



JÄSENVIESTI 12/2025

Hei!

Syyskausi on päässyt jo hyvään vauhtiin. Liikuntaryhmissä on ollut hyvin osallistujia ja ”kässäkerholaiset” ovat täydessä työn touhussa, heillä taitaa olla jo joulumyyjäiset ajatuksissa.

Ensi viikolla vietetään vanhustenviikkoa yhteisöllisyyden merkeissä ja tapahtumia on paljon.

Ruplan asiantuntijaluennotkin jatkuvat, paljon hyviä luentoja luvassa.

Karjalaisen Eija päivitti vuosikellon, se on tämän postin liitteenä. Vuosikellossa näkyy loppuvuoden tapahtumat, joista ilmoitetaan tarkemmin, kun tapahtumatiimi saa aikataulut ja ohjelmat valmiiksi.

Huom! Syyslomaviikolla/ viikko 42

Ikämoto, salijumppa, Rantakylän uimahallin kuntosali ja vanhusten ulkoilutustiimi eivät kokoonnu.

Ulkoliikunta tiistaisin

Heikki Leppänen on perustanut tiedotusta varten (info, muutokset, peruutukset yms.) WhatsApp-ryhmän ”JAE Ulkoilijat”. Lähetä WhatsApp-viesti Heikille, niin saat linkin, jolla voit liittyä ryhmään. Terveisin Heikki Leppänen puh. 050 553 0352. Liity nyt ja lähde ulkoilemaan kivassa porukassa. Saat aina ajankohtaisen tiedon puhelimeesi seuraavasta kohteesta ja lähtöajasta.

Puheenjohtajan katsauksessa syksyyn saat tietosi hyvinvointialueen uusimmat kuulumiset ja tietoa Ruplan käyttöä koskevista suunnitelmista. Puheenjohtajan palsta löytyy myös yhdistyksemme [kotisivuilta](#).

Katsaus syksyn tapahtumiin/ pj. Ari

Ensin iloista asiaa.

Suurkiitos teille jäsenet runsaasta osallistumisesta yhdistyksen juhlaan!

Omalääkärijärjestelmä on tekemässä paluuta perusterveydenhuoltoon. Ei ihan kirjaimellisesti, eikä vain eläkeikäisille, vaan jonkin sortin tiimityönä. Siilainen aloittaa kokeilun ehkä jo ennen vuoden loppua, jossa lääkäri, hoitaja, fysioterapeutti ja sosiaalityöntekijä muodostavat työryhmän. Ryhmän koostumus varmaan vaihtelee tilanteen ja työvoiman saatavuuden mukaan. Kokemusten karttuessa järjestelmää kehitetään ja laajennetaan asteittain. Tavoitteena on saada tällainen ryhmätyömalli koko maakuntaan. Kokeilun mahdollistaa se, että terveysasemilla on omaa henkilökuntaa ihan kohtuullisesti. Erikoissairaanhoidon tilanne on sitten päinvastainen.

Ikääntyneiden asumispalveluissa sakkaa aika kovasti. Tikkamäellä on jatkuvasti noin osastollisen verran ihmisiä, joille pitäisi löytyä paikka asumispalveluista. Tämä on pysyvä huoli myös vanhusneuvostoissa.

Kotisairaaloimintaa laajennetaan samoin tavoitteena koko maakunnan kattaminen.

Omaishoidon kanssa se on kaikkein kustannustehokkainta toimintaa organisaation kannalta



JÄSENViesti 12/2025

ajateltuna. Se vapauttaa osastopaikan sitä todella tarvitsevalle ja säästää yhteisiä kustannuksia viissatosen joka päivä.

Kaupunki haluaa siirtää yhteisöalo sataman toiminnot Ruplalle. Viime viikot on painittu sen muutosprosessin kanssa. Kaupunki haluaisi mallin, jonka mukaan satama käyttäisi neljä päivää viikossa keittiötä, kahviota ja kammaria. Se toisi hankaluuksia eläkeläisjärjestöjen toimintaan. Eläkeläisjärjestöjen ja sataman toimintamallien ero on siinä, että eläkeläiset tulevat Ruplalle tiettyinä kellonaikana tiettyä asiaa/toimintaa varten ja sataman väki tulee oleilemaan, pelaamaan pelejä, lukemaan lehtiä, keskustelemaan ja kahvittelemaan.

Parhaillaan selvitetään myös muutamia vaihtoehtoisia tiloja. Monia eri variaatioita Ruplankin käytöstä on esitetty, toistaiseksi turhaan. Konsulttityö etenee päätökseen marraskuun lopulla, joten aikaa ja mahdollisuuksia on. Mahdolliset muutokset tapahtuisivat syyskauden alusta -26. Tavataan ensi sunnuntaina vanhustenviikon pääjuhlassa Careliasalissa heti puolenpäivän jälkeen.

Valtakunnallista vanhustenviikkoa vietetään 6.-12. lokakuuta.

Viikon aikana yhdessäolosta voi nauttia liikunnan, luentojen ja kulttuurin parissa. Liitteenä on vanhustenviikon ohjelma.

Uimahalli ja uimahallin kuntosali ovat maksuttomia kaikille yli 65-vuotiaille **Vesikossa maanantaina 6.10.** klo 6.30-20.30 ja **Rantakylän uimahallissa tiistaina 7.10.** klo 6.30-20.30. Käynti on maksuton kaikille vuonna 1960 tai aiemmin syntyneille, ikä todistetaan kassalla.

Tiistaina 7.10 on Areenassa Ikäihmisten terveyspäivä klo 10- 15. Ohjelmassa on mm. luentoja ja päivätanssit.

Vanhustenviikon ulkoilupäivää vietetään **torstaina 9.10.** Joensuussa ulkoilupäivän tapahtumia järjestetään Rantakylän, Niinivaaran ja Enon S-markettien pihilla klo 10-12. Tapahtumat järjestetään yhteistyössä Ikäinstituutin Voimaa vanhuuteen -ohjelman ja Pohjois-Karjalan osuuskaupan kanssa.

Joel Severi Ry järjestää maksutonta digiohjausta ikäihmisille Joensuun pääkirjastolla **maanantaina 6.10.** kello 12-14 ja **Hammaslahden kirjastossa keskiviikkona 8.10.** kello 13-14.45. Voit varata myös ajan ohjaukseen ja neuvontaan soittamalla numeroon 050 386 6678 tai 050 331 8052.

Vanhustenviikon pääjuhla

Carelia-sali os. Yliopistokatu 4, Joensuu

Sunnuntaina 12.10.2025 klo 12.00

Juhlan teema on Onni kasvaa yhteisöissä. Kahvitarjoilu ja vanhusneuvoston esittäytyminen Carelia-salin aulassa klo 12:00. Juhlan ohjelma alkaa klo 13.00. Tilaisuus on kaikille avoin ja maksuton. Juhlaan tarjotaan maksuttomat bussikyydit pitäjistä. Katso vanhustenviikon tarkemmat tiedot ja [bussiaikataulut](#) tästä linkistä.



JÄSENVIESTI 12/2025

Ruplan syyskauden avoimet tilaisuudet jatkuvat.

Paikka: Kerhotalo Rupla Sairaalakatu 27, 80100 Joensuu

Seuraava avoin tapahtuma on **Ti 14.10. klo 12** Kirjailijavieras Tarja Tuovinen, "Matkakertomuksia maailman kriisipesäkkeistä naisen silmin." Liitteenä esite syksyn asiantuntijaluennoista.

Sennarinmaanantai 27.10. klo 10-13

Paikka: Joensuu Areena, 2. kerroksen aulatila

Tarkemmat tiedot ohjelmasta saadaan lähempänä ajankohtaa.

JAE: n sääntömääräinen syyskokous 30.10.2025

Kokouspaikka ilmoitetaan sen varmuistuesssa, seuraavassa jäsenviestissä.

Matkat

Vahvan SOUL-musiikin ilta Varkaudessa 24.10.25 ei toteudu. Osallistujia matkalle tuli liian vähän.

Yllätysmatka 12.11.25

Pientä uteliaisuutta ja valmiutta yllätykseen. Päiväretki kohteeseen X. Matka alkaa klo 10:00 ja paluu on klo 16-16:30. Matkan jäsenhintaa 48 euroa, tulevat jäsenet 60 euroa sisältäen kuljetuksen, lounaan ja yllätyskohteen. **Ilmoittaudu viimeistään 25.10.24 tekstiviestillä, WhatsApp-viestillä tai soittamalla Arille 050 5118 343.** Vapaana on vielä 10 paikkaa, jos et ole vielä ilmoittautunut, **ILMOITTAUDU nyt!**

Tallinnan viehättävä joulutori ja Estoniateatteri 21-23.11.25

Tälle matkalle on vielä reilusti paikkoja vapaana.

Lähdemme Joensuusta aamulla klo 5:30, omakustanteinen ateriointi tarpeen mukaan matkalla (esim Matkakeidas Vierumäellä tai laivan ravitsemuspisteissä). **Laiva lähtee 13:30.** Laivamatkan jälkeen majoittuminen Tallink City hotelliin, hetken uinahdus tai vaikka käynti Virukeskuksessa. Klo 18 jälkeen lähdetään kävellen Estoniateatteriin, musikaali Kabaret alkaa klo 19.

Retken hinta ilman teatteria 235 euroa 2hh ja 305 euroa 1hh.

Estoniateatterin lippu väliaikakahveineen on n. 35€. Osallistuminen tähän kulttuurinautintoon on tietysti vapaaehtoinen, retken kokonaisinta on silloin 270€/2hh ja 340€/1hh. Teatterissa on



JÄSENVIESTI 12/2025

paikkoja enää hyvin rajoitetusti, joten varsinkin teatteriin lähtijät: **Ilmoittautumisaikaa tälle matkalle on jäljellä enää reilu viikko!**

Kaikille retkille yhteistä on, että

1. bussi noutaa retkeläiset tarvittaessa Karsikosta, matkailupysäkiltä, Mutalasta, Niinivaaralta ja Noljakasta
2. ja kun lähtijöitä on riittävästi, viestin viimeisen maksupäivän, tilinumeron, viitenumeron, bussin reitin ja aikataulun. Terv. Ari