

KELOLAINEN 3/2021



Auringonlasku ja heijastus kuvaajan kädestä Tervis-kylpylän hotellin ikkunasta Keloliiton kylpylämatkalla
Pärnussa 14.11.2021. (Kuva: Pertti Rinne)



Julkisen alan eläkeläisten liitto KELO ry, Sörnäisten rantatie 23, 00500 Helsinki

Sähköposti: keloliittory@gmail.com. Kotisivut: <https://www.keloliitto.fi/>

Kelolaisen toimituskunta: Marjut Lainio, Pirkko Hannula, Hilikka Mattila, Pertti Rinne

Hyvinvointia läpi elämän...

Talviaikaan siirtyminen

KELOn jäsenyhdistysten tapaamiset ja -kerhot ovat pitkstä aikaa päässeet vauhtiin. Nyt on pidettävä huoli siitä, ettei kukaan jättäydy pois harrastuksista sen vuoksi, että kunto on heikentynyt pitkän tauon aikana. Kaikille on sijaa yhteisissä harrastuksissamme. Meistä jokainen liikkuu, laulaa, tanssii tai askartelee oman kuntonsa ja taitonsa mukaisesti.

Vuoden viimeisimpiin KELOn tapahtumiin on perinteisesti kuulunut kylpylämatka Viroon. Tätä kirjoittaessani olen juuri valmistautumassa lähtöön Pärnun kylpylämatkalle yhdessä yli 70 kelolaisen kanssa. Rokotusten kanssa ja terveydellisesti liikkuen uskon, että matka sujuu hyvin. Matkat ovat yhdistyksemme yksi tärkeä toimintamuoto tarjoten jäsenillemme virkistys- ja lomatilaisuuksia. Vuodelle 2022 on jo suunnitelmia mielenkiintoisista uusista matkakohteista. Olen omaan kalenteriini merkinnyt jo alustavasti KELOn kylpylämatkan Saarenmaalle, toivottavasti se päästään toteuttamaan.



KELO ry:n syyskokous on 26.11.2021 Helsingissä. Sääntömääräisinä asioina ovat mm. puheenjohtajan ja hallituksen jäsenten valinta vuodelle 2022. Lehden ilmestyessä valinnat ovat juuri käsillä, joten vielä ei voi tietää millä kokoonpanolla tulevan vuoden toimintaa tullaan hoitamaan. Työtä riittää uudelle hallitukselle ja puheenjohtajalle syyskokoukselle esitettävän toimintasuunnitelman pohjalta. Kelon ja jäsenyhdistystemme edunvalvonnan vahvistaminen aloitetaan jäsenhankintakampanjalla. Vuonna 2022 käynnistyvä Aluekierros 2022 yhdessä JHL:n ja Turvan kanssa on mittava projekti. Yhdistyksemme vierailee 8–10 paikkakunnalla. Paikallisyhdistykset ovat tärkeä linkki tilaisuuksien onnistumiselle, yhdessä tehden olemme vahvempia.

KELO ry:n selkeä kanta on ollut, että työeläkkeillä on tultava toimeen myös tulevaisuudessa. Edunvalvonnassa on painotettava eläkeläisten taloudellisen aseman parantamista. Työeläkeindeksikorkotukset eivät yksin riitä, eläkeläisten toimeentuloon vaikuttavat myös asumiskulut, terveydenhoitokulut, palvelumaksut ja lääkekulut. Toimeentuloa tulee arvioida kokonaisuutena. Hyviä uutisia ikäihmisille on kotitalousvähennyksen merkittävä korotus 2022. Kaksivuotisessa kokeilussa kotitaloustyön sekä hoiva- ja hoitotyön vähennyskelpoista enimmäismäärää korotetaan 2 250 eurosta 3 500 euroon ja korvausprosenttia 40:stä 60:een. Kunnossapito- ja perusparannustyöstä vähennys pysyy ennallaan.

Huolestuttavia uutisia on sitä vastoin saatu useammalta taholta hoitajapulasta vanhusten hoidossa. Eläköitymisen takia alalle tarvittaisiin kaikkiaan lähes 30 000 uutta työntekijää vuoteen 2030 mennessä. Alalle hakeutuvien ja alalla olevien määrän vähetessä moni hoitokoti voi joutua tulevaisuudessa vähentämään asiakaspaikkoja, jotta lain vaatima hoitajamitoitus toteutuu. Samaan aikaan hoivan tarve ikääntyessä ei ole katoamassa, hoitokotipaikan saaminen voi sen sijaan tulla vaikeammaksi. Kotihoidon puolella on myös samat ongelmat saada riittävästi henkilökuntaa. Nyt tarvitaan pikaisesti erilaisia toimia asian korjaamiseksi, kunnollisia työoloja ja resursseja.

Rauhallista alkavaa joulunaikaa ja kiitos yhteistyöstä yhdistyksemme toiminnan kehittämisessä!

Päivi Lilleberg
puheenjohtaja

VUODEN 2022 MATKAILU

Hallitus nimesi työryhmän suunnittelemaan ja ideoimaan vuoden 2022 Kelon matkailujaoston matkoja. Työryhmään kuuluivat:

Raili Franzén ja Aini Leminen Helsingin kunnallisista eläkeläisistä, Pirkko Hannula, Anneli Korhonen ja Tellervo Karhapää Vantaan julkisen alan eläkeläisistä sekä Hilikka Mattila JHL Turku Eläkeläisistä.

Työryhmä tekee tarkennetun esityksen matkoista matkailujaostolle 17.11.2021 Teams-kokouksessa. Kokouksen päätökset viedään Keloliiton syyskokoukseen 26.11.2021.

Hyväksytty matkasuunnitelma lähetetään yhdistysten matkavastaaville, jotka kertovat suunnitelluista matkoista jäsenistölle.

Työryhmän matkasuunnitelmissa on mm. seuraavat matkat:

- Matka Brysseliin tai vaihtoehtoisesti ”Tulppaanien Hollanti”.
- Kylpylämatka Saarenmaalle huhtikuussa 2022.
- Saariston rengastie, 3 päivän matkana, että ehditään tutustua paikkoihin kunnolla.
- Matka Livohkaan ruska-aikaan. Majoittuminen 6 tai 3 hengen mökeissä puolihioidolla.
- Tarton pikkujoulu-/teatterimatka marraskuussa 2022 tai kylpylämatka Pärnuun

Joudumme ottamaan matkojen suunnittelussa ja toteutuksessa huomioon terveys-turvallisuuskohdat. Tämän vuoksi toivomme kaikilta pitkää pinnaa, yhdessä tekemällä onnistumme. Uskomme tulevaisuuteen, tavataan iloisten matkojen merkeissä vuonna 2022. (Teksti: Hilikka Mattila, kuva: Pertti Rinne)



Joulutervehdys

Anne Ruikka, Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry,
Liisa Paavola, Kotka-Karhula.
Hilikka Mattila JHL Turku eläkeläiset ry ja
Aini Leminen Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry

Julkisen alan eläkeläiset/Kelo ry | CLUB ONE jäsenetu 2021 -2022

Tallink Silja tarjoaa etuja vapaa-ajan matkustamiseen Club One -kanta-asiakasohjelman kautta. Club One on palkitseva kanta-asiakasohjelma, jossa on kolme tasoa: Bronze, Silver ja Gold. Kun liittyt Tallink Siljan Club One -kanta-asiakasohjelmaan, pääset jäsenetuna suoraan ohjelman Silver-tasolle.

Liity nyt Club One -kanta-asiakkaaksi osoitteessa www.clubone.fi/erikoisliittuminen.

Liittyminen tapahtuu xxx:n sopimusetunumerolla. Mikäli olet jo Club One -jäsen, nykyinen kanta-asiakasnumerosi pysyy voimassa. Jos olet Bronze-tason asiakas, siirrämme sinut Silver-tasolle. Ilmoitathan kuitenkin Club One -kanta-asiakasnumerosi, maininnan jäsenyydestäsi ja sopimusetunumeron sähköpostitse osoitteeseen erikoisliittumiset@tallinksilja.com, näin rekisteröimme Sinut sopimusetuasiakkaaksi ja postitamme tarvittaessa Silver-tason kortin. Lisätietoa kanta-asiakkuudesta www.clubone.fi.

Käytä liittyyessäsi sopimusetunumeroa: 138713

Lisätietoja:

Puh. 0600 152 68,

ma-pe 8-20, la 9-17, su 10-18 (1,75 €/vastattu puhelu + aina pvm/mpm).

www.clubone.fi

Oikeudet muutoksiin pidätetään.

Marjutin marraskuun mietteitä

Syksyn harmaan eri sävyt sävyttävät maisemaa ja ehkä hieman ajatusmaailmaakin. Vielä muutaman viikon päivät edelleen lyhenevät, kunnes on se oikea jouluku, jonka kauppojen ilmapiiri uskottelee jo olevan. Vain puoli vuotta ja ollaan taas keskellä valoisaa aikaa rehevöivän kevään sylissä.

Kesän kaikuja ja menneitä muistellen

Kesäkuussa Kelo ry piti kevätkokouksensa Presidentti Hotellissa. Lähes viime metreille asti itseäni aprikointi, saadaanko kokouksia estävät kokoontumisrajoitukset selätettyä, mutta maskikasvoinen ryhmä pääsi onneksi livenä kokousta pitämään. Matkailujaostokin piti oman kokouksensa. Kokouksesta jäi mieleen Peter Snellmanin alustus Tallink Siljan tarjoamista matkapalveluista. Matkailujaoston asioista vastaa poikkeuksellisen koronatilanteen olosuhteiden vuoksi loppuvuoden ajan Kelo ry:n hallitus.

Harvinaisen helteisen heinäkuun aikana kukaan tuskin jaksaa rasittaa itseään aktiviteeteilla, en ainakaan minä, vaikka hankinkin eräänlaisen vesiflätkyttimen olotilaani viilentämään. Tällöin oli valmis lupaamaan, ettei valita tulevista sateista eikä koleudesta.

Elokuussa merellisiin yhdistyspäiviin Helsinki-Tukholma risteilyllä osallistui 28 Kelo ry:n yhdistysten jäsentä. Luennot olivat alan asiantuntijoiden vetämiä kattavia tietoisuuksia. Risteily oli kaikin puolin onnistunut, kuten Pirkko matkakuvauksessaan toteaa. Opastettu kierros, kuten myös ryhmämatkamme laivalla oli ensimmäisiä rajoitusten jälkeen järjestettyjä, jollei sitten ihan ensimmäinen. Nyt voin hehkuttaa nippeliasioilla tietäväni, missä TV:stä tuttu Beck roolihenkilönä asuu ja että tinnitus ilmenee muunakin kuin korvien soimisena.



Terveysturvallinen Päivi



Kokousväkeä Hotelli Presidentissä 16.6.2021

asia on konkreettisesti taas esillä. Tautipiikit ovat roihahtaneet taas niin, että vain koronapassilla päästetään isompiin tilaisuuksiin ja rientoihin. Tällä seudulla kokoontumiset rajoittuvat nyt sisätiloissa 50 henkeen koronapassilla. Eikun siis ottamaan kolmatta piikkiä. Sitä ennen kannattaa turvata omaa terveyttään influenssaroikotteella. Viime vuoden influenssa-aalto jäi pieneksi johtuen ihmisten hygieniatason noususta sitä toista epidemiaa vastaan taisteltaessa.

Hukka-kevennys

Pari sanaa susista. Lounais-Suomen luonto (varmaan muuallakin) on rikastunut viime vuosina useammalla-kin sudella, jotka liikkuskelevat asuinalueiden keskustoissa. Turusta parin peninkulman päässä sijaitseva kunta pääsi median myllytykseen otsikolla: susikyydityksiä ei enää järjestetä, koska niitä ei voida tarjota kaikille. Alueen päällehti kertoi asiasta ja Iltikin huomioi moisen päätöksen. No ei se ihan noin mennyt. Kunnan virkamies totesi, että kyse ei ole niinkään rahasta, vaan siitä miten kyydit tarjotaan tasapuolisesti niin, että kaikki oppilaat eivät ole susien takia koulukuljetuksessa.

Jäljille pääsin minäkin, sillä metsäreissulla tapaamani metsästysporukkaan kuuluva henkilö kertoi tuonnempana ojan varressa olevan suden tassun jäljen. Jälki löytyikin, siis känny esille ja todentamaan tilanne. Aito se oli, niin syvälle korpimetsään eivät koiran ulkoiluttajat eksy. Oliko hukkareissu vai ei?

Saapui syys

Lokakuussa matkailujaosto kokoontui Tallinnassa ja sai uuden puheenjohtajan, Hilkan. Lisäksi tiimiin valittiin Aini, Anne ja Liisa. Kuva löytyy matkatiimin jutussra, samoin alustavaa tietoa tulevan vuoden matkoista ja retkistä.

Aina vaan korona

Korona-asiaa on kaluttu kyllästymiseen asti, mutta

Tärppejä

Ottakaa rokotukset.

Tallink Silja tarjoaa etuja Club One kanta-asiakasohjelman kautta: es. jäsenenä pääsee suoraan Silver-tasolle. Lisätietoa kanta-asiakkuudesta matkatiimin sivulla tässä lehdessä ja Tallink Siljan verkkosivulla: www.clubone.fi. Käykää myös kotisivuillamme <https://www.keloliitto.fi>, josta löytyy rutkasti monipuolista ajantasaista tietoa. Es. matkat.

Alkuvuonna 2022 käynnistyvät yhdessä JHL:n ja Turvan kanssa järjestettävät aluetapahtumat useilla paikkakunnilla. Mukana tärkeänä osana ovat paikalliset yhdistykset. Asiasta tulee lisäinfoa.

Ei niin tapahtumarikas, mutta omalla tavalla erilainen vuosi alkaa olla loppuillaan ja joulunaika rauhoittumisineen odottaa oven takana.

Lämmin kiitos kaikille yhteydenotosta ja postin lähettämisestä! Kiitos ja kumarrus Pertille, Hilkalle ja Pirkolle!

Hyvää joulua ja onnellista uutta vuotta 2022 kaikille yhdistyksien jäsenille ja heidän läheisilleen!

Marjut Lainio, Kelolainen, päätoimittaja



Kuvagalleria Keloliiton kevätkokouksesta 16.6.2021

(Kuvat: Marjut Lainio)



Eeva ja Pertti opastivat verkkosivujen käyttöä



Kirjanpitoa



Valtakunnalliset eläkeläisjärjestöt VENK ry, piti vuosikokouksensa 16.8.2021. Venk:n hallitukseen valittiin Keloliiton puheenjohtaja **Päivi Lilleberg** ja varajäseneksi **Raili Fanzén** Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry:stä. Venk:n koko hallitus: www.venk.fi/yhteystiedot/

Helsingissä on toiminut vanhusneuvosto vuodesta 1997 lähtien.

Vanhusneuvostot tulivat lakisääteisiksi vuonna 2013.

Helsingin kaupungin hallitus päätti 30.8 kokouksessaan asettaa toimikaudekseen 2021–2023 vanhusneuvoston. Toimikausi sama kuin kaupungin hallituksella. Kaupunkilaisten ja aktiivisten järjestöjen palaute kaupungin Kerro kantasi- palvelussa tuotti iloisen yllätyksen Helsingin kunnallisten eläkeläisten yhdistykselle. Saimme varsinaisen ja varajäsenen paikat neuvostossa. Tämä tuo yhdistykselle paljon vaikutusvaltaa ja suorat yhteydet vuoropuheluun eri järjestöjen ja kaupungin kanslian kanssa. Myös yhdistyksen hallituksen jäsenten kokemukset hyödynnetään vaikuttamistyössä.

Vanhusneuvosto seuraa kaupungin toimintaa eläkeikäisten helsinkiläisten näkökulmasta. Tavoitteena on edistää yhdenvertaisuutta. Neuvosto tekee aloitteita ja esityksiä asioissa, jotka liittyvät eläkeikäisten helsinkiläisten hyvinvointiin ja terveyteen, vaikuttamismahdollisuuksiin, elinympäristöön ja asumiseen sekä liikkumiseen ja palveluihin. Neuvosto kokoontuu noin yhdeksän kertaa vuodessa ja järjestää myös avoimia tilaisuuksia ja seminaareja.

Vanhusneuvoston tärkeimpiä yhteistyökumppaneita ovat Helsingin Eläkeläisjärjestöt, pääkaupunkiseudun muiden kaupunkien vanhusneuvostot ja Suomen muiden



*Simo-Pekka Hämäläinen
vanhusneuvoston varajäsen*

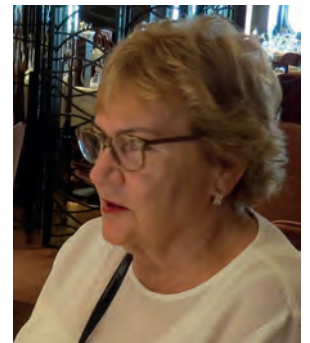
suurimpien kaupunkien vanhusneuvostot. Lausuntoja mm. annettu liikenneturvallisuuden kehittämisohjelmasta 2022–2026. HSL:n seniorialennuksesta. Tukea älylaitteiden ja yhteyksien hankintaan vähävaraisille iäkkäille helsinkiläisille. Lausunto sosiaali- ja potilasasiamiesten selvityksestä vuosittain. Uimahallien erityisuimakortit. Tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden edistäminen Helsingin kaupungin palveluissa ja seniori asumiseen.

Vanhusneuvosto suurimmat haasteet seuraavalla toimintakaudella ovat arviointi koronan vaikutuksista ja ikäihmisten elämään syntynyt hoitovaje mm. terveysasemilla. Neuvosto kokoontui 6.10 ja kokouksessa käsiteltiin toimintasuunnitelma ja nimettiin työryhmiä. Saimme lisäyksiä seurattaviin asioihin: 1.1.2023 voimaan

tulevan sosiaalihuoltolain ja ikääntyneen väestön toiminnan tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluiden toteutumine Helsingissä. Lisäksi huomiomme maahanmuuttaja vanhukset ja korostimme myös yhteistyötä maankäytön, kaavoituksen ja rakentamisen kanssa. Tällä hetkellä esim. Helsinki rakentaa 2–3 kerroksista kaupunkitaloa, jossa ikäihmisten toimintakyvyllä ei voi asua!

Vaikuttaminen yhteisiin asioihin on tärkeää,

Liisa



*Liisa Hangonmäki
vanhusneuvoston jäsen*



Aune Kilkkiä muistaen.

Kauniina alkukesän päivänä sain suruviestin. Ystäväni Aune Kilkki oli siirtynyt ikuisen rauhan maahan. Hänessä sain KELO-liitossa kunnian tutustua todelliseen ahkeraan sekä yhdistävään yhdistysaktiiviin, todelliseen järjestötoveriin.

Aune edusti Mikkeliissä liittomme perustamiskokouksessa 20.8.1998 Vantaan kunnallisia eläkeläisiä. Aune valittiin hallituksen kokouksessa liiton ensimmäiseksi sihteeriksi ja taloudenhoitajaksi. Tultuani valituksi KELO-liiton puheenjohtajaksi sisäistin, millainen aarre hän oli taloudenhoitajana ja työtoverina, ystäväni. Aune oli niitä vanhan ajan järjestöihmisiä, jotka pyyteettömästi ja toisten mielipidettä kunnioittaen, rakentavasti kehittivät liittoamme. Jätettyään vuoden lopussa 2006 aktivitoiminnan liitossa, hän osallistui Arvin kanssa jäsentöimintään, niin liiton kuin Vantaan yhdistyksen piirissä.

Aunen muistoa kunnioittaen,
Aulis Laakso

Esittelyssä Hilikka Mattila, turkulainen yhdistysaktiivi

Pohjanmaan lakeuksilla



Hilikka lapsena

75 vuotta sitten syyskuun yhdeksäntenä päivänä jalasjärveläiseen perheeseen syntyi Hilikka Annikki perheen toisena lapsena, mutta ensimmäisenä tyttärenä. Perhe kasvoi 9 lapsen perheeksi ja olosuhteiden vuoksi jo hyvin nuoresta pitäen pienemmistä sisaruksista huolehtiminen oli lettipäiselle Hilikalle itsestään selvää kuten myös äidin auttaminen kodin askareissa. Sodan jälkeiset vuodet olivat aineellisesti niukkoja, mutta tiivis yhteishenki ja toisista huolehtiminen kuuluivat ajan henkeen voimistaen perheen yhteenkuuluvuutta luoden sen tärkeäksi rikkaudeksi. Toimeliaisuus kehitti erilaisia taitoja ja antoi rohkeutta niiden toteuttamiseen, mistä sai hyvät eväät maailmalle lähdettäessä.

Elämä kuljettaa

Koulunkäynnin loputtua oli lähdettävä hakemaan töitä, mikä tarkoitti myös muuttoa pois kotoa. Työ vanhusten parissa, mitä Hilikka oli aina halunnut, onkin täyttänyt hänen elämänsä suurimmaksi osaksi.

Muutto synnyinseudulta Satakuntaan tarjosi työn Euro-Kiukaisten metsänsydämessä sijaitsevassa 40-paikkaisessa vanhainkodissa. Aika oli vaatimatonta, huoneissa ei esimerkiksi ollut saniteettitiloja. Suomalaiset vielä nykyäänkin niin liikekannalle saava apuväline kuin ämpäri toimi monessa tärkeänä apuvälineenä. Ruutuvihkoon kirjattiin huolellisesti potilaiden kääntelyt. Uusien taitojen opettelu edessä oltiin, kun potilaalla (silloinhan ei vielä puhuttu asiakkaista) oli kuulovamma. Hoitotyötä helpotti, kun opetteli tärkeimmät viittomamerkit asiaa selventämään. Aina ei voinut saada paikalle sitä ainoaa henkilöä, joka hallitsi hyvin kyseisen taidon.

Satakunnassa syttyi myös rakkaus tuoden vierelle elämänkumppanin ja ajankohtaiseksi tuli perustaa perhe,



Tuikkukynttelikkö

johon syntyi tytär 60-luvun lopulla. Koska puolison työ oli Turussa, niin eteen tuli muutto ensimmäiseen yhteiseen kotiin läheiseen Lietoon.

Elämä kuljetti muuttokuor-
maa vielä Turkuun, josta löytyi kaupungilta pitkäaikainen ja monipuolinen työ kotipalvelun piiristä, jossa työtehtävät kentällä tarjosivat aherrusta näppäri-

le käsille ja työn toimistossa kotiavunvälittäjänä sekä työsuojeluvaltuutettuna.



Hilikka Mattila

Eläkkeelle

Kun eläkkeelle siirtyminen tuli ajankohtaiseksi, Hilikka liittyi JHL Turku Eläkeläiset ry:n jäseneksi ja toimi aktiivisesti mukana yhdistyksessä. Puheenjohtajan nuijaa Hilikka heilutti vuosina 2011-2019.

Opintokerhon vetäminen osui myös kohdalle. Samassa yhdistyksessä riittää hänelle toimintaa vieläkin ja välillä muistellaan lämpimin hymykarein jäsenten kanssa järjestettyjä tempauksia.

Kelo kuvioissa

Askel kulki kohti Helsinkiä Julkisen alan eläkeläisten liitto Kelo ry:n hallitukseen, jossa Hilkan 7 vuotta sitten (2014) aloittama hallitustyöskentely jatkuu vieläkin.

Kelo-liiton matkailujaossa ja matkatiimissä Hilka on ollut mukana 2019 alkaen ja tämän syksyn kokouksessa hänet valittiin matkailujaoston puheenjohtajaksi. Edessä odottavat matkatiimin kanssa yhdessä liittomme jäsenille järjestettävät monipuoliset matkat.

Vapaa-aika

Työ hoitosaralla jatkuu yhä – tosin yksityiselämässä. Hilkan 98-vuotias sotaveteraani-isä asuu vielä yksikseen omakotitalossa Kaakkois-Suomessa. Siis melko kaukana Hilkan nykyisiltä kotikonnuilta, mutta Hilka



Hilkan posliinilautaset

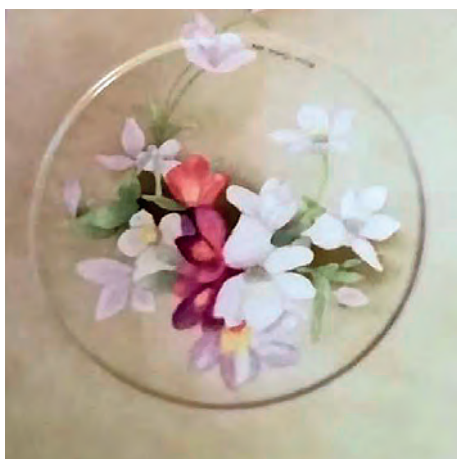
huolehtii isänsä palvelujen järjestämisestä sikäläisen kotihoidon ja veteraanitoimiston yhteyshenkilön kanssa joko etänä tai mahdollisuksiensa mukaan paikalla käyden.

Puhelimella kilautellaan (heidän käyttämänsä niin nostalginen termi, ihan näkee puisen

seinäpuhelimien ja kammen, kommentoi kirjoittaja) sovittuun aikaan päivittäin kysellen kuulumiset ja kumpaisellekin syntyy turvallinen olo, kun tiedetään asioiden soljuvan hyvin.

Sukupolvien ketjussa Hilka on osana viidettä sukupolvea, lapsia hänellä on jo kolmessa polvessa, nuorin heistä 4-vuotias. Jälkipolvikin saa osansa tiivistä ja tärkeästä yhteydenpidosta.

Posliinimaalausharrastus vei enemmän kuin pikkusormen



Hilkan pyöreä taulu

Viime vuosituhannen (=1999) lopulla

työkaveri sai houkuteltua Hilkan posliinimaalausryhmään. Työpajat ovat vaihdelleet alun kerrostalon alakerran tiloista nykyiseen keskustassa sijaitsevaan tilaan.

Värien sekoittaminen ja kultakoristelu on ihan oma juttunsa, joiden käytön arvoitusta kirjoittaja ei arvanne avata. Läheisillä on runsaasti Hilkan koristelemia kauniita esineitä kotikammareissaan ja kippojen lahjoituksia on jo toivottukin rajoitettavan. Yli 20 vuoden satoa varmasti riittää. Kotiaan Hilka sisustaa tekemillään taitavin käden vedoin tehdyillä kuudella (tällä hetkellä) taululla, vaaseilla, tuikuilla ja enkeleillä. Teksti *Marjut Lainio*, kuvat Hilka Mattilan arkistosta.



Hilkan kukkakimpputaulu

Elokuun yhdistyspäivän 23.8.2021 luennolla kuultua sote-uudistuksen tiimoilta

Uudistusta tarvitaan, jotta saataisiin kaikille valtakunnallisesti yhdenvertaiset sote-palvelut kustannustehokkaasti. Sosiaali- ja terveydenhuollon painopistettä siirretään peruspalveluihin ja ongelmien ennaltaehkäisyyn.

Väestön ikääntyminen synnyttää tarpeen peruspalvelujen parantamiselle. Palvelujen tarve kasvaa ja rakenne muuttuu ikääntyvien määrän kasvaessa ja tarve ennaltaehkäisyn panostamiseen kasvaa.

Tavoitteena on nopeuttaa hoitoon pääsyä ja näin myös vähentää erikoissairaanhoidon ja vaativien erityispalveluiden tarvetta sekä kustannuksia.

Kuntien toimintaedellytykset ovat heikot, joten palvelujen ulkoistaminen on jatkuvasti kasvanut ja laajemat alueet tarvitaan, koska palvelujen taso ja saavutettavuus vaihtelee paljon.

Vuonna 2020 74 kuntaa (kuntia 310) oli järjestänyt itse palvelunsa. Kokonaisulkoistuksen oli tehnyt 13 kuntaa (2019). Vuonna 2018 sote-palveluissa ostopalveluita tarvittiin eniten sosiaalipalveluissa, n. 17 %, Terveysasemista oli ulkoistettu 9,2 %. Sote-lait hyväksyttiin kesäkuussa 2021. Ne tulevat voimaan asteittain 1.7.2021 alkaen.

Hyvinvointialueiden valtuustojen vaalit ovat 23.1.2022 ja hyvinvointialueet aloittavat 1.1.2023. Alueita on 21 + Helsinki ja HUS. Soten lisäksi myös pelastustoimi on mukana.

Poikkeuksena muista kunnista Helsinki vastaisi edelleen sosiaali- ja terveydenhuollon sekä pelastustoimen järjestämisestä alueellaan eikä se kuuluisi mihinkään hyvinvointialueeseen.

Kuka järjestää:

Hyvinvointialueella:

Sote-palvelut ovat pääosin julkisen sektorin eli hyvinvointialueen järjestämisvastuulla. Yksityinen voi ainoastaan tuottaa palveluja (mahd. lastensuojelu-, päihde- ja mielenterveyspalveluissa tarvitaan).

Kuntien tehtävänä:

Kuntien vastuulla on opetus ja varhaiskasvatus, liikunta, kulttuuri ja infra.

Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen:

Hyte-palveluja ovat mm. liikunta, kaavoitus, kerhotoiminta ja neuvonta.

Hyte-palveluista vastaa kunta yhteistyössä hyvinvointialueiden kanssa (vuosittainen neuvottelumenettely).

Vanhuspalvelut:

Tehostetussa palvelussa ongelmana on henkilöstön puute. Koulutuspaikkoja on lisätty, mutta henkilöstö ei pysy. Tilanteeseen toivotaan maahanmuutosta apua. Mitoituslaki (2020) koskee tehostettua (ympäri vuorokautista) palveluasumista. Portaittainen mitoitus 0,7 työntekijää 1.4.2023 mennessä.

Suomi käyttää vähiten rahaa Pohjoismaissa vanhusten hoitoon.

Omaishoito on nykyisin kunnan päätettävissä, mutta päätöksissä vaihtelu on suurta. Omaishoidon tukea sai vuonna 2019 n. 50000 henkilöä, joista yli 65 v oli 67 %. Hoitopalkkio 1.1.2021 alkaen vaihtelee 423,45 – 826,90 euroa.

Helsingiläiset eivät äänestä aluevaaleissa 2022, koska Helsingin kaupunki muodostaa oman hyvinvointialueensa. Sote-uudistuksessa Helsinki sai oikeuden järjestää omat sote-palvelunsa myös jatkossa. Helsingin kaupunginvaltuusto on uudistuksen voimaantullessa myös Helsingin hyvinvointialueen valtuusto.

Teksti ja kuva: Marjut Lainio



Erityisasiantuntija Sari Bäcklund, JHL, alusti yhdistyspäivillä tulevan sote-uudistuksen sisällöstä.

Aluevaalien ennakoäänestys 12.-18.1.2022. Vaalipäivä su 23.1.2022.

SILMÄLÄÄKÄRIN VASTAANOTOLLA KEVÄÄLLÄ 2021

Kävin silmälääkäriäni kanssa keskustelua siitä, mitä kannattaa tietää silmätauteista.

Tässä muutamia ohjeita:

- Säännöllinen silmälääkäriäni tutkimus on paras tapa todeta glaukooma.
- 40 vuotta täyttäneiden pitäisi tarkistuttaa silmänsä säännöllisesti, vaikka ei huomaisikaan näössään muutoksia.
- Jos sinulla todetaan glaukooma, silmälääkärisi arvioi kuinka usein on tarpeen käydä vastaanotolla.

Käy silmälääkäriäni vastaanotolla:

- viimeistään 45-vuotiaana
- 3-5 vuoden välein 45-60 vuotiaana
- yli 60-vuotiaana 2-3 vuoden välein

Glaukooman riskitekijöitä

- Kohonnut silmänpaine on usein, joskaan ei aina, näköhermon vaurioitumisen syy
- Ikäglaukoomaa tavataan yleisemmin yli 60-vuotiailla
- Riski sairastua glaukoomaan on 3-9 kertainen, jos sitä ilmenee suvussa.
- Likinäköisten riski sairastua glaukoomaan on 2-4 kertaa suurempi kuin muiden.
- Pidä verensokeri-, verenpaine- ja kolesteroliarvot normaalirajoissa noudattamalla lääkäriäni ohjeita ja ottamalla säännöllisesti sinulle määrättyjä lääkkeitä.
- Sairastumisen riskiä voi pienentää terveellisillä elämäntavoilla
- Liikunnalla on keskeinen asia kaikkiin sairauksiin. Liikkukaamme jokainen omien voimavarojemme mukaan. "Liike on lääkettä".



Sain hyvää materiaalia silmälääkäriäni. Käydessäni silmälääkäriäni pyytäkää mukanne ohjetiedotteita, sillä niistä löytyy hyviä neuvoja jokaiselle. Tiedustelin myös mistä tietää onko silmissä kaihi. Kysymykseeni lääkäri vastasi sen ilmenevän lähinnä näön huononemisesta.

Pitäkäämme siis huolta silmistämme!

JHL Turku eläkeläiset ry *Hilkka Mattila*

Nyt leipomaan jutun juurta!

Hyvät, mitä parhaimmat, Kelolainen-lehden lukijat: kyselen, mistä asioista toivotte kirjoitettavan?

Minä puolestani ehdottelen:

- Olitko vuodenvaihteen tapahtumissa, oliko hyvät partyt?
- Kuuntelitko kivaa konserttia? Entä oman elämäsi unohtumaton musiikki?
- Mites tanssimuistot silloin joskus kun Dannykin oli vielä nuori tuuliviiri ja Olavi Virta hurmaantui täyden kuun lumoihin vai soiko rokki? Tai kuinka viisas lemmikkisi?
- **Ja tietenkin mitä yhdistyksellesi kuuluu!!!**

Kaikki ja mikä vaan kiinnostaa, joten kynäsiulka käteen ja tarinaa tekemään. Kirjoittajan oma käsiala kiinnostaa, mutta voit jutustella juttusi minulle, niin minä seipitän loput.

Lähetä juttusi teksti ja kuva erikseen, vaikka kuva olisikin jo mukana Wordilla tai PowerPointillä tehdyssä jutussa tai Acrobatin pdf-tiedostossa. Pertin toive: Taitto tehdään Adobe InDesign -ohjelmalla, joten erillinen teksti ja hyvälaatuiset kuvat nopeuttavat taittoa ja kuvat ovat laadukkaampia, kun ne voi sijoittaa suoraan taittoon eikä niitä ei tarvitse kopioida muista tiedostoista.

Minä ja Pertti jeesataan, niin ettei tarinat tämmöisestä jää kiinni.

Toivoo Marjut, päätoimittaja

Kuulo ja ikääntyminen



Ikäkuulolla tarkoitetaan iän mukana ilmeneviä sisäkorvan ja kuulohermon rappeutumismuutoksia. Ikäkuuloisuus on yleistä: kuulon heikkeneminen voi alkaa jo työikäisenä, ja suurimmalla osalla 75-vuotiaista kuulo on heikentynyt. Ikäkuuloisen kuulemista voidaan tukea erilaisilla kuulon apuvälineillä, vaikka ikäkuuloisuutta ei voidakaan parantaa lääkkeillä eikä leikkauksella. Kuulon heikkeneminen alkaa vähitellen, eikä sitä aina huomata tai haluta myöntää itse. Kuulon heikkeneminen alkaa korkeista äänistä ja laajenee sen jälkeen puheen kuulemisen alueelle. Keskustelukumppanin sanoista on vaikea saada selvää ja hälyssä kuuleminen hankaloituu. Kuulemisvaikeudet aiheuttavat väsymystä ja väärinkäsitykset voivat yleistyä. Seurauksena voi olla sosiaalisten tilanteiden välttäminen.

Kuulo on yksi tärkeimmistä aisteistamme. Sen välityksellä saamme tietoa ympäröivästä maailmasta ja aistimme erilaisia elämyksiä kuten luonnon ääniä ja musiikkia. Kuuloaistin avulla olemme vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa sekä ylläpidämme ja muodostamme sosiaalisia suhteita. Hyvä kuulo on myös turvallisuustekijä, sillä sen avulla havaitsemme ympäristön tapahtumia ja saamme tietoa mm. hälytysäänistä ja liikenteestä.

Kuuloaistimus on monimutkainen prosessi, jossa korva välittää äänen, tarkemmin sanottuna äänenvärähtelyn, ulko-, väli- ja sisäkorvan kuuloelinten kautta kuulohermolle ja sitä kautta aivoihin isoavokuorelle. Korvan tehtävä on siis ottaa ääni vastaan ja muuttaa se värähtelyksi ja hermoimpulsseiksi, jotta aivot osaavat tulkita tulevan informaation ja kertoa henkilölle, kuinka ääneen tulee reagoida.

Kuulokojeet ja muut kuulon apuvälineet helpottavat huonokuuloisen osallistumista ja vuorovaikutusta. Apuvälineiden avulla kanssakäyminen läheisten ja ystävien kanssa sujuu paremmin. Samalla myös elämänlaatu paranee ja turvallisuudentunne lisääntyy. Myös henkilöt, joilla ei vielä ole käytössä kuulokojetta, hyötyvät useimmista kuulon apuvälineistä.

Kuulokoje ja sen toiminta

Kuulokoje vahvistaa ääntä ja siirtää sitä korvaan kovemmalla voimakkuudella. Samalla kuulokoje analysoi ääntä, tunnistaa ja erottaa siitä puhe- ja melusignaalin varmistaen, että kojeen ääni on miellyttävä ja luonnollinen. Kuulokoje säädetään aina yksilöllisesti käyttäjänsä kuulokäyrän mukaisesti. Sen lisäksi kojetta voidaan hienosäätää niin, että koje saadaan toimimaan miellyttävästi ja tehokkaasti käyttäjän toivomusten ja henkilökohtaisten tuntemusten mukaan. Kuulokojeen käyttäjä voi säätää kojeen äänenvoimakkuutta ja joissain kojeissa äänenvoimakkuus säätyy automaattisesti ääniympäristön mukaan. Joihinkin kuulokojeisiin saa erillisenä lisävarusteena kaukosäätimen, jolla voidaan säätää kuulokojeen eri toimintoja. Useimmissa kojeissa on erilaisia tilanneohjelmia. Normaalkuuntelua käytetään tavanomaisissa keskustelutilanteissa ja meluohjelmaa hälyisissä tilanteissa. Induktiivista kuuntelua eli T-asentoa hyödynnetään erilaisten induktiosilmukoiden kanssa. Jokaisella kojeella on omat tarkemmat käyttöohjeensa ja asiakas saa ne kuulokojeen luovutuspaikasta. Kuulontutkija merkitsee yleensä käyttöohjeisiin, mitä tilanneohjelmia kuulokojeeseen on asennettu ja miten ohjelmia vaihdetaan.

Kuulokojeet tarvitsevat virtalähteeksi pariston

Kuulokojeissa käytetään ilmasinkkiparistoja, jotka tarvitsevat ilmaa tuottaessaan energiaa. Pariston ilmareiät on peitetty tarralla ja tarra poistetaan tai paristo painetaan pakkauksen läpi, kun paristo otetaan käyttöön. Tällöin ilmaa pääsee pariston sisään ja paristo latautuu tuottaakseen energiaa. Paristoa vaihdettaessa on hyvä antaa pariston ilmastoitua useamman minuutin ajan tarran poistamisen jälkeen ennen kuin asettaa sen kuulokojeen paristokoteloon.

Lähden kuulontutkimuksiin kun ...



- Huomaan kuuloni heikentyneen
- Läheiset huomauttavat asiasta
- On vaikeuksia tv:n, radion ja puhelimen kuulemisessa
- Kuulo hankaloittaa asiointia
- Kuuleminen rajoittaa sosiaalista elämää ja osallistumista tilaisuuksiin, joissa on paljon ihmisiä ja hälyä
- Jatkuva pinnistely kuulemisen kanssa väsyttää



Ilmasinkkiparistoja on neljää eri kokoa ja joka koolle on oma värikoodinsa paristopakkausessa. Kuulokojeen käyttöohjeissa kerrotaan, minkä kokoinen paristo sopii kuulolaitteeseen. Käytöstä ja kuulokojeen tyypistä riippuen paristosta riittää kuulokojeeseen virtaa yleensä 3–16 päiväksi ennen kuin paristo täytyy vaihtaa. Paristoja myyvät Kuuloliiton paikallisyhdistykset, kuuloalan maahantuojat, suurimmat tavaratalot ja marketit, optikkoliikkeet ja apteekit.

Kommunikointi huonokuuloisen kanssa

Suurin osa ihmisistä käyttää puhetta ensisijaisena kommunikointikeinona. Kuulovammaiselta puheen kuunteleminen vaatii kuitenkin paljon keskittymistä ja tarkkaavaisuutta. Erityisesti ryhmätilanteet voivat olla haastavia: keskustelun polveilu, aiheiden vaihtuminen ja nopeatempoisuus sekä päällekkäinen puhuminen ja häly vaikeuttavat keskustelun seuraamista, pinnistely uuvuttaa ja väärinkäsityksiä syntyy helposti. Huonokuuloisen puheen kuulemista voidaan kuitenkin tukea monin tavoin; kommunikaatiota voidaan helpottaa esimerkiksi kiinnittämällä huomiota kuunteluolosuhteisiin.

- **Kiinnitä keskustelukumppanisi huomio ennen kuin alat puhua.**
- **Puhu rauhallisesti ja selkeästi.**
- **Huolehdi, että kasvosi ja suun liikkeesi näkyvät.**
- **Ota huomioon, että taustahäly vaikeuttaa kuulemistä.**
- **Huolehdi, että ryhmätilanteissa vain yksi puhuu kerrallaan.**
- **Selvennä asiasi tarvittaessa ja oikaise väärinkäsitykset heti.**

Lisätietoja saa Kuuloliiton verkkosivuilta www.kuuloliitto.fi ja www.ikakuuloiset.fi sekä neuvontapuhelimesta ja paikalliskuntasi kuuloyhdistysten kuulolähipalvelutoimijoilta. Lisäksi alueilla toimivat asiantuntijat neuvovat kuulovammaisia eri puolella Suomea. Neuvontapuhelin (09) 580 3370 palvelee maanantaisin klo 9-15 tai voit jättää kysymyksen Kysy Kuulosta -lomakkeella info@kuuloliitto.fi.

Artikkelin ja 23.8.2021 pidetyn luennon on koontanut Kuuloliiton asiantuntija Johanna Juola.

Kuvalähteet Kuuloliitto ry, jos kuvan kohdalla ei muuta ole mainittu.

Uusi jäsenetu Turvasta

Vakuutusyhtiö Turva tarjoaa Kelon jäsenille uuden jäsenedun 1.1.2022 alkaen. Kelon jäsenenä saat jatkossa 10 % jäsenalennuksen kaikista jatkuvista, vapaaehtoisista vakuutuksista. Kelon jäsenalennus on yhtä suuri kuin ammattiliiton jäsenen alennus. Jos olet yhä myös ammattiliiton jäsen, voit itse valita, kumpaa alennusta haluat hyödyntää.

Kun otat Turvasta kotivakuutuksen ja sen lisäksi vähintään yhden jatkuvan henkilö-, lemmikki-, vene, kasko- tai metsävakuutuksen, saat edellä mainitun jäsenalennuksen lisäksi myös 10 % omistaja-alennuksen.

Jos sinulla ei ole kotivakuutusta tai sinulla on vain yksi vakuutus Turvassa, saat 10 % omistaja-alennuksen kahden vuoden asiakkuuden jälkeen. Omistaja-asiakkaita ovat kaikki yksityishenkilöt, joilla on Turvassa vähintään yksi jatkuvasti voimassa oleva koti-, henkilö- tai ajoneuvovakuutus.

Olen Kelo ry:n jäsen, saan jäsenalennukset

Vakuutan kotini

Otan vielä toisen vakuutuksen, saan omistaja-alennuksen

10% +  + 10%

Huomioithan, että edellä mainittuja alennuksia ei saa liikennevakuutuksesta eikä määräaikaista vakuutuksista.

Jos olet JHL:n jäsen

Huomasithan, että Julkisten ja hyvinvointialojen liitto JHL:n jäsenilleen hankkima vakuutusturva muuttuu vuoden 2022 alusta lähtien. Jäsenten nykyisessä

vapaa-ajan matkustaja- ja tapaturmavakuutuksessa ei ole yläikärajaa. Vuodenvaihteesta 1.1.2022 alkaen matkustaja- ja tapaturmavakuutus ovat voimassa siihen päivään saakka, jolloin jäsen täyttää 70 vuotta. Ensi vuoden alusta alkaen siis 70 vuotta täyttäneet jäsenet eivät kuulu näiden vakuutusten piiriin. Tämä koskee myös vapaajäseniä.

JHL:n matkustajavakuutukseen liittyen viisumitodistus voidaan kirjoittaa 70 vuotta täyttäneelle 31.12.2021 saakka. Jos jäsen on matkalla vuodenvaihteessa, 70 vuotta täyttäneen jäsenen on ennen matkaa ostettava oma matkustajavakuutus niille 70-vuotispäivän jälkeisille matkapäiville, jotka ovat vuoden 2022 puolella.

Turva myöntää jatkuvan matkustajavakuutuksen enintään 99-vuotiaalle, ja se on voimassa 100-vuotiaaksi asti.

Jäsenalennukset asiakkaan omiin vakuutuksiin säilyvät niin kauan kuin asiakas on JHL:n jäsen, vaikka hän uuden yläikärajan vuoksi ei ole enää edellä mainittujen jäsenvakuutusten piirissä.

Kysy lisää

Saat lisätietoa Turvan asiakaspalvelunumerosta 01019 5110 arkipäivisin klo 8–18. Löydät lisätietoa myös Turvan verkkosivuilta osoitteessa: www.turva.fi/etusivu.

Turvaan soittaessasi sinun ei tarvitse kantaa huolta suuresta puhelinlaskusta, sillä asiointi hoituu pelkällä paikallispuhelin hinnalla. Laajan toimistoverkoston ansiosta Turvassa on myös helppo poiketa asioidessa. Lähimmän toimipaikan löydät kätevimmin osoitteesta www.turva.fi/yhteystiedot.

Koronavirusepidemia aiheuttaa yhä huolta ja epävarmuutta matkailijoille ja matkaa suunnitteleville. Turva on koonnut matkustamiseen ja vakuutuksiin liittyviä ohjeita verkko-sivuilleen www.turva.fi/korona. Kannattaa tutustua myös Turvan seniorisivustoon osoitteessa www.turva.fi/seniorit. Sieltä löydät hyödyllistä tietoa eläkeikäisen arkeen, turvallisuuteen ja vakuutamiseen liittyen. □

*Hymyile,
olet Turvassa.*



JAE Joensuu

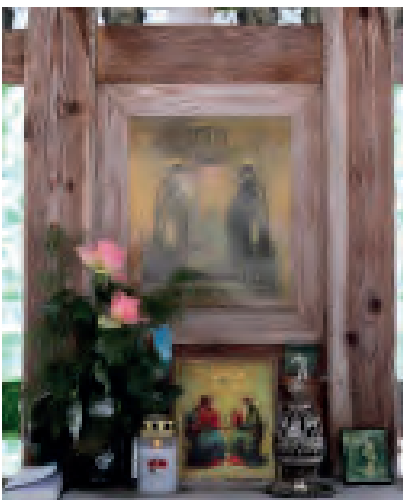


Joensuun julkisen alan eläkeläisten suosittu sauvakävelyt eri kaupungin osissa jatkuu kevään jälkeen. Näin säästyy matkoissa ja mahdollisimman monella on mahdollisuus osallistua. Ev.lut kirkolta lähdettiin Penttilän tunturin ja ruusupuiston kautta Kuhasaloon. Pituutta reilille tuli noin kasi kilsaa.

Nyt korona-aikaa kaupunkilaiset ovat ottaneet tämän aivan Penttilän kaupunginosan tuntumassa olevan alueen retkikohteeksi. Kaupungin toimesta on luonnontilaisen metsäpolun kivikot juurakkoineen tasattu ja päällystetty niin että polut voi kiertää vaikka pyörätuolilla. Alueella on useita tulipaikkoja ja penkkejä missä voi levähtää ja katsella edessä avautuvaa aavaa Pyhäselkää.

Kuhasalo on Pielisjoen suulla Joensuussa. Se tunnetaan myös Kukkosen saarena siellä sijainneen Kukkosen maatilan mukaan. Saarella on vuosisatoja sitten ollut ortodoksinen luostari.

Saaren kasvillisuus on runsas ja monipuolinen, lehtomaisista osista kovien tyrsky rantojen ja hämäreiden kuusikoiden kasveihin tervalepistä alvejuureen. Alueen metsät ovat havumetsiä, mutta entisille pelloille on istutettu koivuja, poppelia, hybridihaapaa ja kontortamäntyä. Luonnonkasveista siperianvalvattia on alueella harvinaisen paljon.



Kukkosen saarena tunnettu Kuhasalo ei ole saari vaan maannouseman ja alueella sijainneen suursahan täyttämä maa on tehnyt siitä niemen.

Joensuun ortodoksinen seurakunta pystytti Kuhasaloon puisen ikonikaoksen muistuttamaan siellä kerran sijainneesta Kuhasalon luostarista. Katoksen alle on asetettu Valamon luostarin perustajien pyhien Sergein ja Hermanin ikoni.

Kuvat Martti "Masa" Piironen, teksti samoin lisättyinä tiedoilla netistä.

Kelolaiset merelle!



Aluksi

Koronapandemia on hiljentänyt monenmoista toimintaa ja toimijaa. Meitä eläkeikäisiä pidetään, varmaan syystäkin, riskiryhmänä. Olemme siksi paljon pysyneet kotona ja yhdistystoiminta on ollut enemmän tai vähemmän tauolla.

Kelossa ei ole kuitenkaan lamaannuttu, vaan kaikenlaista taustatyötä on tehty aktiivisemmän tulevaisuuden eteen. Kotisivut on avattu ja matkoja ja muuta toimintaa suunnitellaan täyttää päätä. Yhdistykset ovat myös, koko pandemian ajan, pyörittäneet toimintaansa omat olosuhteensa tuntien parhaaksi katsomillaan tavoilla.

Kelon Yhdistyspäivät

Kelo on vuosittain järjestänyt yhdistyksille suunnittelupäivät tai koko jäsenistön retkeilypäivät. Niiden sijasta jäsenistö kutsuttiin tänä vuonna Yhdistyspäiville Tukholman risteilyn merkeissä (23.-25.8.2021).



Aini ja Peter



Tässä olemme Tukholman näköalapaikalla, josta edellisen sivun panoraamakuva on otettu. Fanzénin Raili ei ole oikeasti halki, mutta taittaja ei vielä osaa liittää kahta kuvaa panoraamaksi

- K**utsussa kerrottiin, että matkalla on tarkoitus
- paneutua liiton ajankohtaisiin asioihin koronavuoden jälkeen
 - tutustua Kelon uusiin kotisivuihin niiden tekijöiden esittelyminä
 - kuulla luentoja ajankohtaisista aiheista.

Matkalla mukana olleena yhtenä 28:sta voin ilolla todeta, että lupaukset täyttyivät mennessä. Luennoitsija oli mm. Kuuloliitosta ja JHLstä. Peter Snellman toi terveisiä laivayhtiöltä.

Yhdistykset esittivät omaa ohjelmaa

On tunnettua, että aktiivit yhdistysten jäsenet tarttuvat toimeen, kun pyydetään ohjelmaa tilaisuuksien elävöittämiseksi. Eteenkin pääkaupunkiseutu kunnostautui ja nähtiin mm.

-helsinkiläisten tunnelmallinen häätilaisuus, kaunis morsian ja komea sulhanen kuten asiaan kuuluu, tyylikkäitä kaasoja unohtamatta. Onnea jatkossakin!

-toisen tyyppinen oli niin ikään helsinkiläisten 'lypsäjien' yllätysnumero, "Näytelmä kolmessa näytöksessä, joka jätti meille suut 'makiaksi'!!

-runoja lausui aina hyvä Aino Vantaalta (vasemmalla).



-meitä jumppautti Telle, myös Vantaalta (alla).

Tekee mieli sanoa kuten Putte-Possu: 'meillä kaikilla oli niin mukavaa, oi jospa oisit ollut mukana'!!

Seuraavana päivänä ohjelmassa oli jotain muuta kuin 'perinteiden' ydinkeskustassa käynti ja

Ählensin tavaratalo (vaikka kivahan sekin aina on!!). Yhteinen opastettu kiertoajelu bussilla oli oikein mukava ja sää suosi. Nähtiin Tukholmaa vähän eri puolelta ja kauniita merenrantoja riitti!



Takaisin laivalla

Eevan ja Pertin Kotisivuklinikka tarjosi hyvät näkymät tietokoneen mahdollisuuksiin, joihin yhdistysten toivotaan nyt tarttuvan. Opastusta on saatavilla, joten rohkeasti vaan yhdistysten sivuja laatimaan/uudistamaan! Osa yhdistyksistä onkin saanut omat sivunsa uuteen uskoon.

Kotimatalla oli vielä matkoja koskeva palaveri Ainin vetämänä. Ja - iloinen juttu - suositut kelolaisten yhteiset matkat jatkuvat. Monenlaista suunnitelmaa on ilmassa ja juuri tätä kirjoittaessa näyttää siltä, että ainakin osa niistä toteutuu...

Kaiken kaikkiaan

Eri puolelta olevien kelolaisten yhteinen matka pitkästä ajasta oli todella mukava. Tuntuu, että yhteistä tekemistäkin arvostaa entistäkin enemmän nyt, kun se vähään aikaan ei ole ollut mahdollista, joten

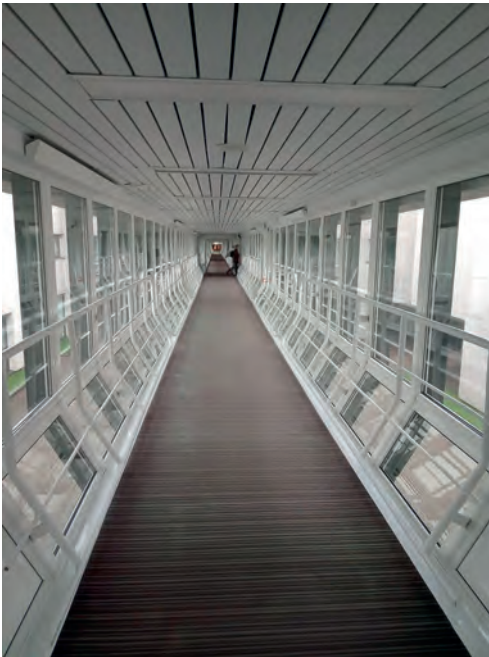
Hyvä Kelo ja aktiiviset kelolaiset!

Teksti: Pirkko Hannula, kuvat: Marjut Lainio



Kuvasatoa Pärnun kylpylämatkalta

8.-15.11.2021



Näitä käytäviä riitti vastaanotosta hotellihuoneisiin ja hoitotiloihin.

Kuva: Sirpa Saukko



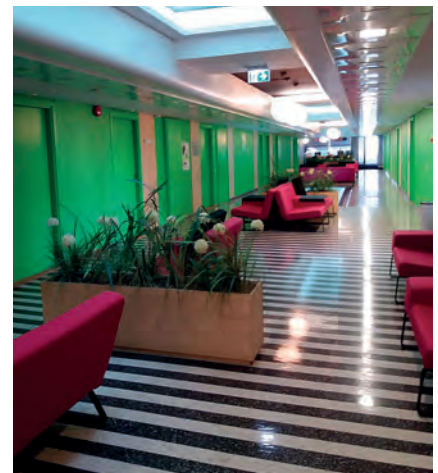
Tervis sijaitsee alle kilometri etelään Pärnun keskustasta, eli kävely- ja ostoskatu Rütli kahviloineen ja ravintoloihin

Kuva Tervikseen verkkosivulta



Ruokasali oli tilava. Kuvassa vasta puolet paikoista.

Kuva hotellin verkkosivulta



Värikkäät vastaanottotilat.

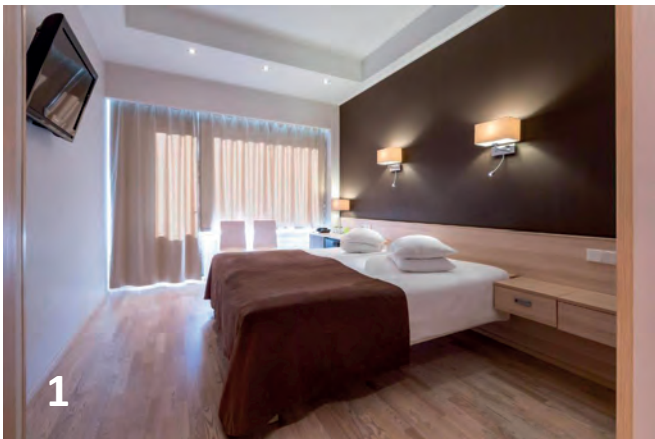
Kuva: Ulla K. Gustafsson



Kylpyläviikkomme aikana ehdimme kahtena iltana kokoontua, ensin tervetulojuhlaan kuohujuomineen ja nauttimaan yhdistysten ohjelma-annista. Vasemmalla istimme pubivisan jatkotunnelmissa, yhteislaulua odottamassa arpajaisten jälkeen, jotka toteutettiin niin, että osallistujien nimet olivat hatussa ja siitä vedettiin voittajat.

Kuva: Pertti Rinne

...kuvasato jatkuu:



1



2



3



4



5

1) Hotellihuoneet olivat hyvätasoisia, tilavia ja siivottiin joka päivä, mikäli asukas halusi. (Kuva hotellin verkkosivulta.)

2) Pubivisailun ja arpajaisten päätteeksi laulettiin Keloliiton omasta lauluvihosta toiveiden mukaan vaikka mitä ja esilaulajilla oli yhtä hauskaa kuin yleisölläkin. (Kuva Pertti Rinne)

3) "Valvontakamerat" oli Helsingin yhdistyksen sketinumro siitä, mitä krostalon pihalla voikaan tapahtua ja millaisilla repliikeillä tapahtumia ja varsinkin naapureita kommentoidaan. Kameroita tarjottiin myyntiin sketsin jälkeen, mutta tarjouksia ei tullut. (Kuva: Ulla K. Gustafsson)

4) Hotellisiiven 5, kerroksen baari oli niin pitkä ja peräosaltaan rauhallinen, että sketsin näyttelijät saattoivat pitää kenraaliharjoituksensa pukujen vaihtoineen muulta yleisöltä rauhassa. Iltaisin baarissa oli myös ruotsalaisia, norjalaisia, virolaisia ja venäläisiä kylpylävieraita. (Kuva hotellin verkkosivulta)

5) Aulabaari oli alakerrassa aivan hotellin vastaanoton tuntumassa. Se oli kötevä kokoontumispaikka oltiin sitten menossa ulos tai illalliselle, tai illallisen jälkeen pohtimassa mitä huomenna tehdään

Käytiin keilaamassa

Helsingin kunnallisten eläkeläisten keilaajien ja keilauksen ystävien perinteinen keilaturnausmatka Holiday Club Saimaan kylpylään 27.- 29.9.2021.



Vihdonkin. Kyllä me odotettiinkin matkaa, joka alun perin oli suunniteltu tehtäväksi v. 2020 naapurimaan kaupunkiin Pietari. Tiedämme kaikki miksi se peruuntui useaan otteeseen, tuo ”pahis korona sen teki”. En lähde sen enempää asiaa

tässä voivottelemaan, vaan keskityn tähän keilamatkaan, joka saatiin nyt tehtyä. Se toi toivoa paremmasta tulevaisuudesta, jospa päästäisiin ns. uuteen normaaliin. Matkamme aloitettiin tuttuun tapaan Mikonkadun turistibussilaiturilta. Meitä oli 50 yhdistyksemme jäsentä matkassa.



Menomatalla kiersimme Haminan kaupungin kautta. Näimme Suomen korkeimman lipputan- gon lippuineen, sekä Haminan ympyräkadut. Perille pääsimme ihan mukavasti, poikettiin vain välillä kahvilla Kotkan torilla. Perinteinen keila- turnaus oli seuraavana päivänä. Se oli yhdistyk- semme 12. (Olisi ollut 13. kerta, yksi kerta jäi väliin korona- epidemian takia)

Tietysti taas oli ”leikkimielinen teema” tälläkin reissulla. Tänä vuonna ”hattu- iltiin”, päässä keilaajilla ja kannustajilla sai olla erilaisia hattuja, pipoja, liinoja. Paras luomus palkittiin iltajuhlassa. Parhaan hatun ”pähineviritelmän” voitti Kauko Saari Lontoo-poliisihatullaan.



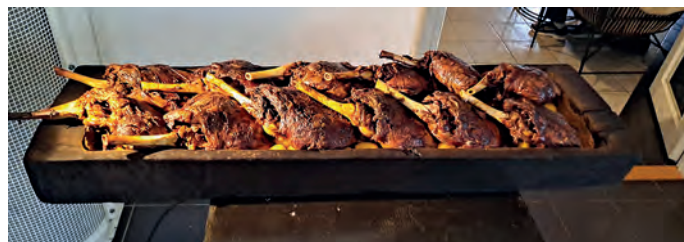
Keilauksen tulokset ja palkintojen jako näkyvät oheisista kuvista. Naisten sarjan voitti Riitta Jämiä (yllä) tuloksella 155, Miesten sarjassa heitti Osmo Leminen (oikealla) 169 pistettä ja joukkuekisan paras oli ryhmä Ritva Koskenranta, Osmo Leminen ja Marla-Leena Käck (vas.) tuloksella 399. Palkinnot jakoi keilakerhon pitkäaikainen vetäjä Kalevi Hietala.



Palkinnot jaettiin iltagaalassa, jossa oli hyvää ohjelmaa. Sketsin ”savolaisella grillikioskilla” esittivät Milja Komu (kuvassa vas.) ja Arja Lehtonen, taustalaulajina Riitta Ruokolainen ja Tarja Asikainen. Simo-Pekka Hämäläinen esitti pantomiimin ”Valkoista ja mustaa.” Illan edetessä kuultiin myös osallistujien kertomuksia



ja hyviä vitsejä. Kyllä meille nauru maittoi, nuorruttiin taas monta vuotta. Illan arpajaiset oli taas hienosti ja hyvin hoidettu. Osallistujat toivat kotoaan kauniiseen pakettiin pakatun ns. turhakkeen. Jokainen sai valita itselleen uuden turhakkeen. Tämä oli ilmastoystävällistä, ja kierrätystä parhaimmillaan.



Lemin särää koivusta koverretussa kaukalossa juuri uunista nostettuna. Valmistus kestää viisi päivää; kolme menee suolaukseen, yksi välipäivä ja paistoaika koivuhaloilla lämmitetyssä uunissa on viisi tuntia. Esikeitetyt perunat lisätään lihan joukkoon paiston loppuvaiheessa.



Säräpirtin seinustalla on tehtävänsä tehneitä, uunissa mustuneita säräkaukaloita. Niiden alla uunissa on pyöreitä, tuoreita leppäpulikoita suojaamassa kaukalon pohjaa ja antamassa lievää savuaromia särään.

Paluumatkalla pysähdyimme syömään Lemin särää, joka oli perinneruokaa: tuntikausia uunissa hauduttua lammasta ja perunaa. Olipa hyvää ja maittavaa. Sitä sai tuplata niin paljon kuin jaksoi syödä.

Pääasia on osallistuminen ei voitto. Mieleeni on jäänyt lapsenlapseni Elinan sanat: Kyllä tänään oli hyvä- ja mukava koulupäivä, meillä oli juoksukilpailut. Elina oli niin innoissaan, että luulin hänen voittaneen ja



Riitta Kalliolahti ei saanut turhaketta, vaan purkillisen erilaisia pelejä.

kysyin, voititko? Hän vastasi: olin viimeistä edellinen, mutta on mukavaa osallistua ja olla ryhmässä mukana. Tällä mielellä osallistuminen on mukavaa ja antoisaa yhdessäolaa. Yhdistyksellämme on seuraavia harrastuskerhoja, johon voi osallistua kukin kiinnostuksensa mukaan: laulu-, näytelmä-, käsityö-, tanssi-, kyläkerho-, keskustelukerho-, musikantit-, vesijumppa-, keila-, petankki- ja mölkkykerhot. On erilaisia tiimejä, jotka valmistelevat tapahtumia, tilaisuuksia juhlia sekä matkoja.

Jos jäseniämme kiinnostaa joku harrastus ja haluaa, että yhdistys ottaa sen mukaan harrastekerhoksi, niin tehkää siitä esitys yhdistyksen hallitukselle. Kiitoksemme Aini Lemiselle ja Kalevi Hietalalle mukavasta, rentouttavasta sekä hyvin joustavasti hoidetusta matkasta.

Matkaan osallistujien puolesta *Liisa Hangonmäki*

Kuvat: Seija Ruokolainen (Kauko Saari), Osmo Leminen (otsikon alla oleva ryhmäkuva) ja Pertti Rinne (lopun kuvat) □

Muuan Umpimähkä

Meillä Vantaan julkisen alan eläkeläisillä on kirjattu yhdistyksen toimintaperiaatteisiin, että normaalin viikkotoiminnan lisäksi kuukausittain toteutetaan ainakin yksi matka, retki, teatterikäynti tai muu vastaava aktiviteetti.

Käytännöksi on lisäksi muotoutunut, että kerran toimintavuonna tehdään ns. umpimähkäretki. Tämä tarkoittaa sitä, että matkan päivämäärä, lähtöaika, kesto aika osapuulleen ja hinta kerrotaan. Kohde tai kohteet selviävät päivän mittaan. Meidän eläkeläisten elämänmeno on varmaankin keskimäärin aika samanlaisena päivästä toiseen toistuvaa ja hyvä niin. Ehkä tämän tasaisen menon vastapainoksi kyseiset umpimähkä-retket ovat vuosi toisensa jälkeen olleet hyvin suosittuja?

Viimeisin tämän tyyppinen matka tehtiin tänä



syksynä. Bussi suuntasi kolmostiellä kohti pohjoista. Kohteitahan siellä päin riittää... Riihimäki, Hämeenlinna, Iittala, Tampere tulevat ensimmäisinä mieleen. Hämeenlinnassa bussi nokka käännettiin kuitenkin Lahden tielle. Eikä aikaakaan, kun käännettiin pois isolta tieltä sinisen, aika tavanomaisen talon pihapiiriin ja ensimmäinen kohde oli saavutettu.

Uschaoffis-avipajan eli 'Kyyrölän sa-

vi'-yrityksen on alun perin perustanut evakkona Hämeeseen tullut savenvalajamestari Aleksander Uschanoff, mutta nykyisin tyttäret pyörittävät sitä.

Saimme nähdä näytöksen saviesineiden tekemistä.

Helpoltahan se näytti, kun sen osaa. Hyllyt notkuivat sekä perinteisillä tavoilla tehtyjä että myös modernilla twistillä toteutettuja astioita ja esineitä. Voisiko sanoa suunnilleen perinteisestä lasten kukkopillistä isoon



kukkaruokkuun ja kaikkea siltä väliltä; uuden ja vanhan tyylistä ja väristä, käyttötavaroita ja koriste-esineitä. Ks. kuvat yhdistyksemme sivuilta.



Matka jatkui: nyt vaihteeksi Turun suuntaan Hämeenlinnassa pysyttiin edelleen, bussi kääntyi sivutielle ja pysäköi matalan talorykelmän kohdalle keskelle maalaismaisemaa. Eipä ohikulkija arvaisi, mitä talosta löytyy. Kuvakavalkadi oman yhdistyksemme nettisivuilla antaa pienen vihjeen tavarapaljoudesta. Ja minkälaista tavaraa... Astioita ja muuta esineistöä on seinäkaupalla, latioilla ja erilaisten kaappien ja piironkien päällä; tunnettuja keräily-

kohteita Muumi-mukejakin on paljon. Ja lautasia, kulhoja, vateja, enkeleitä, norsuja, jne Täällä pitää paikkansa, että kun katsoo minne tahansa, näkee jotain mielenkiintoista/kaunista. Paikka olisi varmaankin Huutokauppakeisarin unelma. Nimeltään se on Härkätien Kynttilä. Miksi, en tiedä??



Paikan joviaali isäntä kertoi historiasta alkaen kanttorilasta, pianonvirytyksestä ja kokoelman karttumisesta sekä ilahdutti meitä laulullaan lounaan aikana. Ihana paikka! Kesäisin ja joskus muulloinkin (esim. joulun aikaan) ovet ovat auki kaikelle kansalle ja tarjolla on buffet-ruokailu, ehkäpä musiikin säestyksellä? Jos liikut siellä päin, uskallamme sanoa 'vahva suositus' eli kannattaa poiketa!!



Kävelyretki Uutelaan 14.10.2021

Helsingin kunnalliset eläkeläiset rupesivat tekemään ”koronakävelyjä” jo keväällä, kun oli vuosi kulunut vapaaehtoisessa karanteenissa ja paikat alkoivat jäykistyä liikunnan puutteessa. Kävelyjä veti hallituksemme jäsen ja ulkoliikuntaryhmämme vetäjä, Osmo Ruokolainen, Helsingin Ladun puitteissa lukuisia kävely- ja laturetkiä järjestänyt konkari.



Raittiusseura Koiton hallitseman saaren Pohjolan pirtti on rakennettu vuonna 1905 ja vielä 1960 luvulla se oli kesäisin suosittu tanssipaikka.

Ensimmäiset reissut tehtiin Vanhankaupungin koskelle, Lammassaareen, Kivinokkaan ja Vuosaaren Mustavuoren luolille. Joka toisena torstaina toteutetut kävelyt olivat antoisia jo senkin vuoksi, että



Vantaankoski kuohui vielä 7.4. vaikka lumet olivat jo suurimmaksi osaksi sulaneet.

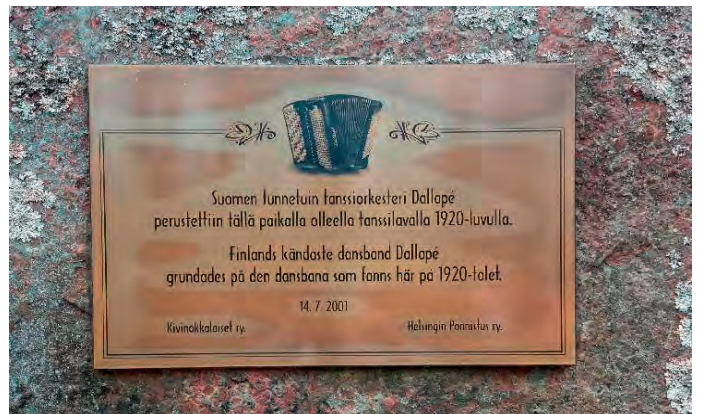
Valkohäntäkauriita oli kaksikin Lammassaaren ja Viikin kohtien välisessä kaislikossa 7.4. kun kävelimme esteettömiksi rakennettuja pitkospuita Lammassaareen nyyttikahveille.



Kesäpaussin jälkeen tehtiin uusi retki Vuosaaren huipulle ja Mustavuoren luolille sekä Jakomäen asutuksen keskellä sijaitsevalle Slättmossenin suojealueelle.

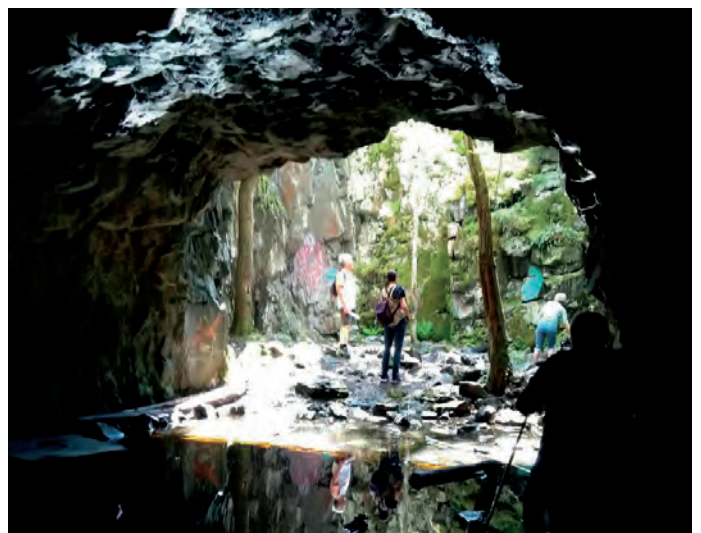


Vuosaaren Aurinkolahden rantatalot näkyivät Nuottaniemen takaa Niemenpajalle, jossa kävimme grillaamassa torstaina 4.10.2021



Tanssiorkesteri Dallape on tiettävästi perustettu Kivinokassa tämän kiven luona 1920 luvulla sijainneella tanssilavalla.

luonto heräsi ja muuttolinnut saapuivat; luonto oli aina uusi, vaikka maisema olisi ollut kuinkakin tuttu.



*Keväällä Mustavuoren luolassa oli vielä vettä.
(Kuva: Riitta Ruokolainen)*



Lokakuun ensimmäinen retkikohteemme oli Uutela, luonnonmukainen ulkoilualue Vuosaaren Aurinkorannan tuntumassa.

Tällä kertaa otimme grillimakkaratkin mukaan, kun Osmo toi puut. Tilavassa grillikatoksessa oli iso, pyöreä grilli, jonka ympärille mahtuivat kaikki tikku-makkaran paistajat.

Kuissa ulkoiluporukkamme, joka sai tällä kertaa nauttia tuulettomasta säästä ja lokakuun auringon säteilylämmöstä. Keskellä opastaulua seisoo ulkoiliikuntavetäjämme Osmo Ruokolainen. Ensi vuonna tas jatkamme joka toinen torstai seuraamassa luonnon heräämistä ja syksyllä ruskan loistoa.

Teksti ja kuvat *Pertti Rinne*.



KELO ry:n jäsenyhdistykset

Puheenjohtajat 2021

Eläkeläiskerho Hely ry

2021 Timo Tilli
timo.tilli(at)hotmail.co

Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry

2021 Kalevi Hietala, varapuheenjohtaja
k.hietala(at)hotmail.com

2022 Liisa Hangonmäki
liisa.hangonmaki(at)gmail.com

Hyvinkään julkisen alan eläkeläiset ry

2021 Anna-Maija Mäkipaakkanen
am.makipaakkanen(at)gmail.com

2022

Joensuun julkisen alan eläkeläiset ry

2021 Merja Kinnunen
merjaa.kinnunen(at)gmail.com

2022 Leena Turunen
leenaturu(at)gmail.com

Karhulan kunnalliset eläkeläiset ry

2021 Erik Marin
erikmarin517(at)gmail.com

2022 jatkaa

Kotkan kunnalliset eläkeläiset ry

Laila Väisänen
laila.vaisanen(at)kymp.net

2022 jatkaa

Kuopion Julkisen alan seniorit KJS ry

2021 Keijo Karttunen, varapuheenjohtaja
keijoka1(at)dnainternet.net

2022 jatkaa

Meri-Lapin kunnalliset eläkeläiset ry

2021 Helena Tervo
helena.tervo(at)hotmail.com

2022 jatkaa

Mikkelin julkisen alan eläkeläiset ry

2021 Ari Lehtinen
ari(at)lehtiset.fi

Matkavastaavat

ei nimetty
timo.tilli(at)hotmail.com

Aini Leminen
aini.leminen(at)gmail.com
Raili Franzén
raili.franzen(at)gmail.com

jatkavat 2022

Anneli Neva
annelineva(at)hotmail.com

jatkaa 2022
Eero Haavisto (vara)
eero.haavisto(at)elisanet.fi

Ari Tielinen
arit(at)elisanet.fi

Ei nimetty

Liisa Paavola
keijo1960(at)luukku.com

jatkaa 2022

Liisa Paavola
keijo1960(at)luukku.com

jatkaa 2022

Seppo K. Miettinen
seppo.k.miettinen(at)luukku.com

jatkaa 2022

Helena Tervo
helena.tervo(at)hotmail.com

jatkaa 2022

Ari Lehtinen
ari(at)lehtiset.fi

2022 jatkaa

jatkaa 2022

TKL eläkeläiset

2021 Markku Kierikka
makeanne45(at)gmail.com

Markku Kierikka
makeanne45(at)gmail.com

2022 jatkaa

Markku Julku
niveljaru(at)gmail.com

JHL Turku eläkeläiset ry

2021 Hilikka Mattila
hilikka.annikki.mattila(at)gmail.com

Hilikka Mattila
hilikka.annikki.mattila(at)gmail.com

2022 jatkaa

jatkaa 2022

Vantaan Julkisen alan eläkeläiset ry

2021 Anneli Korhonen
anneli.korhonen(at)gmail.com

Tellervo Karhapää
telle.karhapää(at)kolumbus.fi
Pirkko Hannula
pirkko.hannula(at)elisanet.fi

2022 Eeva Björklund
eeva.bjorklund(at)saunalahti.fi

Eila Salminen
salminen.eila(at)gmail.com
Kirsi Hirvonen
kirhir52(at)gmail.com

VSSHP:n Kuntayhtymän henkilökunta

JHL ry 114 eläkeläiset

2021 Marja-Leena Kostamo
marjaleenako(at)gmail.com

Marja-Leena Kostamo
marjaleenako(at)gmail.com

2022 jatkaa

jatkaa 2022

Anna lomake ystävällesi, joka on lähiaikoina jäämässä eläkkeelle
ja pyydä häntä toimittamaan se oman yhdistyksesi jäsenvastaavalle

Yhdistys, johon haluat liittyä		Syntymävuosi	
Sukunimi		Etunimet	
Lähiosoite	Postinumero	Postitoimipaikka	
Puhelin	Sähköposti		
Työnantajani oli (vapaaehtoinen)			
Päiväys	Allekirjoitus		
Yhdistyksen merkintöjä			
Hyväksytty jäseneksi	Jäsenmaksu	Allekirjoitus	
	€		

Jäsenlomakkeen voi täyttää myös verkossa: <https://www.keloliitto.fi/yhdistykset/>



Kappas, liiton
jäsenyydestä on hyötyä
vielä eläkkeelläkin.

**Hymyile,
olet Turvassa.**

**Jos se on kullan kallis,
se kannattaa vakuuttaa**

Kotona sattuu ja tapahtuu. Onneksi siihen on helppoa varautua. Tarjoamme jatkuvan 10 % jäsenalennuksen kaikille suomalaisten ammattiliittojen jäsenille. Kun vakuutat meillä kotisi ja valitset yhden tai useamman muun vakuutuksen, saat kaikista vakuutusmaksuista 10 % omistaja-alennuksen. Alennukset eivät koske liikennevakuutusta.

Turvaa rakkain paikkasi turva.fi/koti



Keskinäinen Vakuutusyhtiö Turva • turva.fi • 01019 5110



*Keloliitto kiittää kaikkia jäsenyhdistyksiään kuluneesta
vuodesta 2021 ja toivottaa Hyvää Joulua ja
touhukasta Uutta Vuotta 2022 !*



Hyvää Joulua
&
Onnellista Uutta
Vuotta
2022
Kotkan kunnalliset
eläkeläiset ry



Karhulasta:

*Karhulan kunnalliset eläkeläiset toivottavat kaikille Kelolaisille
rauhallista ja koronavapaata Joulua ja rauhallista vuotta 2022*



KJS-seniorijäsenet ja yhteistyökumppanit.

Hyvää Joulua ja toiminnantäyteistä vuotta-2022

Kelolaiset! Puhalletaan myönteinen tuuli purjeisiin.

Hyvää Joulua ja Uuttavuotta.

Kuopion Julkisen alan seniorit KJS ry



***Hyvää Joulua ja
Onnellista uutta vuotta 2022***

Kelon jäsenille

Jhl 114 eläkeläiset Turusta





**Joulun aikaa rauhaa
Vuotta hyvää alkavaa**

Toivottaa Vantaan julkisen
alan eläkeläiset ry

*HYVÄÄ JOULUA
JA
ONNELLISTA UUTTA VUOTTA
KELOLAISILLE
VUODELLE 2022*

*TOIVOTTAAN:
HELSINGIN KUNNALLISET
ELÄKELÄISET RY
HYVINVOINTIA LÄPI ELÄMÄN...*

***Rauhallista Joulunaikaa ja
Onnellista Uutta Vuotta 2022
kaikille Kelolaisille***

Hyvinkään julkisen alan eläkeläiset ry



*Sydänlämpöistä Joulua ja
Onnellista Uutta Vuotta 2022!*

JHL Turku Eläkeläiset ry



*Iloista Joulua ja
Puuhakkaan Onnellista
Uutta Vuotta 2022*

*Kelolaisen lukijoille toivottelee
Kelolaisen toimituskunnan tontut:
Marjut, Hilikka, Pirkko ja Pertti*