuhoaa vedenpuhdistamolla bakteerikannan, vaan sekin viedään astiassa feria-alueen keräyspisteeseen.

Jätteet menevät kukin oman paikkaansa. Meidänkin suomalaisten on hyvä opetella kierrättämään!

Keräysterveisin Sirpa Ruhanen

Hajatelmia vuoden alkajaisiksi

Paha ei ole kenkään ihminen, vaan toinen on heikompi toista. On hyvää rinnassa jokaisen, vaikk' aina ei esille loista.

Eino Leino

Oleellisinta ei ole se, kuinka paljon vuosia on harteilla, vaan se, kuinka paljon ne painavat.

Mauri Lavonen

Jokaisen sanan tulisi kulkea kolmen portin läpi ennen kuin se lausutaan. Ensimmäisen portin vartija kysyy: onko se totta? Seuraavalla portilla kysytään: onko se tarpeellista jakolmannella: onko se ystävällistä?

Aikuisuuteen kuuluu elämän risaisuuden hyväksyminen. Kun tuhannennen kerran antaa itselleen anteeksi samasta asiasta, ei ole enää varaa tuomita muita.

Tommy Hellsten



Perinteinen kinkkukisa pelattiin 8.12. Laurossa. Kuvassa Suomelan Golfkerhon puheenjohtaja Eero Rautio, kilpailun voittaja Kai Söderholm ja kilpailun johtaja Kari Eklund.

Keskity tekemiseen!

Mennyt vuosi tai pikemminkin syksy sujui Suomelan golfin näkökulmasta paremmin kuin koskaan aiemmin. Kerhon jäsenmäärä ylitti ensimmäisen kerran 200 jäsenen rajan. Tarkka luku toimiston sulkeutuessa joulutauolle keskiviikkona 10.12. taisi olla 211!

Moinen jäsenmäärä antaa kerhollemme aivan uudenlaisen pohjan toimia. Vielä ei voida puhua vuolaasta virrasta, mutta meidän jäsenmääräpuromme on jo kasvanut pieneksi joeksi. Maaperä on hyvä, virran mahdollisuudet ovat olemassa. Uudeksi tavoitteeksi voimme ottaa 300 jäsenen määrän.

Mitä se edellyttää? Tietysti yhä parempaa jäsenpalvelua. Lisää sopimuskenttiä, lisää tapahtumia, yhä parempaa yhteistyötä niin jäsenten keskuudessa kuin yhteistyökumppaneidemme kanssa. Jo jäsenenä oleville kaino toivomus: ota golf-kaveria hihasta ja kerro mitä iloa Suomela golfista on!

Lauro on kotikenttämme, mutta sen ei tarvitse merkitä sitä, että kaikki toiminnot ovat Laurossa. Tammikuussa aloitamme kokeilun Cerrado del Aquilan kanssa: varaamme 12-16 pelipaikkaa (3-4 lähtöä) neljänä perjantaina peräkkäin ja pelaamme

pienimuotoisen pistekilpailun neljän kisan yhteispisteissä sopivine ”Lähimmäksi lip-pua” -kisoinein.

Ja ettei tämä kirjoitus olisi vain puheenjohtajan höpinää, annan kaikille pelaajillemme hyvän vihjeen. Sen jokainen voi ottaa vaikka uudenvuoden lupaukseksi: keskity tekemiseen.

Mitä se tarkoittaa?

Tietysti sitä että keskity siihen mitä teet – tai aiot tehdä. Golfkentällä se tarkoittaa keskittymistä siihen, että osuu mailalla hyvin palloon, että käsivarsi on suorana, katse pallossa ja asento suorassa luöntilinjan kanssa. Kun sen muistaa joka lyönnissä, takaan, että tasoitus alkaa ropista hyvää vauhtia alaspäin.

Ja muussa elämässä tekemiseen keskittyminen on elinehto. Ei liikenteessä, etenkin täällä Espanjassa, voi touhuta omiaan, vaan on keskityttävä omaan tekemiseen.

Mukavaa Uutta Vuotta
ja vähän lyöntejä 2015!

*Eero Rautio
Suomela golfin puheenjohtaja*

Hei rakkaat ystävät!

Pian pitkä odotuksemme päättyy. Pääsemme jälleen viettämään aikaa kanssanne Espanjan lämpöisen auringon alla. Edellinen harjoittelumme keväältä 2013 on edelleen hyvin muistissamme ja niihin muistoihin on palattu tuon tuostakin.

Koulu on saatu päätökseen ja todistukset saatu käteen. Töitä on paiskittu alan töissä erilaisissa työympäristöissä, myös vapaaehtoistyössä. Pysyvämpiä työkuvioita ei vielä ole, mikä mahdollistikin meille tämän harjoittelun. Myös Lapin ammattikorkeakoulu on tukenut meitä Leonardo da Vinci -hankkeen myötä, joka on tarkoitettu ammattikorkeakoulututkinnon suorittaneille. Tavoitteenamme on lisätä työkokemustamme sekä vahvistaa alan osaamistamme. Neljän kuukauden (13.1. -15.5.2015) aikana nämä tavoitteet varmasti täyttyvät.

Jo monipuoliseen viikko-ohjelmaan oli haasteellista keksiä jotain uutta ja mielenkiintoista. Ideoita alkoi kuitenkin hiljalleen syntyä. Kuulimme, että Suomessa on keväällä alkamassa muistiryhmä, johon voisimme tuoda mukaan osaamistamme. Lisäksi meillä on alkamassa suunnittelemamme ryhmä, joka myös liittyy muistiin ja muistoihin. Osallistujat saavat kirjoittaa oman elämänsä tarinan. Opastamme laatimiemme kysymysten pohjalta jokaista asiasta kiinnostunutta. Tämä ”elämän tarina” sisältää sellaisia asioita ja



tarinoita omasta elämästä, joita itse arvostaa. Näiden asioiden on tarkoitus tulevaisuudessa ohjata hoitohenkilökuntaa toteuttamaan yksilön arvostamaa elämäntapaa, jos hän sairastuttuaan ei enää pysty ilmaisemaan itseään. Lisäksi kirjoitus toimii myös muistinvirkistäjänä, jota voi täyttää aina omien muistojen ja elämän kulun mukaan. Lisäksi meillä on suunnitteilla paljon muutakin mukavaa yhdessä tekemistä, jolla pyrimme tukemaan monipuolisesti osallistujien hyvinvointia ja toimintakykyä. Mutta ne ideat jääköön kerrottavaksi sinne!

***Pikaisiin näkemisiin!
;Feliz Año Nuevo 2015!
Geronomit Merja ja Hannu***

Kevään harjoittelijat



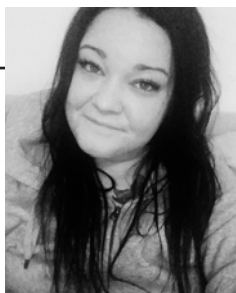
Hei kaikille!

Olen **Hanna-Leena Koljonen**, 37-vuotias lähihoitajaopiskelija Joensuusta. Suoritan opintojani Pohjois-Karjalan ammattiopistossa Outokummussa ja tällä hetkellä opintoni ovat puolessa välissä. Olen tulossa helmikuussa viikolla 8 Fuengirolaan suorittamaan kuntoutumisen tukemisen työssäoppimisjaksoa.

Harrastuksiini kuuluu mm. kilpatanssi, lajina latinalaistanssit. Minulla on 20 vuoden tanssitausta ja useamman vuoden kokemus tanssiliikuntaryhmien vetämisestä, joten keppijumput ja muut järjestyvät käden käänteessä. Työntekoon suhtaudun aina kunnioituksella ja työskentelen intensiivisesti. Olen tottunut tekemään paljon töitä ja ymmärän, jos työpäivät venyvät pitkiksi.

Minulla on ollut haaveena tehdä vapaaehtoistyötä maailmalla, mutta aikaisemmat elämän vaiheeni eivät ole sitä mahdollistaneet. Mielestäni tämä on hyvää harjoitusta myös jatkoa ajatellen. Luonteeltani olen iloinen, sosiaalinen, avulias, luova ja rento. Kaiken kukkuraksi olen myös suuri Espanja-fani. Odotan jo innolla Espanjan kevättä ja teidän kaikkien tapaamista.

Feliz Año Nuevo 2015.



Tervehdys täältä Suomesta sinne Espanjan lämpöön!

Olen 20-vuotias **Jannette Erhama** Joensuusta. Opiskelen lähihoitajaksi Pohjois-Karjalan Ammattiopistossa Outokummussa. Aloitin opinnot tammikuussa 2014. Tähän mennessä olen ollut työssäoppimassa päiväkodissa ja terveyskeskuksen vuodeosastolla. Tulen suorittamaan kuntoutumisen tukemisen työssäoppimisjaksoa Suomelaan 16.2. alkaen. Hoitaja on aina ollut minun toiveammattini ja ihmisten auttaminen on minulle tärkeää. Vapaa-aikaani vietan perheen ja ystävien kanssa. Harrastan ratsastamista ja lukemista. Olen avoin uusille asioille, joten odotan innolla sinne Espanjaan tuloa!

tutuiksi



Hei!

Olen 20-vuotias **Aleksi Sandroos** Karkun Kotitalous- ja sosiaalialan oppilaitoksessa lähihoitajaksi kuntoutuksen koulutusohjelmassa opiskeleva nuori mies. Valmistun tänä keväänä ja tulen työharjoitteluun Suomeen 9. helmikuuta kuudeksi viikoksi.

Olen aktiivinen ja puhelias sastamalainen, joka harrastaa teatteritaidetta, pianonsoittoa ja laulua. Odotan työharjoittelulta uusia haasteita ja hieman erilaisempaa toimintaa kuin mitä täällä kotona on!



VIRIKEPIIRI tammikuussa 2015
vetäjänä lähihoitaja Jaakko Nyman
ti 13.1. klo 17 – 18.15

**”Musiikki avaa muistoihin
ja tunteisiin”**

Kuunnellaan omaa ja
Jaskan musiikkia.

Tehtävä: ottakaa mukaan CD-levy,
jossa on jokin rakas kappale,
joka herättää tunteita ja muistoja.
Jokainen kertoo tarinan,
joka ko. kappaleeseen liittyy.

Onko Sinulla myytävää tai haluatko
ostaa jotain? Kaipaako kotiapua,
juttuseuraa tai kulttuurikaveria?
Laita viesti Suomalais-Sanomien,
niin tavoitat koko Aurinkorannikon!

**Haluatko julkaista ylläolevan
kokoisen ilmoituksen
Suomalais-Sanomissa?**

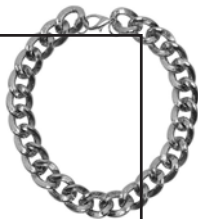
Maksimissaan 150 merkkiä sisältävä ilmoi-
tus julkaistaan helmikuun Suomalais-Sanomissa jäsen-
hintaan 10 e (muilta 15 e). Toimi näin: Tuo
ilmoitustekstisi maksun kera toimistolle ma
12.1. tai ke 15.1. klo 12–15. Mikäli haluk-
kuutta löytyy, palvelu jatkuu myös seuraavissa
lehdissä. Ilmoitellaan!

Nostalgia-teemailta

ke 28.1.2015 Suomalais-Sanomissa
Lars Winterin kuvaama ja
Pekka Savolaisen editoima
video parinkymmenen vuoden
takaa sisältää seniorien hauskan-
pitoa ja paljon tuttuja kasvoja.

**Hopeaseppien
korunäyttely**

avajaiset sunnuntaina
15.2. klo 12.
Arpajaiset.



Helena Kääriäinen aloittaa AKVARELLIKURSSIN
perjantaina 23.1.2015 klo 10.15 - 12
Kuvataidepiirin muu toiminta jatkaa entisellään.

• • •

KEVÄÄN NÄYTTELYKALENTERI

1.2. - 20.2. Kameraseura, avajaiset su 1.2. klo 12
22.2. - 10.3. Kuvataidepiiri, avajaiset su 22.2. klo 12
12.3. - 31.3. Tilkkupiiri, avajaiset ke 12.3. klo 12

Suomelan viikko-ohjelma

Maanantai	9.00–10.00	Venyttelyjumppa 1	Suomela
	10.15–13.00	Hopeasepät	Suomela
	12.00–15.00	Toimisto ja kirjasto	Girasol
	13.00–14.00	Senioritanssi	Suomela
	14.00–15.00	Espanjaa, Fantástico 1	Suomela
	15.00–16.00	Espanjan jatkokurssi	Suomela
	15.00–17.00	Mölkky	Cantera-puisto
	18.15–19.00	Äijäjumppa 26.1. alkaen	Suomela
Tiistai	9.15–10.00	Keppijumppa 1	Cantera-puisto
	9.15–10.15	Español efectivo 2	Suomela
	10.30–11.30	Español efectivo 1	Suomela
	11.45–13.45	Muistikoulu	Suomela
	14.00–16.00	Kirjallisuuspiiri	Suomela
	16.15–16.45	Tuolijumppa 20.1. alkaen	Suomela
	17.00–18.15	Virikepiiri 20.1. alkaen	Suomela
	9.15–10.00	Keppijumppa 2	Cantera-puisto
Keskiviikko	9.30–13.00	Tilkkupiiri	Suomela
	12.00–15.30	Toimisto ja kirjasto	Girasol
	14.00–15.00	Lounas	Suomela
	16.15–16.30	Viikkotiedotukset	Suomela
	16.30–	Teemailta	Suomela
	9.00–12.00	Käsityö- ja kädentaitokahvila	Suomela
	9.30–11.30	Luontopiiri kk:n 1. ja 3. to	Suomelan portilta
	12.00–13.30	Jooga	Suomela
Torstai	13.30–15.00	Helisevät	Suomela
	15.15–16.15	Español efectivo 2	Suomela
	16.15–17.15	Español efectivo 1	Suomela
	17.30–19.30	Kameraseura kk:n 2. ja 4. to	Suomela
	18.00–	Golf-kerhon kokous kk:n 1. to	Suomela
	9.00–10.00	Venyttelyjumppa 2	Suomela
	10.15–15.00	Kuvataidepiiri	Suomela
	10.30–11.00	Keppijumppa 3 16.1. alkaen	Cantera-puisto
Perjantai	12.00–14.00	Espanjan keskusteluryhmä	G:n uima-altaalla
	15.15–17.15	Elämäni tarina 16.1. alkaen	Suomela
	18.00–21.00	Karaoke	Suomela
	18.00–21.00	Tanssi-ilta, elävä musiikki	Suomela
Lauantai			
Sunnuntai	9.00–	Mijas-kävely	lähtö Girasolin yläkulmalta
	9.30–	Sohail-kävely	lähtö Rafaelin aukiolta
	18.00–20.00	Yhteislauluilta	Suomela

Tammikuun 2015 kuukausiohjelma



TO 8.1.	klo 9.30	Luontopiiri
	klo 18	Golf-kerhon kokous
SU 10.1.	klo 12	Olli Joen näyttely avoinna
MA 12.1.	klo 9	Harrastuspiirit käynnistyvät viikko-ohjelman mukaisesti
TI 13.1.	klo 17	Mikroverenkierto, tuote-esittely, kahvit ja pullat
KE 14.1.	klo 14	Lounas: ohilaatikkoa
	klo 16.30	Teemaillassa tri Pentti Gröhn
TO 15.1.	klo 17.30	Kameraseura
	klo 18	Golf-kerhon kokous
PE 16.1.	klo 18	Karaoke
LA 17.1.	klo 18	Tanssi-ilta, Elias Säkkinen ja laulusolisti, 4e
SU 18.1.	klo 14	Mikkelin Virtapiirin teatteriesitys Muistojen kosketus, 10e
MA 19.1.	klo 11.36	Golf-kisa Laurossa
	klo 18	Helsingin Työväen orkesterin konsertti, 4e
KE 21.1.	klo 14	Lounas: Jauhelihakeitto
	klo 16.30	Teemaillassa Mas Vida, apuväline-esittely
TO 22.1.	klo 9.15	Mantelinkukkaretki Antequaraan ja Torcaliin Veikon johdolla
	klo 17.30	Ravintoneuvontaa, Aarne Luimula
LA 24.1.	klo 10	Huutokauppa
	klo 18	Tanssi-ilta, Elias Säkkinen ja laulusolisti, 4e
KE 28.1.	klo 14	Lounas: Broileripaistos
	klo 16.30	Teemaillassa Nostalgiaa, Lars Winterin video 90-luvulta
TO 29.1.	klo 17.30	Kameraseura
PE 30.1.	klo 15	Veteraani-iltapäivä
LA 31.1.	klo 18	Tanssi-illassa Elias Säkkinen ja laulusolisti, 4e

Lisäyksistä ja muutoksista ilmoitetaan teemailloissa, kotisivuilla www.suomela.info, ilmoitustauluilla, Radio Finlandiassa, paikallislehdissä sekä facebookissa.

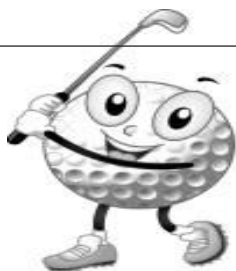
Jäseneksi voit liittyä Suomelan toimistossa tai maksamalla jäsenmaksun pankkiin. **30 euron** kausi- (1.7.–30.6.) tai **15 euron** kuukausijäsenmaksulla voit osallistua eri harrastuspiireihin. Espanjan opettaja ottaa tuntikorvauksen itselleen.

Muistathan, että Suomelan jäsenkortilla saat huomattavia alennuksia mm. Biofac-laboratoriossa, Coliseon kuntosalilla sekä Lauron ja Mirafloresin golf-kentillä.



Olavi Turunen, puheenjohtaja	puh. 634 309 741	sähköposti: olliboy3@gmail.com
Marjut Hurtig, tiedottaja	629 029 570	marjut.hurtig@gmail.com
Ritva Pekkanen, sihteeri	622 908 986	pekkanen.ritva@gmail.com
Eero Rautio	606 165 921	eero.rautio@hotmail.com
Martti Haavisto	693 819 688	martti.haavisto@hotmail.fi
Ulf Lindholm, rahastonhoitaja	625 296 284	ulf.g.lindholm@gmail.com
Mauri Kyyrönen	663 588 683	mauri.kyyronen@gmail.com
Suomelan toimisto	952 660 721	suomela@suomela.info
Suomelan fax	952 660 697	
Suomelan kotisivut		www.suomela.info

Espanjan kieli, Tina Lindén	670 671 483	tina.linden@telefonica.net
Espanjan keskustelu, Elena Vergara	658 814 033	emediterranea@yahoo.es
Golf-kerho, Eero Rautio	606 165 921	eero.rautio@hotmail.com
Harjoittelijat, jumpat, Sirpa Ruhanen	660 150 440	sirpa.ruhanen@telemail.fi
Harjoittelijavaihto, Jaakko Nyman	634 304 586	suokuokka8@gmail.com
Helisevät, Irja Tihula-Suominen	+358 408 480 889	
Hopeasepät, Waltteri Pirttivaara	+358 503 302 888	waltteripirttivaara@hotmail.com
Jooga, Sari Mäkelä	634 343 818	s_mkel@yahoo.com
Kameraseura, Ilkka Vainio-Mattila	628 258 800	ilkkavm13@gmail.com
Keittio- ja baari Merja Putkonen	630 834 900	merja.hauhia@kolumbus.fi
- kokki Veikko Liira	694 488 795	veikkoliira@gmail.com
Kirjallisuuspiiri, Kaija Tyyskä	634 317 196	kaijatyyska@gmail.com
Kirjasto, Kaarina Kämpe	699 696 287	kempe.kaarina@suomi24.fi
Kuvataidepiiri, Reetta Kiiski	634 328 106	reetta.kiiski@pp.inet.fi
keväällä Helena Kääriäinen		htkaariainen@gmail.com
Käsityökahvila, espanja, Ulla Turtola	645 059 708	ulla.turtola@gmail.com
Luontopiiri, Veikko Makkonen	649 226 712	vema36@luukku.com
Mijas-kävely, Olavi Silventoinen	952 664 257	exergia@kolumbus.fi
Senioritanssi, Marja ja Olli Kurkela	605 294 046	marja.a.kurkela@gmail.com
Soitinryhmä, Rauno Järvinen	628 801 204	rauno.jarvinen@pp6.inet.fi
Suomelan Sanomat, toimitus Marjut Hurtig		marjut.hurtig@gmail.com
taitto Ritva Pekkanen		pekkanen.ritva@gmail.com
Tietovisa, Raija Ihnainen ja		
Matti Tuovinen	687 313 193	girasol1@suomi24.fi
Tilkkupiiri, Raili Parviainen	694 430 683	railiparviainen@gmail.com
Veteraanitoiminta, Matti Konkola	678 884 843	tarja.matti@luukku.com



Suomelan golfkerho

AVOIMET GOLF-KILPAILUT LAUROSSA KAUDELLA 2014 – 2015

ma 19.1.2015	miehet/naiset pistebogi 18 reikää	klo 11.36
su 15.2.2015	miehet/naiset maaottelu Suomi-Ruotsi yhteislähtö	klo 9.00
ma 2.3.2015	miehet/naiset mest.kilp. tasoit.lyöntipeli vain jäs.	klo 11.36
ma 30.3.2015	miehet/naiset paras pallo parikisa	klo 11.36

Kilpailumaksu GF+18 € sisältää 10 €:n valinnaisen aterian ja juoman.
Ilmoittautumiset Caddiemasterin ilmoitustaululla olevalle listalle tai
keklund@gmail.com Lisätietoja Caddiemasterin toimistosta.

Puheenjohtaja Eero Rautio	606 165 921	eero.rautio@hotmail.com
Kilpailutoiminta Kari Eklund	651 777 523	keklund6@hotmail.com
Valmennus Tapani Saarentola	664 672 111	tapani.saarentola@tsgolf.fi
Golfretket Aarne Kallistahti	654 771 217	akallistahti@gmail.com
Lehdistö Ilkka Ulander	694 427 155	ilkka.ulander@elisanel.fi

Suomelan sali:

Camino de la Cantera 49, Los Pacos

Toimisto ja kirjasto:

Calle Las Viñas 54, Edif. Girasol,
ES-29640 Fuengirola

Toimisto ja kirjasto ovat avoinna
ma ja ke klo 12-15

Tärkeitä numeroita:

Yleinen hätänumero	112
Poliisin hätänumero	092
Rikosilmoitus	902 102 112
Palokunta	080
Ambulanssi	061
TAXI	952 471 000

Suomelan jäsenmaksun 30e/toimintakausi (1.7. - 30.6.) tai 15e/kk
voi maksaa Suomelan toimistossa myös **pankki-tai luottokortilla**
tai pankkiin tilille **ES1130580822732720022492**

BIC SWIFT-koodi: **CCRIES2A**, Cajamar Fuengirola.

Maksajan nimi ja jäsennumero tulee merkitä selkeästi. Uuden jäsenkortin,
mikä on myös Suomelan Golf-kerhon jäsenkortti, saa Suomelan toimistolta.