

KELOLAINEN 1/2024



Kuva: Adobe Stock



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

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

Toimituskunta: Marjut Lainio, päätoimittaja; Pertti Rinne, taitto; Sirpa Havukainen; Päivi Ahola

Hyvinvointia ja yhdessäoloa, terveenä elämän loppuun saakka

KESÄN KORVALLA

Keloliitto järjesti maaliskuussa retken Kuopion Rauhalahteen ja siellä pidettiin myös 20.3. yhdistysten kehittämispäivä.

Päivän aikana iso ryhmä jaettiin kolmeen valmisteluryhmään, puheenjohtajat & sihteeri, matkavastaavat ja taloudenhoitajat. Minulle jäi päällimmäiseksi mieleen toive eri yhdistysten vanhemmasta yhteistyöstä. Yhdistykset voisivat kutsua eri tilaisuuksiinsa myös naapuriyhdistyksen jäseniä ja näin voisimme oppia uutta toinen toisiltamme.

Kehittämispäivän kooste löytyy Keloliiton kotisivuilta.



Mikä on minun tahtoni?

Minua itseäni on viime aikoina mietityttänyt kaiken oman tärkeän materiaalin taltiointia perillisille. Ruotsissa on käytössä Vita Arkivet, josta löytyy myös digitaalinen versio vahvalla tunnistautumismallilla. Asialla ovat hautaustoimistot.

Pitäisikö meillä Suomessa olla joku yhteinen rekisteri, johon voisi tunnistaautua pankkitunnuksilla ja koota sinne omat tärkeät asiat?



Meillä on edunvalvontaan oma lainsäädäntö vuodelta 2007. Lisätietoa löytyy täältä [Digi- ja väestötietoviraston palvelut henkilöasiakkaille](https://digi-ja-vaestotietoviraston-palvelut/henkilöasiakkaille) | [Digi- ja väestötietovirasto \(dvv.fi\)](https://digi-ja-vaestotietovirasto.dvv.fi).

Hyvinvointialueilla voi myös asioida toisen läheisen puolesta apteekki- ja sosiaali- ja terveydenhuollon palveluissa. Usealla hyvinvointialueella tämä on jo otettu käyttöön ja varmasti tämänkin asia vielä etenee.

Asioinnista toisen puolesta lisätietoja löytyy täältä: <https://dvv.fi/-/digiasiointi-laheisen-puolesta-sosiaali-ja-terveysasioissa-helpottuu-vuonna-2024-hyvinvointialueilta-ja-digi-ja-vaestotietovirastolta-uusi-palvelu>

Tässä asiassa olisi vielä tehtävää ja kaikkien asioiden tuonti yhdelle alustalle olisi niin ikäihmiselle kuin perillisille kätevää. Sinne voisi kerätä hoitotahdon, edunvalvontavaltuutuksen, tiedot omaisuudesta ja mahdol-

liset salasanat ja asiakirjat. Sinne voisi myös laittaa oman toiveen hautausjärjestelyistä.

Meitä ikäihmisiä on paljon ja kuoleman jälkeen asioiden järjestely vie aikaa. Tähän asiaan olisi hyvä saada kattava ja toimiva järjestely.

Minä jo odotan pääsyä Onnenmökille ja ihastelua kevään ihmeistä. Miten kasvit tulevat uudelleen esille pitkän talven jälkeen ja linnut aloittavat omat pesinnät.

Minulla on jo hankittuna muutamia kesäkukkien siemeniä ja onpa Rymättylässä kuulemma jo laitettu perunat peltoon! Kun nyt ei enää tulisi kovia yöpakkasia!

Keloliiton kevätkokous pidetään JHL-talolla ja Teams-yhteyksin keskiviikkona 24.4. klo 10.

Siellä tavataan!

Riitta Vehovaara
Keloliiton puhjohtaja

HUIMAT ELÄKEKOROTUKSET



Mediassa ja julkisuudessa on annettu ymmärtää, että työeläkkeet ovat nousseet erittäin paljon.

Suomen hallitus teki päätöksen vuonna 1996 työeläkeindeksin korotuksen muuttamisesta 50–50 suhteesta, 20–80 suhteeseen. Tämä tarkoittaa sitä, että eläkeindeksin korotuksiin vaikuttaa työntekijöiden palkankoro-

tukset 20 % ja elinkustannuksen nousu 80 %.

Vuonna 2023 palkan ostovoima oli alimmallaan 15 vuoteen, ostovoima on laskenut kolmatta vuotta.

Samanlainen tilanne oli 1970-luvun lopussa öljykriisin aikaan.

2020–2013 inflaatio pysyi erittäin alhaisena alle kahdessa prosentissa.

Vuoden 2021 alkupuolella inflaatio nousi pikkuhiljaa 9,1 prosenttiin. Kolme vuotta nousseet hinnat tarkoittavat sitä, että Suomen kansalaisilla oli yhä vähemmän varaa elämiseen.

Työeläkkeitä korotettiin vuoden 2024 alussa noin 5,7 %. Kumminkin vuonna 2023

inflaatio oli 6 prosenttia, joten eläkkeiden nosto ei edes kattanut inflaation aiheuttamaa ostovoiman vähentämistä.

Eläkeläisistä 50 % ansaitsee alle 1450 €/kk ja 20 % alle 1000 €/kk. Eläkekorotukset tehdään aina prosentti korotuksina, joten siinäkin pienituloiset eläkeläiset ovat jälleen huonommassa asemassa.

Eläkettä 1000 €/kk saa korotusta 57 €, 1700 €/kk saa 96,90 € ja 3000 €/kk saa 171 € korotusta.

Pienituloiset eläkeläiset joutuvat säästämään lääkkeitä ja lääkäripalveluista sekä ruuan ja liikunnan laadusta.

Pidetään eläkeläisistä huolta!

Ari Lehtinen
KELO-liiton varapuheenjohtaja

UUDISTUVA TYÖELÄKETURVA

Hallitus ja työmarkkinajärjestöt pohtivat toimia eläketurvan uudistamiseksi. Uudistusta ja ehdotuksia valmistellaan kahdessa työryhmässä työmarkkinoiden keskusjärjestöjen, sosiaali- ja terveysministeriön ja valtiovarainministeriön yhteistyönä.

Olemme koonneet käyttösi ETK:n julkaisemaa aineistoa uudistuksen teemoista. Eläkeuudistuksen valmistelu 2023-2025 -sivulta löydät myös mm. tietoa perustetuista työryhmistä.

Alla linkit ETK:n uudistuksen julkaisuihin:

<https://www.etk.fi/suomen-elakejarjestelma/elakeuudistukset/elakeuudistuksen-valmistelu-2023-2025/>
<https://www.etk.fi/kategoria/uudistuva-tyoelaketurva/>



VANHENEMINEN – ELÄMÄN SYVÄLLISIN JA KAUNEIN KEHITYSVAIHE



Sirkka-Liisa Kivelä

LKT, yleislääketieteen ja geriatrian erikoislääkäri
Yleislääketieteen professori,
emerita, Turun yliopisto
Geriatrisen lääkehoidon dosentti,
Helsingin yliopisto

Saavuin seniori-ikään muutama vuosi sitten. Tämä avasi mahdollisuuksia kokea omakohtaisesti sitä, mitä olin koko työikäni tutkinut ja mistä olin puhunut. Ryhdyin yhdistelemään omia kokemuksiani aikaisempiin vanhenemista koskeviin teoreettisempiin tietoihini. Löysin monille ikääntymiseen liittyville tunteilleni selityksiä. Opin ymmärtämään tietopohjan merkityksen oman elämän kokemisessa tasapainoisena seniori-ässä.

Nämä havaintoni johtivat minut tutustumaan uusimpiin kansainvälisiin psyykkistä vanhenemista käsitteleviin tutkimuksiin. Mitä nykypäivän huippututkijat kirjoittavat kokemuksellisesta ikääntymisestä?

Hämmästyin sitä myönteistä kuvaa, minkä länsimaiden tutkimukset toivat esille. Osa tutkijoista piti vanhenemista ja vanhuutta elämän syvällisimpänä ja kauneimpana kehitysvaiheena. Olen samaa mieltä heidän kanssaan.

Ikääntyminen on itsensä löytämisen aika. Työroolit ja monet muut roolit putoavat. Iäkäs vapautuu ja uskaltaa sanoa mielipiteensä. Hän kuitenkin toimii "sivistyneesti" eikä halua loukata muita. Takana olevan elämän kokemukset ja tiedot suomalaisen yhteiskunnan tavoista ovat edelleen hänen omaisuutensa. Ikääntyneen tavanomaisistakin poikkeavat kannanotot ovat pehmeitä.

Aikaisemman elämän muistoja nousee väijäämättä mieleen vanhetessa. Ne pulpahtavat muistin kätkeistä. Ei tarvitse ryhtyä muistelemaan.

Muistot ovat tärkeitä

Elämän valintojen, päätösten, tapahtumien ja tunteiden muistelemisella on keskeinen ja tärkeä tehtävä oman itsensä löytämisen tiellä. Niiden kautta ikääntyvä muodostaa mielikuvaa siitä, kuka hän on ja mikä merkitys hänen elämällään on ollut ja on edelleen. Hän ikään kuin punoo menneiden kautta oman elämänsä ja minuutensa tiiviin ja paksun rungon.

Tämä runko auttaa häntä kulkemaan tasapainoisena läpi vanhuuden surujenkin ja tekemään sovinnon tulevan kuolemansa kanssa. Itsensä ymmärtäminen tuo myös iloa elämään.

Aikaisempia tapahtumia ei voi kokea juuri sellaisina, millaisia ne olivat ja mitä niiden yhteydessä tunsivat. Myöhemmät

tapahtumat heijastuvat niihin. Elämän pitkittäinen tarkastelu näiden myöhempien kokemusten tuomien oivallusten avulla antaa iäkkäälle mahdollisuuksia ymmärtää valintojaan ja niiden merkitystä elämässään.

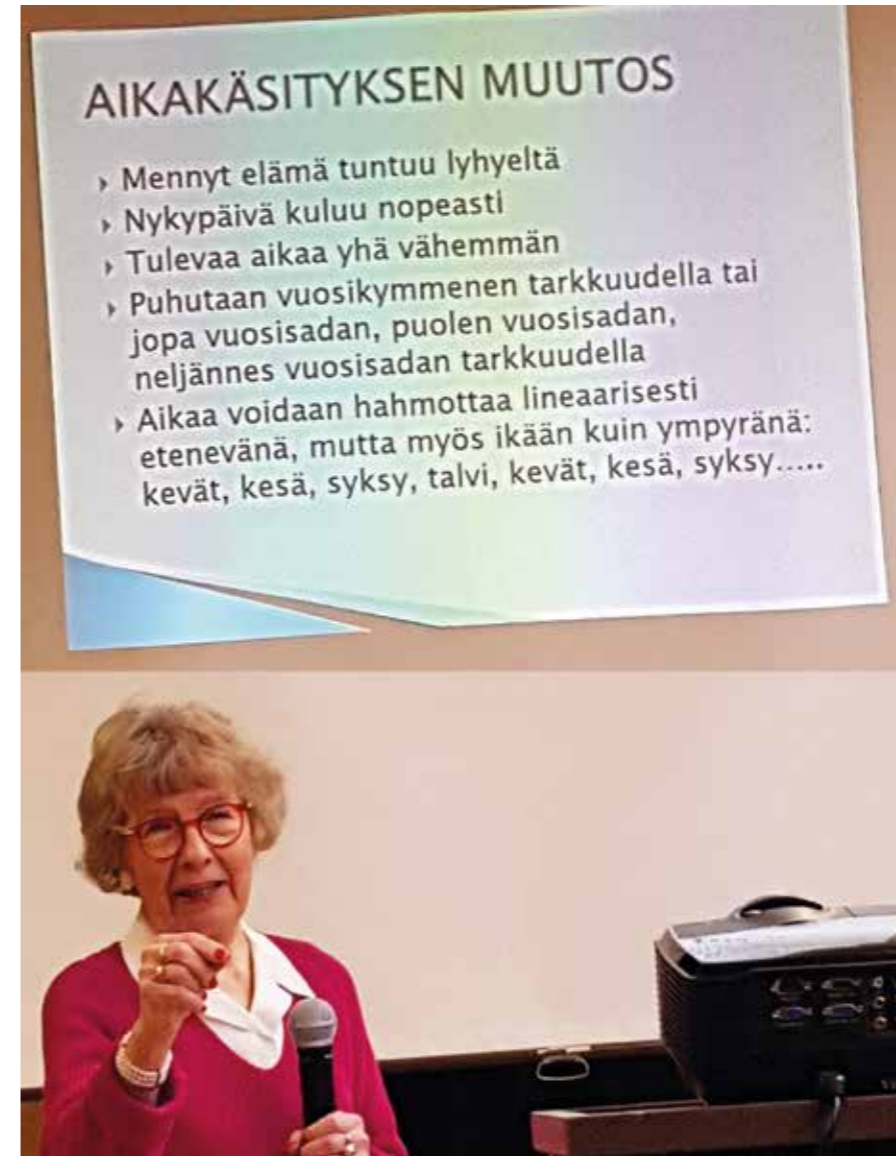
Myönteisten muistojen lisäksi menneisyyteen kuuluu kielteisiäkin tapahtumia ja valintoja. Niitäkin on pohdittava iän lisääntyessä. On vastattava kysymyksiin, miksi olen toiminut virheellisesti tai loukannut muita ja miksi muut ovat pettäneet minua. Ihmisten yleisen käyttäytymisen ymmärtäminen auttaa negatiivisten muistojen hyväksymisessä.

Kaikki tekevät virheitä. Kukaan ei voi välttyä niiltä. Seniorien on oltava armollisia itselleen ja muille, ja niin he ovatkin. Monet löytävät huumorin sävyttämän tavan tarkastella virheitään ja puhua niistä. Muiden kielteistä käyttäytymistä voidaan kuvata sanoilla "Elämä on tällaista".

Hiljainen tieto siirtyy nuoremmille

Muistoilla ja muisteluilla on laajempikin merkitys. Niiden kautta iäkkäät siirtävät suomalaista kulttuuria ja Suomen historiaa seuraaville sukupolville. Tätä tärkeää tehtäväänsä seniorit toteuttavat kertomalla oman lapsuutensa, nuoruutensa ja työikänsä kotimaisista ja kansainvälisistä tapahtumista ja elämäntavoista nuoremmille suomalaisille, erityisesti lapsille. Muistelemisen on myös mukava tapa seurustella oman suvun jäsenten ja ystävien kanssa.

Mitä minusta jää, kun lähdän? Tämä kysymys askarruttaa monen iäkkään mieltä. Perheen jäsenet, etenkin pienet lapset ovat merkkejä siitä, että seniori



Sirkka-Liisa Kivelä esitelmöi Turussa 20.2.2024

on osaltaan ollut tärkeä suomalaisten elämän jatkumisessa. Lapset tuovat mieleen myös sen, että oma kuolema ei ole täydellinen menetys. Suku jatkuu. Elämän merkitys piiryy myös tehdyn työn ja ystävien auttamisen kautta.

Sukututkimus on yleinen harrastus

Seniorit eivät etsi vain itseään. Monet haluavat tietää, mistä he tulevat eli oman sukunsa vaiheista ajan saatossa. Sukututkimus onkin iäkkäiden yleinen harrastus. Suvun vaiheiden ja oman elämänsä merkityksen

löytämisen kautta iäkkäät pystyvät hahmottamaan itsensä lenkkinä sukupolvien pitkässä ketjussa. Tämäkin tuo psyykkistä tasapainoa ajankohtaisiin päiviin.

Itsensä löytäneen iäkkään mielikuvitusmaailma laajenee lasten vilkkaan mielikuvituksen kaltaiseksi. Hänestä ei kuitenkaan tule lasten kaltaista. Hän tietää suomalaisen yhteiskunnan tavat ja normit, ja iäkkään mielikuvituskin sitoutuu niihin. Hän kuvittelee asioita ja tapahtumia, jotka ovat tai voisivat olla, ja usein ovatkin mahdollisia todellisessa yhteisössämme.

Luovuus vapautuu

Vapautuminen ja mielikuvituksen laajeneminen tuovat mukanaan uudenlaisen luovuuden kauden. Iäkkäät keksivät toteuttaa taitojaan monilla tavoilla. Vanhusten lähihoitajana työskennellyt voi ryhtyä piirtämään tai maalaamaan vanhojen ihmisten kuvia tai kuvata savitöiden kautta vanhuksia ja heidän tapojaan istua tai kävellä. Rakennusinsinööri saattaa rakentaa turvemajan mökikseen.

Uuden luovuuden vaihe kuvastuu senioreiden käsitöissä, restaurointihankkeissa, tanssi- tai näytelmäkerhoissa, kesäteatteriesityksissä ja monissa muissa harrastuksissa.

Kiinnostus kasvaa

Vanheneminen tuo mukanaan syvenevän kiinnostuksen luontoon, avaruuteen ja jopa elämän syntyyn. Iäkkäät pohtivat näitä mielessään ja vaihtavat mielipiteitään ystäviensä ja lastensa kanssa. He saattavat kokea olevansa osa luontoa ja muodostuneensa samoista atomeista kuin kasvit tai eläimet.

Nämä mielikuvat voivat heijastua luovaan toimintaan. Maalataan avaruusolioita tai maailman alkuräjähdyksen kuvia. Yksin tai yhdessä ystävien kanssa toteutetusta luonnosta liikkumisesta ja mitä erilaisimmista luontoharrastuksista tulee elämäntapa.

Maahamme on syntynyt aikaisemmasta täysin poikkeava seniorikulttuuri. Puhuessani senioreille erilaisissa tilaisuuksissa viimeisten kahden vuoden aikana olen kuullut heidän monista tavoistaan toteuttaa itseään ja luovuuttaan. Nykypäivän

senioreilla ei ole toiminnalleen, pukeutumiselleen ja käyttäytymiselleen selkeitä aikaisempien iäkkäiden muovaamia esikuvia. He ovat itse luoneet tapansa toimia ja elää.

Yhdessä harrastaminen lisääntyy

Harrastaminen ja toimiminen yhdessä muiden kanssa viehättää. Maassamme on monia aktiivisesti toimivia, isoja seniorijärjestöjä. Iäkkäät ovat niiden lisäksi muodostaneet pieniä yhdistyksiä tai kaveriporukoita pystyäkseen harrastamaan samantyyppisten ystäviensä kanssa. Yhteinen toiminta tuo mahdollisuutta osallisuuteen, kohottaa itsetuntoa ja pitää kiinni ajan-kohtaisissa tapahtumissa.

Fyysiseen vanhenemiseen ja sairauksiin kuuluva heikkeneminen ja hidastuminen ovat tosiasioita senioreiden elämässä. Iäkkäät elävät haurastuneessa kehossa, joka ajoittain on ennalta arvaamaton.

On totuttava uudenlaiseen kehoon, hyväksyttävä muuttuminen ja löydettävä uusia tapoja toimia. On opittava tuntemaan kehonsa kestokyvyn rajoja. Oman toiminnan ongelmista puhuminen auttaa sopeutumisessa. Lisäksi nykyisin on

tarjolla monenlaisia apuvälineitä ja muita kompensatiokeinoja suoriutumisen edistämiseen.

Aikaprospektiivi muuttuu vanhetessa.

Takana olevaa aikaa on enemmän kuin aikaisemmin ja edessä olevia vuosia on aikaisempaa vähemmän. Elämä tuntuu kulu-neen todella nopeasti. Viidenkymmenen vuoden takaiset tapahtumat saattavat tuntua tapahtuneen lähivuosina. Menneiden tapahtumien aikaa ei kuvata vuoden tarkkuudella, vaan vuosikymmenten tarkkuudella.

Tulevaan kuuluu myös oman kuoleman lähestyminen. Seniorit joutuvat pohtimaan tätä vääjäämätöntä tosiasiaa ja hyväksymään sen. He lukevat kuolinilmoituksia, käyvät hautajaisissa, puhuvat tuttavien, ystävien ja omaisten kuolemista, suunnittelevat omaisuutensa jakamista, hautapaikkaansa ja omaa muistotilaisuuttaan.

Osa heistä jopa rakentaa itselleen arkun tai uurnan. He muodostavat oman käsityksensä kuolemasta ja siitä, onko fyysinen kuolema täydellinen loppu vai onko sen jälkeen jotakin muuta. Nämä pohdinnat ovat hyödyllisiä. Ne auttavat

iäkkäitä kohtaamaan kuoleman-sa tasapainoisesti.

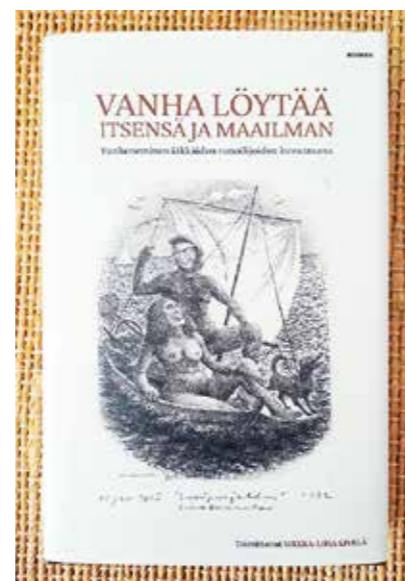
Surut ja ilot vuorottelevat

Muutakin surua kuuluu vanhenevan elämään. Omat sairaudet sekä puolison, omaisten ja ystävien sairaudet ja kuolemat ovat tosiasioita. Niiden aiheuttamat surun tunteet on koettava ja on löydettävä ilon lähteitä, jotta pystyy elämään tasapainoisena.

Menetyksen sureminen on pitkä, usein muutaman vuoden kestävä prosessi. Surun psyykkistä käsittelemistä auttavat empaattisesti kuuntelevat ystävät, jotka kannustavat surevaa mielenkiintoisiin harrastuksiin ja liikkumaan ja toimivat yhdessä surevan kanssa.

Tulevaisuus on aina läsnä

Ikääntyvät eivät elä vain menneessä. Nykypäivä ja tulevaisuus ovat aina läsnä. Sadat tutkimukset osoittavat nykypäivän osallisuuden, toiminnan, harrastusten ja läheis- ja ystävyys-suhteiden merkityksen iäkkäiden fyysisen, kognitiivisen, psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn säilymiselle.



Sirkka-Liisa Kivelä:

VANHA LÖYTÄÄ ITSENSÄ JA MAAILMAN (Bookey, 2023)

Kirjassaan yleislääketieteen ja geriatrian erikoislääkäri, emeritaprofessori Sirkka-Liisa Kivelä kertoo monista psykososiaaliseen eli kokemukselliseen vanhenemiseen kuuluvista muutoksista uusimpien kansainvälisten tutkimusten perusteella.

Omien tekstiensä lisäksi Kivelä on koonnut kirjaansa vanhenemistä ja vanhuutta käsitteleviä runoja ikääntyneiden suomalaisten runoilijoiden 2000-luvun painetuista teoksista. Runot syventävät Kivelän tekstejä ja auttavat lukijaa pohtimaan ikääntymisensä myötä kokemiaan tunteita.

Kaikki kirjakaupat myyvät kirjaa. Lisäksi sitä on saatavilla Kivelän puhelilaisuudessa hintaan 25.00 €.

Kunnon säilyminen on tärkeää

Nykyiset seniorit tietävät tämän ja oman kunnon säilymisen merkityksen itsenäiselle selviytymiselle tulevaisuudessa. Iso osa iäkkäistä pitää aktiivisesti huolta omasta terveydestään ja toimintakyvystään.

Heillä on pitkäkestoisia, hyviä ystävyys-suhteita, ja monet ovat saaneet uusia senioriystäviä vanhetessaan. He ovat huomanneet myös sen, että seurustelu pienten lasten, nuorten ja keski-ikäisten kanssa virkistää heidän mieltään ja pitää heidät kiinni nopeasti muuttuvan maailman muutoksissa. Monilla on laaja ystävyysverkosto, joskin yksin-asuvia, lähes erakoituneita iäkkäitä on maassamme aivan liian paljon.

Tulevan toiveet kuuluvat iäkkäiden, myös kaikista vanhim-

pien mielikuviiin. Toiveiden aikaperspektiivi on lyhyempi kuin aikaisempina vuosina, ja toiveiden kirjo on muuttunut laajemmaksi. Osa toiveista ja haaveista kohdistuu omaan elämään. Sen lisäksi toivotaan oman suvun jäsenten hyvää elämää sekä suomalaisten menestymistä tulevaisuudessa. Toiveet rauhallisesta elämästä maailmassa sekä luonnon ja maapallon säilymisestä ovat yleisiä.

Kumppanista huolehditaan

Myös parisuhteen rakkaus laajenee vanhetessa. Seksuaalinen toimintakyky hidastuu, ja yhdyn-töjä on aikaisempaa harvemmin. Halaaminen, hierominen, poskel-le tai suulle suuteleminen ja leikkimielinen keskustelu kuuluvat iäkkäiden parisuhteen rakkauden osoituksiin. Puolisosta

tai elämän kumppanista pidetään hyvää huolta ja häntä autetaan monin tavoin.

Jaetaan kokemukset nuoremmille

Ulkopuoliset näkevät iäkkäiden tukan harmaantumisen ja fyysisten toimintojen ja muistin hidastumisen. He tuntevat huonosti kuvaamiani vanhenemiseen kuuluvia psyykkisiä muutoksia. He eivät tiedä niiden merkitystä ikääntyneiden elämän ilon säilymiselle.

Kannustan teitä, iäkkäät ystäväni, kertomaan muistotanne ja seniorikauteen kuuluvista tunnekokemuksistanne nuoremmille sukupolville. Voimme edistää omaa ja kaikenikäisten hyvää vanhenemistä puhumalla siitä, miltä elämä meistä tuntuu.

Sirkka-Liisa Kivelä

KELOLIITTO HAKEE TUETTUJA LOMIA VUODELLE 2025

Keloliitto on hakenut tuettuja lomiam Hyvinvointi-lomat ry:ltä ja Solarislomat ry:ltä vuodelle 2025.

Hakuaika päättyy 15.5. ja jos jompikumpi näistä antaa Kelolle ryhmäloman vuodelle 2025, ilmoitamme siitä kuten kaikista muistakin Kelon lomista yhdistyksille ja liiton kotisivuilla www.keloliitto.fi

Tämän jälkeen yhdistysten jäsenet voivat laittaa hakemuksensa suoraan lomajärjestöille mainiten, että hakevat Kelon saamaa tuettua lomaa.

Hyvinvointilomat järjestävät yhteistyöloimia valtakunnallisten yhdistysten ja liittojen tai niiden piirien tai sellaisten useamman yhdistyksen muodostamien ryhmien kanssa, jotka järjestävät toimintaa samalle kohderyhmälle.

Yhteistyöloimat ovat suunnattuja tietyille kohderyhmälle. Loman hakijoiden ei tarvitse olla yhdistyksen tai liiton jäseniä tai asua tietyllä paikkakunnalla.



<https://hyvinvointilomat.fi/hae-lomallem/tuetut-lomat-ryhmille/>



<https://www.solaris-lomat.fi/hae-lomaa/ryhmalomat-2025/>

Marjutin huhtikuun mietteitä:

KEVÄT KEIKUTTELEE

Ellei maaliskuu näytä, niin ei huhti humahuta. Maalis näytti kyllä maata, mutta huhti humautti eteläisintäkin Suomea lumikuuroilla.

Päivittäessäni kirjoitustani (4.4.) sää tietojen mukaan Lapin laaksoalueilla voi olla 35 astetta pakasta (yöllä)! Etelä- ja kaakkoiseen Suomeen luvattiin kymmenisen senttiä lunta. Vaikka kevät säät aina sahaavatkin edestakaisin, eivät näin isot vaihtelut ole jokavuotinen ilmiö. Ihan piti soittaa pohjoisen ystävälle ja tarkistaa etten aivan perättömiä kirjoittele. Kittilässä tosiaan pakasherra paukutteli 31 asteen verran.

Jäärata pihateiltä ja poluilta on onneksi ehtinyt häipyä, mitä nyt jonkun verran polkujen vierustojen jääpeite viipyy muistutamassa siitä, että kulkijat valitsivat kulkureitikkensä liukkaana virallisen kulkureitin sijaan vieressä olevan auraamattoman lumi-alueen.

Valtikan vaihto

Alkuvuoden iso tapahtuma oli presidentinvaalit, nyt valtaa käyttää Alexander Stubb, erilaisen urheilulajienkin kautta kuuluisuutta saanut sanavalmis ja vieraillakin mailla elellyt kokenut poliitikko.

Kevennyksenä tärkeässä asemassa olevalle henkilölle myönnettyistä toisarvoisista huomionosoituksista mieleen tulee hammaslääkärin Stubbille antama tunnustus. Tavaramerkiksihän on muodostunut hampaat paljastava hymy.

Hammaslääkäriliitto lähetti

huhtikuussa 2008 juuri ulkoministeriksi valitulle Stubbille hammaslääkärin ja tahnaa sisältävän onnittelupaketin. Stubb kiitti tiedotustilaisuudessa kahta tahoa, äidinkielen opettajaansa ja Hammaslääkäriliittoa. Asia jäi elämään ja tietysti pompahti esiin presidentinvaalienkin yhteydessä.

Nyt hampaidenhoitopaketin jaosta on tullut pysyvä vaikuttamistyön keino, jolla on voideltu eduskuntaakin.

(Kirjoittaja huomauttaa, ettei omilla opettajillani ollut mitään hampaiden hoitoon liittyvää roolia. Koulujen puskutäditkin (hammashoitajat) kuuluivat ikäluokkaa nuorempien terveydenhoitoon ja tämäkin opastus on lopetettu, mikä näkyy siten, että nykynuorisolla on huonommat hampaat kuin vanhemmillään.)

Asiallisesti kommentoiden, haasteiden hyökyaallokko vyöryy uuden valtion päämiehen työtehtävää hämmentämään. Nurkan takana odottaa itärajan suljettuna pysyminen – toistaiseksi.

Uudenkarhea Nato-jäsenyys asettaa uusia velvollisuuksia ja odotuksia puolustusvalmiuteen ja talouteenkin. Muita murheenkryynejä ovat kauempana



[8]

Israel ja Gaza, jossa tilanne on äitynyt siihen pisteeseen, että ruoka-avustuksia ei ole saatu toimitettua ja nälkäkuolema kohtaa lapsia.

Ukrainan asiat polveilevat ennallaan ratkaisun jäätyä löytymättä.

Itänaapurissa ei presidentti vaihtunut! Yllätyskö?

Ison rapakon takaisessa valtion päämiehen pestin vaihdoksesta marraskuussa tuskin seuraa isoja muutoksia; ehkä uhkana Naton kulujen nousu.

Mutta onhan hyviäkin asioita:

Neljä viikkoa kestäneiden lakkojen lopettamisesta on kuitenkin saatu sovittua.

Suomi on maailman onnellisin maa seitsemättä vuotta peräkkäin!

Parannettavaa toki löytyy: Vielä kun saataisiin lasten lukuaitoa petrattua ja suojeltua heidän elämäänsä turvallisessa ympäristössä.

Tallinnan risteilyn maininkeja

Matkavastaavat ja hallitus piipahtivat Tallinnan risteilyllä. Oman virallisen kokoustamisen

ja laivan tarjoaman ohjelman ohessa jäätin kuuntelemaan tanssiravintolassa viihdyttävien orkesterien rytmejä.

Leikkimielisesti suunniteltiin, että reissuilla otetaan kaverikuvia selfieytyyliin soittajapoikien/tyttöjen kanssa. Siis päivitetään nimmaripyyntö nykyään. Sinitaivas-orkesteri pudottautui ystävällisesti maripaidoissaan estradiltaan alas kuvaukseen ja kännykän kamera ikuisti hetken. Luvattiin, että julkisuutta löytyy Kelolaisessa ja nettisivuilla. Osa porukastamme oli hakeutunut pianobaarin jatsisoitannan säestämään seurapitoon.

Seuraavana päivänä Eeva ja minä varasimme kokoustilan ovensuupaikat, tarkoituksena livistää ottamaan kuva ihanasta Ninasta ja hänen triostaan. Ei rohjetta lähteä, koska kokouksen tärkeä anti piti meidät piukasti tuoleillamme.

Rauhalahdessa kameralle vuorostaan poseerasi Afrikan tähti.

Tallinnasta ostetut lenkkarit ottavat jo eteisissä askelia tuleville reissuille. Dublin, Etelä-Viro ja Ahvenanmaa – täältä tullaan. Hyvää vauhtia liikekannalle lähtöön saatiin Kuopion Rauhalahden kylpylälomalta, johon oli yhdistetty yhdistysten kehittämispäivä. Yhtenä asiana käsiteltiin tietoturvaan kohdistuvia lakeja.

Tietojen julkaisu aiemmin helpompaa

Tietojen saatavuus on muutamien vuosien aikana vaikeutunut mämmuttimaisesti. Ajatellaanpa puhelinluetteloa, joka ehti ilmentyä 130 vuotta ja viimeinen jakelu oli vuonna 2017.

Lopettamisen yhtenä perusteena oli tietojen digitalisointi, jolloin tiedot saadaan ilman paperisia kirjoja. Matkapuhelinnumeroiden julkaisemisen mahdollisuus johti myös luettelotietojen supistamiseen. Viime



Afrikan tähtien halauksessa Eija (Oulu), Helena (Meri-Lappi) ja Marjut (Turku).

kädessä taloudelliset asiat, eikä niinkään tietojen salassapidon halu, ratkaisivat luetteloiden lopetuksen. Lisäksi mainostulot vähenivät paperisen tiiliskiven kutistuessa.

Mikä oiva tietolähde puhelinluettelo olikaan! Siitä oli haettavissa: nimi, jopa aviopuolisostakin, osoitteet - jopa kesämökkitoineen -, ammatit ja kartat. Lisäksi omana osionaan julkaisiin liikkeen- ja ammatinharjoittajien luettelot ja mainokset. Nyt osoite- ja puhelintiedot saa tietoonsa korvausta vastaan. Jos näkee kirjautumisen vaivan Fonecta calleriin, saanee ilmaiseksi kuukaudessa 10 numerotietoa.

Matrikkeleita tehtiin niin tietyn vuoden hääpareista ja ylioppilaista kuin myös maatiloista ja julkaistiinpa teoksia myös eri ammatinharjoittajista.

Verotietoja julkaistiin kirjasesa, josta saatu myyntituotto antoi mukavan taloudellisen lisän sen laatineelle yhteisölle. Kaupansa tekivät, muiden varallisuusasiathan kiinnostavat aina.

Onneksi on nyt netti, jonka syövereistä voi kaivaa esille lähes mitä vain taivaan ja maan väliltä. Yhdistysten vastuulla kuitenkin on, että henkilötiedot pysyvät julkiselta jakelulta piilossa, esivanhempien tietoja voi toki etsiä kirkonkirjoista.

Telefoni-Satran tiedoksi saadut yhdistyskuulumiset:

Karhulan kunnalliset eläkeläiset ry

Kokouskeskusteluissa on vilkkaasti pohdittu tarpeellisten päiväkeskusten lopettamisen vaikutuksia.

Vappuetkot pidetään herkuttelun merkeissä, tarjolla nakkeja, salaatteja ja simaa.

Kesällä heinä-elokuun tietämillä käydään ammattiliiton Kangasalan mökillä.

Hyvinkään julkisen alan eläkeläiset ry

Toukokuun lopulla tehdään retki Porvooseen.

Oulun julkisen alan eläkeläiset ry

Kokouspaikkana toimiva Oulun kaupungin omistama Aleksinkulma joutuu remonttiin. Nyt aprikoituttaa, päästäänkö remontin jälkeen entisiin tiloihin.

Meri-Lapin kunnalliset eläkeläiset ry

Yhdistys menee Kemian teatteriin katsomaan Pohjolan mielettöntä historiaa.

Kyllä se kevät sieltä tulee – aurinkoista kesääkin odotellen

Marjut Lainio
päätoimittaja

[9]

Aulis Laakso:

OLIN SOTALAPSI

Maailmassa vietetään monenlaisia merkkipäiviä. Muutama viikko sitten vietin Aarne Koskelaisen kanssa ensimmäisen ulkomaanmatkani 80-vuotispäivää. Muisteltava matka suuntautui tietysti Ruotsiin. Kyseessä ei kuitenkaan ollut lomamatka, vaan "sotalapsena" tehty evakkomatka.

Jo talvisodan (1939-1940) aikana joukko ruotsalaisia naisia sopi marsalkka Mannerheimin kanssa suomalaislasten evakuoinnista Ruotsiin. Sinne lähti silloin n. 9000 äitiä ja lasta. Nämä siirrot tehtiin pääasiassa laivalla Turusta. Suurin osa heistä palasi Suomeen 1940.

Jatkosodassa tilanne paheni

Jatkosodan (1941-1945) aikana lasten elämä Suomessa paheni koko ajan. Sisäasiainministeri K. A. Fagerholm perusti vuonna 1941 "Lastensiirtokomitean", jonka toimintaa perusteltiin lasten saamisella paremman ruokahuollon piiriin. Elintarviketila oli lisääntynyt, korttiannokset pienentyneet ja mustanpörsin hinnat nousseet pilviin.

Pommitusten lisääntyminen kohdistui erityisesti Etelä-Suomen asutuskeskuksiin, koska Eestin kautta (1944) tehdyt pommitusmatkat olivat lyhyempiä. Suurpommitukset 6. 16. ja 26. helmikuuta 1944 vaikuttivat vahvistavasti helsinkiläisten lasten siirtoihin. Aluksi siirtokriteerit olivat hyvin tiukat. Erityisesti huomioonotettavia asioita olivat kuitenkin lapsen sairaus, perheen vähävaraisuus sekä isän rintamapalvelu.



Olen kotoutunut, kevät 1944

Ehtoja laajennettiin

Sodan jatkuessa Fagerholm kuitenkin laajensi ehtoja niin, että kaikkien oli mahdollista halutessaan lähettää lapsensa sotaa pakoon. Erityisiä perusteita sotalapseksi lähettämiseksi ei enää ollut, vaan äidin tahto ratkaisi siirron.

Valtaosa lapsista oli Etelä-Suomen asutuskeskuksesta. Lasten siirtoja pidettiin väliaikaisena ratkaisuna, josta vaadittiin sitoumus, että lasta ei jätetä Ruotsiin.

Vuosina 1939-1945 Ruotsiin

lähetettiin n. 72 000 ja Tanskaan n. 4200 lasta. Ennen Saksan miehitystä Norjaan oli mennyt n. 100 lasta.

Koska merireitit olivat miinoitetut, siirryttiin vuonna 1941 junakuljetuksiin Helsingistä Haaparannan kautta karanteeni- paikoille. Matka jatkui n. kahden viikon kuluttua sijoituspaikkakunnille. Osalla lapsista oli puutteellinen vaatetus tai he olivat aliravittuja. Syyhy ja tuberkuloosi olivat yleisiä sairauksia, joten osa joutui jäämään sairaalahoitoon. Lapset olivat 1-14-vuotiaita.



Kesällä 1944

Sijoituskohteissa suuria eroja

Lapset sijoitettiin moniin erilaisiin ja tasoltaan vaihteleviin kohteisiin: kaupunkeihin, maaseudulle, jopa lastenkoteihin. Sijoituspaikkoja olikin monenlaisia; oli hyviä, joissa lasta kohdeltiin kuin omaa lasta kansanaan. Osassa taas he olivat "ottolapsen" asemassa. Valitettavasti joihinkin paikkoihin vanhempi lapsi otettiin "työvoimaksi". Yleensä "sijaiskoteihin" sijoitettiin vain yksi lapsi, näin ollen sisarukset saatettiin joutua sijoittamaan eri paikkoihin.

Lastenkodit olivat oma maailmansa. Siellä vietettiin tietysti säännöllistä ja ohjelmoitua laitoslämää. On aivan selvää, että sijoitusolot loivat perustan myöhemmälle yhteyden-otolle.

Palautus aiheutti myös ongelmia

Lasten sijoitus oli kuitenkin aikapommi, joka laukesi sodan päätyttyä. Tunnesiteet lasten ja omien vanhempien kanssa olivat löystyneet. Suuri ongelma oli kieliongelma. Pitkään muualla asuneet lapset olivat unohtaneet suomen kielen. Suomessa vallinneet usein heikommat elinolot katkeroitivat lapsia. Siirtojen ansiosta lasketaan kuitenkin 2400 lapsen hengen säästyneen paremman olosuhteen ja ravinnon ansiosta.

Vuonna 1945 suoritetussa kyselyssä ilmeni mm., että jos lapsi jäisi pysyvästi, syynä olisi vapautuminen lapsen taloudellisesta tai kasvatuksellisesta vastuusta. On mielestäni outo perustelu, mutta joillakin kotiolut saattoivat olla todella ongelmallisia. Joissakin tapauksissa olisi kuitenkin ollut viisaampaa valmistella lasten jäämistä kuin pakko-palautusta. Aina ei ymmärretty lasten psyykkisiä vaikeuksia. Ei ymmärretty miten vuosikausien ero vaikutti lasten ja vanhempien välisiin suh-



Uudet kärryt 1944

teisiin. Mikäli lapsella oli ollut Ruotsissa hyvä olla, muodostui Suomeen paluu tietysti hyvinkin vaikeaksi.

Vuonna 1946 valmisteltiin lakia sotalasten pakkosiirrosta takaisin Suomeen. Perusteena käytettiin jopa maamme väestön vähenemistä, mikä peruste ei onneksi toteutunut. Ei ole varmaa lukua siitä, kuinka monta lasta jäi palaamatta.

Sotalapset saivat patsaan

Vuonna 2005 paljastivat presidentti Tarja Halonen ja kuningas Kaarle Kustaa "Sotalapsipatsaan" Haaparantaan. Helsingin aseman länsisiivessä on myös muistolaatta.

Sotalapsi minun muistoissani.

Tämä esitys perustuu omiin muistikuvini, läheisten kertomuksiin ja eri yhteyksissä saatuun tietoon. Koska aihe oli äidilleni arka, en koskaan saanut selville, mikä oli taustana hänen tekemälleen siirtopäätökselle.

Evakkomatkalle kokoonnuimme 16.2.1944 keskeneräiseen nyk. Hotelli Vaakunan kellariin, josta siirryimme rautatieasemalla junaan. Matkustimme sotasairaalajunal-

la Tornioon, mistä ruotsalaisella junalla jatkoimme Uumajan karanteenileiriin.

Matkalla SPR, Lotta Svärd ja naisyhdistykset vastasivat käytännössä ruoka- ja terveydenhuollosta sekä tarvittaessa myös lohduttamisesta.

Parin viikon jälkeen jatkettiin junalla Uppsalaan, mistä autolla Åloppeen. Sijoituspaikkana oli maatalo (pappa Axel, mamma Ottilia, tytär Kerstin ja vävy Einar). Kaksi ensimmäistä viikkoa meni äitiä itkien, kunnes eräänä aamuna olin mennyt portaakkoon huutamaan "Klä på pojken" (pukekaa poika). Siitä se kotoutuminen alkoi.

Kotiinpaluu syksyllä 1945

Aika on edelleen muistoissani kultaista aikaa. Palasin Helsinkiin syksyllä 1945 ummikkoruotsalaisena. Yhdistyksestämme oli sotalapsena Ruotsissa ainakin minä, Aarne ja Anja Kallio, sekä Vieno Tallqvist Tanskassa.

Ilmeisesti minulla oli niin voimakas halu palata kotiin Åloppeen, että kesällä 1946 palasin sinne. Syksyllä aloitinkin paikallisessa kyläkoulussa. Tämä ruotsinkielellä saatu opetus ja



Hiihtoretelle 1945

ruotsia puheessa käyttäminen häittäsi opintojani aloitettuaani vuonna 1947 suomenkielisessä koulussa.

Kieliongelma ei kuitenkaan tällä kertaa ollut niin paha. Olinhan aluksi kaverilleni Jussille tulkkina Toukolan puukoulussa.

Palasin traktorikuskiksi

Miksi sitten kaipasin joka toinen kesä Älopeen? Olihan se mielestäni toinen kotini kaikkine maalaiselämän iloineen ja touhuineen. 13-vuotiaana pääsin

traktorikuskiksi peltotöihin. Oisitä elämää!! En kokenut tulleeeni "hyväksikäytetyksi", sillä olinhan työmies, koska palkkapäivä oli joka lauantai.

Työaikakin oli tietysti erittäin joustava. Einar ei ollut pomo, vaan "isä".

Asevelvollisuus Suomessa

Näin elämä jatkui, kunnes armeijan Autopataljoona kutsui vuonna 1959 riveihinsä. Kasvativanhemmat ja Einar kuolivat. Ei ollut enää sitä henkistä sidosta. Mitä sain? Sain konkreetti-



Vehnäpellolla 1954

sesti suojan sodalta ja taloudellisen tuen pulavuosina. Elämän aineettomana ja arvokkaana antina sain lisäksi myös henkisen rauhan, tasapainoisen maailmankatsomuksen ja kohtuullisen tarkkuuden toimissani.

Pieni loppukommentti.

Jos kohtalonkirjani sivut olisi kirjoitettu niin kuin nuorena suunnittelin, en kirjoittaisi tätä, vaan nauttisin isäntärengin eläkepäivistä jossain Mälärjärven maisemissa. Silti elämäni on ollut elämisen arvoista.

KYLPYLÄLOMA RAUHALAHDESSA

Keloliiton kylpyläloma ja kehittämispäivät yhdistysten tarjoamine ohjelmi- neen pidettiin Kuopion kylpylähotelli Rauhalah- dessa 19.-22.3.2024

Tietoisku: Riitta Vehovaaran puheenvuoro mm. yhdistysten välisestä yhteistyöstä (JHL).

Yhdistysten dokumenttien arkistointiasioissa kannattaa olla yhteydessä Työväen arkistoon. Ruotsissa on käytössä Vita Arkivet, joka on joko paperinen

toiminnan tai "tuotteen". Ari Lehtinen puhui tietoturvan vaatimusten kiemuroista.

Illalla soitteli tanssiorkesteri Armi Tenkula ja Afrikan tähti. Karaoke-puolella parhain kaveri oli mikrofoni.

Tiistai 19.3.

Kylpylähotelli Rauhalahteen saapui yli sata Keloliittoon kuuluvien yhdistysten jäsentä. Bussi toi matkailijoita Oulusta.

Onnibusseissa keikkui, välillä taksiakin käyttämään joutunut, Turun suunnasta tulija. Junan jytkyttäminä tultiin pääkaupunkiseudulta; osan körötellessä omilla kulkuneuvoillaan.

Tulopäivänä majoittumisen jälkeen oli tervetuloilaisuus, jossa kuultiin hotellin edustajan kertomana talon tarjoamat aktiviteetit ja ruokailuajankohdat. Puheenjohtaja Riitta Vehovaara esittäytyi ja tarkensi vielä oman porukkamme aikataulutettua ohjelmaa.

Ehtoon tullessa alkoi karaoke-tila täyttyä, onhan joukossamme runsaasti kultakurkkuja, joiden laulun innoittamina tanssiken- gät pääsivät kuluttamaan par- kettia.

Keskiviikko 20.3.

Keskiviikko oli yhdistysten kehittämisspäivä. Kehittämisspäivän osanottajat oli jaettu kolmeen ryhmään. Omaan ryhmään olivat puheenjohtajat/sihteerit; toinen ryhmä koostui matka-asi- oita hoitavista ja kolmas taloud- esta vastaavista henkilöistä.

Ryhmien aivoriihien tuloksia purettiin vielä yhteen kokoontu- neina. Syksyn Kelolaisessa ker- rottaneen, millaisia ideoita yh- distysten toimintaan on löytynyt.



tai vahvalla tunnisteella toimiva henkilön arkisto, johon voi tallentaa omat tärkeät asiat perikunnan tietoon.

Pertti Rinne luennoi markkinoinnin ja mainonnan tärkeydestä: Miten löydämme oikean kohderyhmän ja sille sopivan tarkoituksenmukaisen

Torstai 21.3.

Aamupäivää vietettiin oman valinnan mukaan; kurlattiin tai venyteltiin kehonhuollosa. Yksittäisiä hoitojakin sai. Käytäväpuheissa kuulin, että Kuopion torillakin oli ehditty käydä.

EU VAALIT 9.6.2024

Seuraavat EU-vaalit järjestetään sunnuntaina 9. kesäkuuta 2024. Jos olet Suomen tai EU:n kansalainen ja viimeistään vaalipäivänä täyttänyt 18 vuotta, sinulla on äänioikeus. Äänestää voi myös ennakkoon, ulkomailla vaalipaikassa tai ulkomailta kirjeitse.

Ennakköänestys järjestetään Suomessa 29.5.–4.6.2024 ja ulkomailla 29.5.–1.6.2024. Suomesta valitaan 15 Euroopan parlamentin jäsentä eli meppiä vuoden 2024 EU-vaaleissa.



Ketkä ovat ehdokkaana?

Ehdokkaita EU-vaaleissa voivat asettaa puolerekisterissä olevat puolueet sekä äänioikeutet- tujen perustamat valitsijayhdistykset. Puolueen ja valitsijayhdistyksen tulee toimittaa ehdokas- listansa (ehdokashakemuksensa) Helsingin vaalipiirilautakunnalle viimeistään 30. huhtikuuta 2024. Lista EU-vaaliehtokkaista vahvistetaan 10. toukokuuta 2024.

EU-vaaleissa Suomi on yhtenä vaalipiirinä ja äänestäjä voi äänestää ketä ehdokasta tahansa.

Muista äänestää!

Lisää tietoja linkeistä: <https://www.elections.europa.eu/fi/> ja <https://www.europarl.europa.eu/portal/fi>



Iltapäivä oli varattu yhteistapaamiselle. Mainiona juontajana häiri Riitta Vehovaara.

Estradille nousivat yhdistysten omat, ennalta tarkkaankin salassa pidetyt esitykset. Uusien jäsenten saaminen yhteisöömme on tärkeää, siksi ajankohtaan sopi hyvin oululaisten kahvikupposen ääressä käyty rupattelu, missä houkuteltiin nihkeästi kokoustaapaamisiin suhtautuvaa tuttavaa liikekannalle. Taisi onnistua.

Oululaisten mukavan murrekeskustelun jälkeen kuultiin turkulaista runopläjäystä.



Mustan kissan tanssi, se vantaalaisten on. Hellyttävät kissat pyörähtelivät ketterästi mustan kissan tangonsa. Miau.

Häihinkin päästiin kuokkimaan. Koska sulhaspoika oli Virosta, kuultiin viron kieltä tulkattuna. Helsinkiläisen morsiusparin lisäksi hääväkeen kuuluivat tie-



tysti papin ja kaasojen lisäksi keinahteleva anoppi ja muutakin kuin kansalaisluottamusta nauttinut sulhaspoika. Sormustakaan ei meinannut löytyä, mutta antoi pappi lopulta luvan suudella.

Sekin nähtiin, että aina kaikki sukulaistädit eivät koe iloa solmitusta liitosta. Luontevalla hääparilla on todellinen tausta takanaan ja hienosti kun meni, ties montako kertaa vielä käydään

yhdessä papin pakeilla.

Viimeisen illan kuviot pakkaamisen ohella kulkivat aiempaa latua. Arvatkaa, oliko kukaan kuuntelemassa karaokea?

Yhteistyökumppanit olivat mahdollistaneet, että Onnetar suosi arpajaisissa jokaista mukana ollutta. Lähdetään matkalle näes-tuukit mukana; takatalven tui-verruksessa niitä tarvittaneen.

Päivien aikana, kylpylässä kun oltiin, oli mahdollisuus allasosaston käyttöön ja osallistua vesijumppaan. Minä ja moni muukin meikäläisistä nautti löhöilystä ja plutimisesta ihanan lämpimissä porealtaissa.

Ruoka on se tärkeä juttu, mikä houkuttelee kaikki paikalle. Aamiaisen ja päivällisen aikaan useimmat olivatkin yhtäaikaisesti koolla.

Perjantai 22.3.

Perjantaina tuli käsille lähtöhalausten aika. Bussit ja muut kulkuvälineet kuljettivat ryhmäläisemme kotipaikkakunnalleen, kauimmaisat ehtivät ainakin yöksi kotiin.

Oli kiva tapahtuma – odotellaan seuraavaa kertaa. Tapaamisiin.

Marjut Lainio

RAUHALAHDEN KUVASATO



Yllä kolme kuvaa yleisöstä, joista ainakin Mikkelin, Hyvinkään, Helsingin, Vantaan, Oulun ja Merilapin yhdistysten jäsenet löytävät tuttuja kasvoja. Alla vasemmalla kehittämispäivän puheenjohtajien, sihteereiden ja jäsenasioiden hoitajien ryhmä ja oikealla talousasioiden ryhmätyöporukka



Yllä vasemmalla Kelon matkailuasioiden kehittäjät ja oikealla joensuulaisten ryhmäkuva. Alla vasemmalla hyvinkäläiset ja oikealla oululaiset.



HYVINKÄÄN YHDISTYS 45-VUOTIAS



Hyvinkään julkisen alan eläkeläiset ry juhli 45-vuotista taivaltaan 25.10.2023 yhdistettynä pikkujoulu-tunnelmaan. Juhlapaikana oli ravintola Muncin-kulma. Paikalla oli 54 juhlijaa, jotka jo ennen juhlan alkua saivat aikaan mukavan puheensorinan, kun tavattiin tuttuja ja vaihdettiin kuulumisia.

Yhdistyksen puheenjohtaja Maija Mäkipaakkanen toivotti läsnäolijat tervetulleiksi ja 45-vuotismerkkipaalun saavut-



tamiseksi kohotettiin malja yhdistykselle ja sen jäsenille.

Hyvinkään JHL os. 47:n pääluottamusmies Kari Vienonen (kuvassa vasemmalla) esitti onnittelunsa juhlivalle yhdistykselle. Puheenjohtaja Maija Mäkipaakkanen kertoi yhdistyksen historiasta.

Hakasirkuksen tyttöjen (kuvat alla) liikuntataituruutta nähtiin heidän voimisteluesityksessään.

Juhliin kuuluu aina runonlausuntaa, estradilla niitä esitti yhdistyksen jäsen Eva Saarelainen.



[16]

Keloliiton edustajina olivat Anne Ruikka, Aini Leminen ja Eeva Björklund.

Illan musiikista vastasi Tanssi-orkesteri ja Velikullat, jotka myös järjestivät mukavan musiikkivisan soittaen pienen pätkän jotain kappaletta ja ryhmiin jaetut jäsenet arvailivat mistä kappaleesta oli kyse. Kyllä me oltiin taitavia, yksi kappale jäi tunnistamatta koko joukolta. Siis oltiin hyviä musiikin tunti-joita!

Seuraavaksi päästiin kaikkien kovasti odottamaan ruokailuosi-oon. Voi että, olipa keittiön väki pistänyt parastaan: niin oli perinteinen joulupöytä katettuna.

Tarjolla oli rosollia, vihreätä salaattia, sienisalaattia, uuniloh- ta, suolakaloja, perunalaatikkaa (ihan oikeasti imellytettyä), lantu- ja porkkanalaatikkaa. Pitopöydän kunkkuna komeili "aito" kinkku eikä mikään savustettu



kaupan kinkku. Jälkiruokana nautittiin kahvin kera raikasta marjajuustokakkua, mitä Maija Mäkipaakkasella on lautasel- laan.

Kylläpä maistui hyvälle. Loppu-ohjelmassa ollut tanssi tuli tar- peeseen ja sai vipinää jalkoihin.

Totta kai loppuvuoden juhla-



hetkeä joulupukkikin kunnioitti läsnäolollaan tuoden terveiset Korvatunturilta pienten lahjojen kera.

Tunnelma 45-vuotisjuhlissa/ pikkujoulussa oli rento ja läm- minhenkinen, josta jäi hyvä mieli.

Päivi Ahola

VALMISTELUJA ENNEN TANSSEJA

Ennen kuin tämä "tanssiherku" on valmis pitää tehdä paljon erilaisia järjestelyjä. Haluan tuoda esille tehtäviä, ennen kuin pääsemme tanssimaan. Samoin arvostukseni niille monille tanssin järjestäjille, jotka tansseja järjestävät.

Ensinnäkin aloitetaan hankkimalla paikka, joka sopii tansseille; viihtyisä, hyvä tuuletus, lattian liukkaus ja sopivan matkan päässä. Aika, jonka pitää olla sopiva, riippuen millaista väkeä odotetaan ja muiden tapahtumien ajankohta, ei mielellään päällekkäisyyksiä.

Monet ihmiset pitävät iltopäivä- tai alkuillan tansseista. Sitten mietitään orkesteria/musiikkia. Orkesterin tarjoama musiikki tanssijoille sopivaa; vanhaa ja vähän uutta sopivasti. Tietenkin orkesteri tekee työtään ja tarvitsee palkkansa. Siitä voidaan



Eija Törmänsen lapsuudenkuva

neuvotella molempia osapuolia tyydyttävä ratkaisu. Yleensä

(oma kokemukseni) sopimus syntyy hyvässä hengessä.

Ja sitten yksi tärkein toimija on tanssin vapaaehtoiset: järjestyksenvalvojat ja lipunmyyjät, keittiöhenkilökunta ja kahviossa toimivat henkilöt. He luovat tanssijoiden lisäksi sen mukavan filiksien: kaikilla on niin mukavaa.

Myöskin pitää huolehtia ilmoittamisesta, pelkkä puskaradio ei riitä! Tansseilla on iso merkitys järjestävän tahon (yhdistyksen) muuhun toimintaan. Tuleehan tansseista lisätienestiä, ja niillä voidaan järjeistää muuta mukavaa.

Ei muuta kuin tervetuloa tanssimaan, sehän on niin mukavaa ja hyödyllistä liikuntaa.

Saanko taas luvan?

Eija Törmänen, Oulu

[17]

SAANKO LUVAN?

Tanssin vaikutuksia on tutkittu paljonkin. Tanssi on erittäin hyvä liikuntamuoto. Se kohentaa muistia, parantaa sydämen kuntoa ja verenkiertoa. Tanssi rentouttaa ja vähentää stressiä. Se myös parantaa tasapainoa, koordinaatiota ja lihaskestävyttä.

Samoin se tuo uusia ystäviä. Tanssi lisää luovuutta, eikä ole kiinni iästä tai sukupuolesta. Tämän vuoksi meidän kannattaa harrastaa tanssia.

Olen seurannut melko läheltä lavatansseissa käyviä ihmisiä. (järjestän tansseja) Olen huomannut ikähaarukan olevan n. 40-93v. Tanssiminen sujuu hyvin kaikenikäisillä. Nuoremmat ehkä tanssivat enemmän nykytanssilajeja mm. jive ja bugg eli niin sanottuja kädenalitanseja. Kaiken ikäiset tanssivat kuitenkin perinteisiä tansseja mm. tango, valssi, humppa ja jenkka. Näistäkin on tullut uusia variaatioita joita voimme opetella kotona katsomalla opetusvideolta tai menemällä tanssikursseille.

Tanssipaikeilla olen huomannut, että naisia on enemmän kuin miehiä. Olen miettinyt miksi tähän miehet eivät tule tansseihin? Voiko yksi syy olla se, "kun sinne pitää olla pukeutunut ja muutenkin siisti ja osata tanssia oikein" (erään miehen sanoma syy). Tiedä häntä kunhan on asiallisesti käyttäytyvä ja siisti, ei varmaankaan liikaa vaadittu! Naisten myös siisti ja iloinen ilme. Ei tansseissa murjoteta!

Perinteisesti mies hakee ja nainen seuraa. Naistenhaulla naiset hakee ja sekahaulla kumpi vaan. Nykyään sanotaan viejä ja seuraaja, näitä molempia voi olla sukupuolesta riippumatta. Tanssitavat muuttuvat hiljakseen...

Mutta eikun tanssimaan, se on niin mukavaa ja siitä saa hyvän mielen pitkäksi aikaa!

SAANKO LUVAN ?

Eija Törmänen
Oulun julkisen alan eläkeläiset ry



Walolla tanssitaan



Tankkausta välillä

JHL TURKU ELÄKELÄISET RY

Vierailijoita kokouksissa

Turun yhdistyksen kokouksissa on jatkettu terveyteen liittyvien luentojen kuuntelua. Syksyllä kuultiin tietopaketti diabeteksestä. Tänä vuonna kutsuttiin Kuuloliitosta henkilö kertomaan kuuloon liittyvistä asioista. Nippelin tarkkaa tietoa saatiin mm. kuulokojeen käytöstä. Ilmeni, että käyttäjät ovat turhan arkoja tutustumaan laitteesta löytyviin säädettäviin ominaisuuksiin.



Tammikuun kokous aloitettiin yhteislaulutuokiolla. Paikalle saatiin Suomea tähtien kanssa kiertänyt muusikko Timo Rautala, joka kitaran säestyksellä laulatti toivelauluja kertoen laulujen syntyhistoriasta ja raotti entisaikojen tähtien värikästäkin verhojen takaista elämää.

Viimeisin muistojen kapsäkinsä kanssa saapunut vierailija oli SPR:n vapaaehtoistyöntekijä. Suhteellisen pieni laukku kätki sisälleen kosolti kaikkea, mikä ensi silmäykseltä näytti kuluneelta romppeelta eikä suinkaan ihanilta entisajan koriste-esineiltä. Kiertoon lähti hypisteltäväksi käsitöiden ohella mm. rohdintuppoja, aivinalankaa, savukeaskeja, saumallista silkkisukkaa, parsittuja villasukkia ja koulutöitä. Arvuteltiin jos jonkinmoisten



hoitimien ja kerihimien käyttötarkoitusta. Muistivihkojen ja Kotiliesien kierto pysäytti selaajansa niin, että ne tuskin ehtivät kaikkien käsiin.



Tilaisuuden antina oli arvokas tunne siitä, että on nähnyt/tehnyt monta nyt jo lähes unohduksiin vaipunutta asiaa. Hienoinen kaipuu jäi, minnekähän minunkin muistivihkoni ovat jääneet. Tietämisen iloa tunsin, kun tunnisti vaikkapa paperinalla köytetyn paketin kantamiin tarkoitettuna pikkupulikan.

Yhdistyksen omaa toimintaa

lät ja ajat on laskiaistiistaina papusopalla käyty. Tänä vuonna kadut ja kujat olivat liukkaimmat miesmuistiin, joten nasto-

jen ja liukuesteiden avustamina päästiin puutaloalueen korttiravintolaan. Taisipa joku saada ulkopuolisen käsivarren tuekseen katuälyä ylittäessä. Vielä löytyy onneksi avuliaita kätensä ojentajia.

Teatterissa käytiin katsomassa, kuinka "Omena putoaa" Mika Waltarin mukaan.

Muiden toiminnassa mukana

Yhdistyksemme jäseniä on mukana kaupungin järjestämässä toiminnassa ja "yhteistyöyhdistyksissä", joten oman toimintamme lisukkeeksi saamme tietoa muista tapahtumista.

Turun Vanhusneuvoston järjestämässä tilaisuudessa muutama oli kuuntelemassa Sirkka-Liisa Kivelän luentoa. Tulossa on kevään korvalla Vanhusneuvoston järjestämää opastettua kulttuuripitoista ulkoilua.

Vanhustyön neuvottelukunta puolestaan juhlistaa 50 vuotta kestänyttä toimintaansa simasuin lauletuin kuorolauluin. Ohjelmalliseen liikuntaan päästään mukaan ko. yhdistyksen puitteissa.

Hiirenkorvia odotellen, mukavaa kevättä kohti

Marjut Lainio

JOENSUULAISIA BOTANIASSA

Helmikuulle suunniteltu vierailu Botanian tämän vuoden näyttelyyn kokosi Joensuun ev. lut. kirkon eteen kahdeksan pakkasta ja tuulta pelkäämätöntä Joensuun julkisen alan eläkeläistä iltakävelylle Botaniaan 1.2.2024.

Kävelimme kirkolta Heinäpurontielle Botanian taidepuutarhaan. Lumi narskui mukavasti kengän alla ja talvinen tuuli puhalteli kylmästi, mutta rivakasti kävelen pysyi lämpimänä.

Botaniaa on mainostettu mm. paikaksi, joka on trooppinen sisältä ja maaginen ulkoa ja paikaksi, jossa luonto, taide ja ihmiset kohtaavat. Näin kerrotaan esitteessä: "Botania on olemassa, jotta meistä jokainen saisi arkeen ihmetystä, vastapainoa, ripauksen taikaa ja ajattelemisen aiheita". Me otimme iltakävelyn Botaniaan yhdistyksemme ohjelmaan, koska halusimme nähdä tämänvuotisen talvipuutarhan jää-/lumiveistosnäyttelyn ja kokea sen yhdessä.

Yhdistyksemme antoi rahallista tukea iltaamme tarjoamalla iltakahvit/-teet kera leivonnaisen. Pääsylippuun sisältyi myös mahdollisuus tutustua trooppiseen sisäkasvihuoneeseen, sen kasveihin ja akvaarioihin, mutta joensuulaisina usein Botaniassa käyneinä keskitym-



me tämän vuoden talvipuutarhan näyttelyyn.

Jääveistosnäyttelyn teema 2024 on Meren valtakunta. Jäähdytetyssä jääveistoshallissa oli upeita jääveistoksia Ahdin valtakunnasta. Keskeisessä asemassa tämän vuoden näyttelyssä on ulos tehty jättimäinen sinivalas (Snow Whale), jonka mallina on käytetty suurinta koskaan mitattua sinivalasta, 34 metriä pitkää yksilöä, joka on kohdattu vuonna 1909 Etelä-Atlantilla. Botanian sinivalas on tehty koossa 1:1 eli se on tehty samankokoiseksi kuin yksilö 115 vuotta sitten. Valaan veistäminen oli aloitettu joulukuun puolivälissä 15 henkilön voimin.

Botanian esitteessä kerrotaan: "Tänä vuonna otamme kantaa meriemme tilaan ja vaikutukseemme niiden monimuotoisuuden säilyttämisessä. Haluam-

me tarjota kokemuksen siitä, kuinka pieneltä voit tuntea itsesi Lumivalaan rinnalla". Elämyksen erityiseksi teki teosta varten sävelletty äänimaisema, josta voi aistia todellisia valaiden ääniä. Äänet ja ihanasti valaistu puisto



loivat maagisen tunnelman. Olimme todella vaikuttuneita valaan koosta ja tunsimme oman pienuutemme tämän ison veistoksen rinnalla.

Televisiosta sain kuulla Kari Kolan haastattelun Ylen aamulähetyksessä 7.3.2024 jossa hän

kertoi, että valtava lumesta muotoiltu valas syntyi seitsemän viikon aikana. Lumi, jota valaaseen käytettiin tehtiin lumitykillä ja sitä oli tekemässä kolme veistäjää ja 12 muuta rakentajaa. Lumivalaaseen ei ole käytetty muita rakennusaineita, ainoastaan miljoona kiloa lunta. Kari Kola kertoi uskovansa, että veistos kestää sulamatta kesäkuulle saakka.

Joensuussa oli tänä talvena ennätyskovat pakkaset juuri valaan rakentamisvaiheessa. Pakkasten jälkeen tulivat helmikuussa täällä tuohon aikaan harvinaiset vesisateet, joten rakenta-



misvaihe oli erittäin haasteellinen. Valotaiteilijana tunnettu Kari Kola kertoi uskovansa lumirakentamiseen ja suunnittelee jo sinivalaan jälkeen seuraavan talven projektia, joka olisi Argentiinosaurus, mahdollisesti suurin koskaan elänyt dinosaurus.

Kuvat: Tenho Kinnunen ja Masa Piironen.

"Kävelyttäjät": Pirjo ja Jouko Nissinen.

Teksti: Merja Kinnunen, lähteenä käytetty Botania esitettä ja Yle 1 aamutelevisiossa kuulua Kari Kolan haastattelua.



Meri-Lapin kunnalliset eläkeläiset ry toivottaa Keloliiton jäsenille hyvää kevään jatkoa. Tervon Helena kiittää Kuopion Rauhalahden matkalla olleita ja yhdistysten kehittämispäivän järjestäjiä.

KELON UUSI TALOUDENHOITAJA

Keloliiton raha-asioiden hoidossa tehtiin tänä vuonna vahdinvaihdos. Uutena taloudenhoitajana aloitti Heikki Metsälampi.



Hesalainen Heikki

Heikki on syntyisin Helsingin Pakilasta, jossa hän sisarusarjan toiseksi nuorimpana asui myös lapsuusvuotensa. Sen ajan elämän menoon kuului, että sisarusten ja naapuruston lapsien kanssa lähdettiin molskahtamaan Pirkolan "plottiin", joka oli pienehkö vesiallas. Toki uintikuviota tehtiin uimastadionilla ja koulu-aikoina uimahalli tuli tutuksi.

Lapsuuden ympäristössä ensimmäinen opinahjo oli kiven heiton päässä kotoa. Maunulassa olevaan oppikouluun mentiin koulumatkan pidetessä pääsääntöisesti bussikytyillä. Matkaa taivallettiin yhdeksän vuotta saman tärkeän koulukaverin kanssa. Matka poljettiin joskus fillarilla, toisinaan jalkapatikassa poikien tapaan ympäristöä tutkien.

Namika kuvioihin

Samana päivänä kun ekaluokkalainen Heikki aloitti koulunsa, tuli toinenkin iso asia elämään; liittyminen Pakilan NMKY:hyn (Nuorten Miesten Kristillinen

Yhdistys, Namika, entinen Kristika). Isoveli antoi esimerkin ja myös naapuruston samanikäiset lapset lähtivät mukaan.

11-12-vuotiaana Heikki alkoi vetää nuorempien lasten kerhoa. Monipuoliseen ohjelmaan sisältyivät perinteiset lapsia kiinnostavat asiat: pelattiin pelejä mm. koronaa sekä koripalloa, piirrettiin, visailtiin tietokilpailujen taidoissa ja Raamatunkaan asiat eivät olleet vieraita.

Toiminnan huippuhetkiksi muodostuivat retket, vaikkapa kauempana sijaitsevaan Savonlinnaan, unohtamatta herkkuretkeä Fazerin karkkitehtaaseen.

13-vuotiaana Heikille annettiin Pakilan toimitalon avaimet käteen, mikä mahdollisti oma-toimisen oleilun sekä silloin tällöin talon "avaamisen ja sulkemisen". Vastuulliseen työhön kuului lisäksi samaan aikaan kioskikaupan pyörittäminen, jota jatkui muutaman vuoden ajan.



Hieman yli 20-vuotiaana Heikki toimi parin vuoden ajan Pakilan osaston toimitalon asioista vastaavana ollen jo silloin vakituksessa työssä muualla.

Nuoresta pitäen monissa kesätöissä

Kekseliäästi 13-14-vuotias Heikki oli parina kesänä plankkipoikana, jolloin varmasti kaupungilla nähtiin kiittäviä kenkiä ja varmastikin myös muutamia plankin likaamia sukkiä.

Plankkipojan tienestit

"Voin vahvistaa tämän; toimin itse plankkipoikana kesinä"



Kuva Volker von Bonin, 1952 (HKM)

1969/1970. Paikkoja oli viisi: Rautatieaseman Asema-aukion puoleisessa päässä 2, vanhan, kauan sitten puretun "Tempon tavaratalon" edessä 1, Pohj. Esplanadilla Runebergin patsaan kohdalla yksi ja viides oli Kapellin edessä.

Lankkaus maksoi 70 penniä, samoin plankkipurkki; lisäksi maksoimme kuukaudessa 10 markkaa ns. penkkivuokraa. Tähän sisältyi kaikkien penkkien käyttö. Työ tehtiin 4 tunnin vuoroissa, siten että kiersimme vuorojen mukaan eri paikoissa.

Paras ja samalla kiireisin oli rautatieasemalla. Paras ansioni yhtenä perjantaina klo 16-20 välillä oli 100 mk. Aikamoinen tulo 13-14-vuotiaalle sällille. Jompana kumpana kesänä aseman toisessa päässä ollut Valion jäte-lökioski tuotti huonosti.



Plankkipojat maksoivat yhden ison pallon, mutta tötterön päällä oli 3-5 isoa palloa", kertoo Heikki.

Seuraavat kesät kuluivat aher-taen kaupassa hyllyjä järjestellen, postia jakaen, postin lajittelukeskuksen töissä sekä Helsingin lentoaseman tullissa "kesä-heikkinä" eli kesäapulaisena.

Pysyvästi Tullin palveluksessa

Viikonloppuna lakkiaisiaan vietänyt ylioppilas oli saanut maanantaiksi pestin tulliin, "kesä-heikkiksi" jälleen, josta kuitenkin muodostui koko työelämän kestävä rupeama. Kesätöiden loppuessa elokuun lopussa 1976 jäi Heikki lentoaseman tulliin tilapäiseksi tullivartija-harjoittelijaksi kunnes armeija tuli käytyä pari vuotta myöhemmin.

Tullivartijan tehtävät Helsingin lentoasemalla sinetöitiin seuraavaksi noin 10 vuodeksi. Seuraava askelma johti tullivalvontatarkastajan portaalle, jolloin vuoro-esimiehenä vastattiin virka-ajankin jälkeisistä tullauksista. Vuoro-esimies vastasi kaikesta, tullauksista ja jos vaikka jäi kiinni, pääsi Heikin pakeille.

Työnkuvan muutoksia

Tuli EU (Euroopan Unioni) ja Heikin lähes jo parikymmentä vuotta

kestänyt työ tullissa muuttui. Heikki siirtyi Tullihallituksen leipiin ja muutti viideksi vuodeksi Viroon toimien aluksi Suomen ja Viron kahdenvälisenä tulliyhdysmiehenä ja myöhemmin PTN (Polis och Tull i Norden) -yhdysmiehenä, jolle kuuluivat erityisesti pohjoismaisen sekä Baltian maiden tullien väliset rikostorjunnalliset asiat.

Pestin päättyessä vuonna 2000 kesän alussa ura jatkui tullihallituksen valvontaosastossa erilaisten kansainvälisten tehtävien parissa, kunnes eläkkeelle siirtyminen koitti 1.9.2021.

Harrastukset

Lapsuuden ajoita tutun NMKY:n arvomaailma jatkuu nyt Vantaan Y-Killan toiminnassa. NMKY:n kansainvälisen tukijärjestön Y'S Men (viisaat miehet) toiminta on osa mukana kulkevasta sosiaalisesta elämästä. NMKY:n Sveitsissä aikoinaan järjestetyltä Nuorten aikuisten leiriltä jäi useita ystäviä, joiden kanssa Heikki pitää yhteyttä nykyäänkin, vaikka leiristä onkin kulunut melkein 44 vuotta.

Kiinnostuksen kohteina ovat matkailu, liikuntakin jonkun verran ja pyöräily. Norjan vuoret ja vuonot vetävät puoleensa, onhan nuoruuden leirillä

tavatuista 5 norjalaista, joiden kanssa aktiivisesti yhä pidetään yhteyttä. Lisäksi työtehtävien merkeissä tehtyjen matkojen antina on jäänyt ystäviä, joita Heikki tapaa silloin tällöin.

Sodankylän elokuvajuhlien tarjonnat ovat saaneet Heikistä katsojansa.

Kielitaidon kiemuroita

Koulussa opitun ruotsin, englannin ja saksan kielitaidon lisäksi hallinnassa on norjan kieli. Norjan kielen taito sai potkua Norjan suuntaan hoidettujen asioiden ansioista ja pohjana oli jo nuoruuden ajan ystävien kanssa käyty keskustelut.

Viron kieli päteväytyi, koska kiinnostus kieleen heräsi, kun pidettiin yhteyttä virolaisiin henkilöihin Viron kuulussa vielä Neuvostoliittoon.



1990-luvun alussa Heikki kävi työväenopistossa viron kielen kurseilla. Kieliopinnoista oli hyötyä kun hän aloitti Virossa työskentelyn ilmoittaen, että "minä en puhu teidän kanssane suomea" vaikkakaan viron kieli ei ollut kovin hyvissä kantimissa alussa. Ajan kuluessa Heikin kielitaito parani ja virolaiset kollegat pääsivät käyttämään heille vierasta kieltä eli suomea.

...jatkuu seuraavalla sivulla

...jatkoa edelliseltä sivulta

Monessa mukana

Kiinnostus raha-asioihin sai varmaan alkunsa jo teinivuosien ansioiden hankkimisen myötä. Rahakirstun vartijan tehtäviä hoidellaan kahdessa liitossa (Keloliitto ja Suomen Y-kiltojen liitto) ja kahdessa yhdistyksessä (Tullin veteraaneissa ja omassa Y-killassa).



Heikki on myös oiva kaksoisagentti, joka on mukana niin Keloliiton Vantaan yhdistyksen hallituksessa kuin Helsingin yhdistyksessä jäsenenä.

Vasta yhden vuoden jäsenyyden jälkeen napattiin talousihmiseksi syntynyt Heikki liittomme taloudenhoitajaksi. Tervetuloa yhteisöömme, kaltaisia superaktiiveja ja osallistujia tarvitaan.

Marjut Lainio

TAPAHTUIPA KERRAN VIIME SYKSYNÄ KANGASALLA...

Ja niin saapui se odotettu lokakuinen päivä, armon vuonna 2023.

Miksi tuo päivä oli ihmeempi kuin muutkaan lokakuun päivät näin eläkeläisen näkökulmasta katsottuna?



Tuona päivänä joukko Kelo ry:n eläkeläisiä suuntasi matkailukujensa kanssa kohti Kangasalan kuntoutuskeskus Api-laa. Siellä oli alkamassa IkiFitin järjestämä "muistiloma". Yli 20 reipasta Kelolaista oli "muistanut" (viittaamaan tuossa teemaan) saapua paikalle. Hieman enemmän olisi joukkoon mahtunut, mutta hyvin meillä homma hoitui vähän pienemmällä ryhmälläkin.

Ensin tutustuttiin toisiimme

Ensimmäinen päivä vierähti tutustuen taloon sekä ryhmäläisiin. Illalla oli vuorossa yhteinen hetki takkatuvassa. Ryhmämme vetäjä toimi illan emäntänä.



Jokainen päivä alkoi aamupalan jälkeen auditoriosta, jossa kävimme päivän aikataulun sekä edellisen päivän tuntemukset läpi.

Tiistain painopisteenä oli tietoisuus liikunnan tärkeydestä. Tämän jälkeen siirryimme altaalle vesijumppaamaan. Allekirjoittanut oli tästä niin innoissaan, että "sukeltamalla sisään"-tyyli sai toiset nauramaan – unohdin varoitettua, viimeiset rappuset.

Lounaan ja päiväleivon jälkeen oli vuorossa ulkoliikuntaa. Ihastelimme Kangasalan kaunista luon-

toa, jylhää korkeuserojen vaihtelua sekä uusia asuintaloja, joita oli rakennettu viereiselle tontille.

Ojelmassa rentoutusta

Keskiviikon ohjelmassa oli rentoutusta (osa taisi jopa nukuakin), tietoisuus vesiliikunnan hyödyistä ja totta kai itse allasjumppaakin. Päivällisen jälkeen seurasi muistivisa, jossa aiheena oli Suomen historiaan ja nykypäivään liittyvät tapahtumat.



Torstain teemana oli tasapainoilu sekä muistijumppa. Illalla oli oman ryhmän illanvietto takkatuvalla. Tästä kiitos ryhmämme reippaille vetäjille.



Perjantaina jatkettiin muistia parantavalla liikunnallisella toimintaryhmällä.

Sen jälkeen jokunen meistä lähti omatoimiselle tutustumisretkelle paikkakunnan nähtävyyksiin sekä keskustan kauppoihin.

Lounaan ja lepotauon jälkeen pulahdettiin taas altaalle jumppaamaan. Mahtoiko vesi olla kylmempää kuin aiemmin – vai mistä johtui meikäläisen hirvittävä suonenveto? Oliko syynä kylmä vesi vai paikan tarjoama, terveellinen, vähäsuolainen ruoka??? No tästäkin selvit-



tiin. Illalla olikin sitten vuorossa päätösillanvietto - näinkö nopeasti viikko meni! Puhetta ja naurua riitti. Teimme leikkimielisiä tehtäviä, kuulimme hauskoja tarinoita elämän varrelta.

Ja niin koitti lauantai ja ihan viimeinen päivä täällä. Annikka oli suunnitellut olympialaiset, joiden piti olla leikkimieliset



– mutta tosissaanhan siellä kisailtiin.

Palauttekeskustelun jälkeen nautimme vielä maittavaa lounaan ja sitten oli aika suunnata kohti kotia. Olisihan siellä vielä



toisenkin viikon viihtynyt – hyvä seura ja ruoka, tällä jaksaa taas pitkälle.

Jos sanonta "nauru pidentää ikää" pitää paikkaansa, niin vielä monet hauskat hetket tulemme viettämään yhdessä. Kiitos kaikille mukana olleille sekä ryhmämme vetäjille – hymyillään, kun tavaataan.



PS. liitän loppuun "meidän tarinamme", eli laatusanat lisäämällä saimme aikaan seuraavaa...

Tänään on piristävää perjantai. Sää on ruma ja aavistin heti aamusta, että päivästä tulisi inhotava. Pienen huoneeni ikkunas-ta näkyy pottumainen puu ja



viereinen tie on huumorintajuinen. Ruokasalin kiiltävä pöytä on vielä notkea aamupalan jäljiltä. Tänään ohjelmassa olisi kauniin toiminnallinen muistiryhmä. Siirtyisimme reippaaseen liikuntasaliin himmeään lounaan jälkeen. Pienen itsekeskeisen lepo hetken jälkeen seuraava vaihto joutaviin uimavaruksiin ja siirtyminen kovalle allasosastolle. Siellä tulinen Annikka ohjaa meitä kauniin vesijumpan kiviisiin saloihin kirkkaan musiikin soidessa taustalla. Hitaan päivällisen jälkeen siirrymme sinipunaiseen Harjulaan, jossa vietämme kannustavan illan. Päiväni tulisi olemaan tapansa mukaan nenäkäs. Kun palaan ihanaan huoneeseeni voin todeta, että päiväni oli merkillinen.

Oikeastaan tulini tänne nopean itseni vuoksi ja haluan toivottaa teille reipasta ja ankeaa jatkoa.

(P.S. Tästä ei saa kukaan loukkaantua – nämä sanat ihan itse minulle kerroitte)

Teksti: *Mirja Toiva* Mikkelistä, kuvat Kuntoutusapilan verkkosivuilta.



VANTAALAISIA HÄMEENLINNASSA

Meillä kaikilla on sellaisia päiviä, kun mikään ei suju, vaan kaikki menee pieleen.

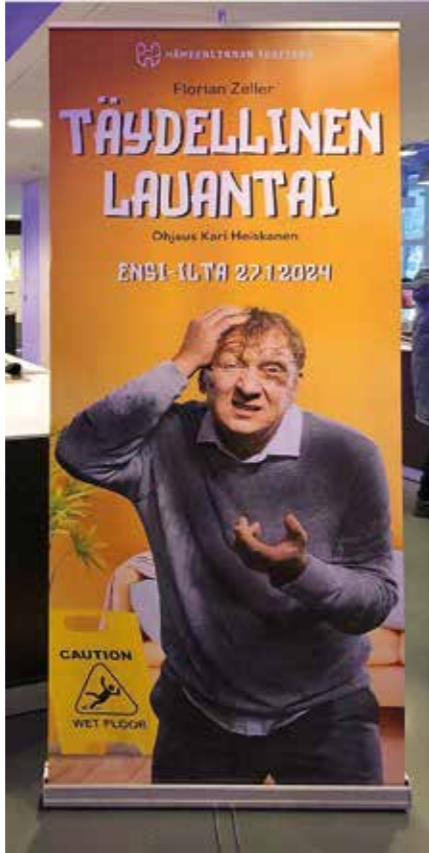
Vantaan Julkisen alan eläkeläisten teatteriretki Hämeenlinnaan alkoi suurin odotuksin. Moni meistä retkeläisistä oli suunnitellut reippaasti kävelevänsä junalle. Se ei onnistunut. Satoi vettä ja oli liukasta joten kävelen olisi ollut "hengenlähtö lähellä".

Junamatka sujui hyvin

Menomatka meni muuten hyvin paitsi matkalla tuli nälkä ja poikkesimme kahville asemaravintolaan. Sitten jatkoimme sateessa matkaa polvet koukussa liukastumista vältellen teatterille. Vihdoin olimme perillä.

Näytelmä oli todella hauska

Teatteriesitys "Täydellinen lauantai" osoittautui hillittömän hauskaksi komediaksi, josta kuka tahansa voi löytää hetkiä omasta elämästään. Tai ehkäpä oma elämä alkaakin tuntua yllättävän helpolta! Vanhan vinylilevyn kuuntelu osoittautui vaikeaksi



ellei mahdolliseksi.

Liian lyhyt väliaika kuoharille

Liian lyhyeksi osoittautuneella väliajalla nautimme viipyvin kulauksin kuplivaa. Loppukuoharin jouduimme humauttamaan huiviin, niin että päätä

huimasi. Kaikki oli kuitenkin hyvin.

Pizzat asemaravintolassa

Esityksen jälkeen menimme ruokailemaan asemaravintolaan. Pizzat ja leikkeet tekivät kaupansa. Tutustuimme Hämeenlinna-Helsinki junan lähtöaikoihin. Yllätys yllätys. Juna oli myöhässä ja lähtöaikoja oli monenlaisia. Sähköisen taulun ja laiturin opasteiden tiedot eivät täsmänneet ja ajat vaihtuivat jne.

Lopulta päästiin myös junaan

Ruokailun jälkeen vatsat täynnä porukka vääntäytyi ulos odottamaan juna. Junasta ja oikeista ajoista ei siinä vaiheessa ollut tietoa. Tehtiin ryhmäjako. Osa meni laiturille 1 ja osa laiturille 2 ja osa odotti sateensuojassa sillan alla ja taisi siinä asemarakennuksen ovellakin olla joku päivystämässä. Näistä oli helppo hyökätä kummalle laiturille tahansa jos juna yllättäen tulisi.

Tulihan se sitten aikanaan, mutta ei meidän juna ja paikkaliput eivät täsmänneet. Konduktööri junan vieressä patisti porukkaa "nouskaa junaan, että päästään lähtemään". Etsinnän jälkeen kaikki pääsivät jonnekin istumaan.

Loppu kotimatkasta sujui tietääkseni kaikilta suunnitelmien mukaan.

Näytelmä jäi kaikille mieleen

Huomenna emme edes muista mutkikasta päivää vaan mielessä kutkuttaa Hämeenlinnan teatteriesitys Täydellinen lauantai.

Loppu hyvin kaikki hyvin.

Aino Suominen



VUODEN 2024 MATKAOHJELMA

KIERTOMATKA ETELÄ-VIROSSA 21.-25.8.2024

"Elämä kahden maailman rajalla" kulttuurin ja historian ystäville

Vastuullinen matkanjärjestäjä Tilausmatkat, Kuopio

- Hintaan 690 €/2 hgen huone/hlö + liityntäkuljetus
- Hintaan 810 €/1 hgen huone/hlö + liityntäkuljetus
- Hintaan 760 €/2 hgen huone/hlö Kuopiosta ja Mikkelistä, sisältäen liityntäkuljetuksen

Hinta sisältää:

- bussikuljetus Helsinki-Viro-Helsinki
- laiva Helsinki - Tallinna - Helsinki kansipaikoin
- ohjelman mukainen matka, majoitus puolihoitolla 2h
- suomenkielisen oppaan palvelut

ALUSTAVA MATKAOHJELMA:

Ke 21.8.

Bussillamme Savosta kohti Helsingin satamaa. Kansipaikoin laivalla Tallinnaan, saapuminen Tallinnaan ja matka Tarttoon. Opas tulee mukaan Tallinnan satamassa.

Viron toiseksi suurin kaupunki Tartto on Etelä-Viron keskus ja kulttuurin kehto. Majoittuminen ja illallinen hotellissa. Yö: Tartto, hotelli Tartu

To 22.8.

Aamiainen hotellissa. Kävelykierros Tarton vanhassa kaupungissa. Tutustumme uuteen Viron Kansallismuseoon (ERM). Museossa painotetaan luonnollisesti Viron historiaa, elämäntyyliä sekä kansan kulttuuria. Myös suomalais-ugrialaisten kansojen vaiheet ovat leimallisesti esillä.

Retki Peipsijärven rannalle - Sipulitielle tutustumaan Venäjän vanhauskoisten elämään. Venäjän vanhauskoiset - staroverö - ovat noudattaneet uskontotapojaan jo yli 1000 vuoden ajan. Perinteisiä vanhauskoisten asuinpaikkoja ovat Peipsiveerella - Mustvee, Kallaste, Kolkja, Kasepää, Varnja, Piirissaar. Lounas vanhauskoisten ravintolassa.

Alatskiven linnan historia sai alkunsa, kun paroni Nolcken kävi tutustumassa Skotlannissa sijaitsevaan Balmoralen kesäpalatsiin. Hän suunnitteli itselleen kartanon, joka on melkein kuin pienoismalli kuningatar Victorian kesälinnasta.

Yö: Tartto, hotelli Tartu

Pe 23.8.

Aamiaisen jälkeen ajetaan vanhaan paperitehdaskaupunkiin Röpina. Vööpsu ja Lüübnitsa sipulikylän kautta ajetaan Väraska kylään, jossa toimii iso kylpylä.

Seto Talomuseossa voidaan tutustua 1800-luvun lopun ja 1900-luvun alun maatila-arkkitehtuuriin, vanhoihin työvälineisiin ja runsaaseen valikoimaan käsitöitä. Ajomatka jatkuu Saatse museoon. Setomaan suurimman kokoelman sisältävän museon perusnäyttely esittelee Saatsen vanhan kirkonkylän ja sen lähiympäristön tarinaa ja ihmisiä

Piusan hiekkakiviluolat ja savipaja. Piusan entiset kaivosluolat ovat myös lepakoiden talvehtimispaikkoja, ja kyse on ilmeisesti suurimmasta lepakoiden talvehtimisesiintymästä Itä-Euroopan alueella. Nähdään Obinitsa kylän ja kirkon. Illallinen Taarka Tarõ Keittiössä.

Yö: Võru, hotelli Tamula



La 24.8.

Aamiaisen jälkeen kierretään Kaakkois-Viron kauneimmat paikat: Viron korkein kohta Suur Munamägi ja syvin järvi Rõuge Suurjärvi.

Vieraillaan kaksoiskaupungissa Valga/Valka. Valga on Viron ja Valka Latvian puolella. Taageperan linna on erilainen paikka - täällä on eleganttia ja maatilamiljöötä, historia ja nykyaikaa. Voimakkaan, jugend-tyylinen palatsin rakennutti asuinpaikaksi paroni Hugo von Stryk jo yli 100-vuotta sitten.

Matka jatkuu kesäpäikäupunkiin Pärnu. Kaupunkierros Pärnussa. Illallinen hotellin ravintolassa

Yö: Pärnu, hotelli Pärnu

Su 25.8.

Aamiaisen hotellissa. Ajomatka Tallinnaan. Laivamatka Suomeen ja bussi jatkaa kohti Savo.

Varausmaksu maksuun 1 viikon kuluessa ilmoittautumisesta ja loppumaksu 24.6.2024 mennessä tilille **FI29 1555 3000 1206 84, pankkiviite 70111.**

Muista passi ja henkilökohtainen matkavakuutus!

Tarkempi matkaohjelma lähetetään ilmoittautuneille heinäkuun 2024 aikana ja lopullinen matkaohjelma jaetaan satamassa. Ilmoittautumiset matkalle kotisivujen kautta keloliitto.fi/matkat/ tai Aini Lemiselle email:aini.leminen@gmail.com, puh 040 717 4540.



SADONKORJUURISTEILY HELSINGISTÄ MAARIANHAMINAAN 20.9.-22.9.2024

Lähtö Helsingistä, laiva päivän Maarianhaminan satamassa. Bussilla kierrellään maaseutua, mahdollisuus ostaa sadonkorjuun satoa.

Tiedot risteilystä, matkaohjelmasta, majoituksesta ja hinnoista ovat pian julkaistavissa.

Risteilytiedot ilmoitetaan yhdistysten matkavastaaville ja tiedot viedään myös Kelo-liiton kotisivuille.

Seuraa viestintää!



KYLPLYÄMATKA PÄRNUN TERVIKSEEN 19.11.-26.11.2024

Vastuullinen matkanjärjestäjä laivamatkoilla Tallink Silja.

Muut palvelut kylpylämatkalla Tervis Spa.

Hintaan 415 €/2-hgen huone/hlö+ liityntäkuljetus

Hintaan 555 €/1-hgen huone/hlö+ liityntäkuljetus

- Kokoontuminen 19.11.2024 Helsingin Länsiterminaali T2, 1 kerros klo 12.00 alkaen.
- Megastar lähtee kohti Tallinnaa klo 13.30 ja saavumme Tallinnaan klo 15.30. Matkatavaroille on varattu hyttejä laivalla.
- Tallinnasta alkaa bussimatka Pärnuun Presto OU:n bussilla, majoittuminen Tervis kylpylään + illallinen saapumispäivänä.
- Majoittuminen puolihoitona; aamiaisen + päivällinen, 2 lääkärikäyntiä ja yhteensä 18 hoitoa (3 hoitoa/pv)
- Matkan hintaan sisältyy perinteinen "juhailta" ohjelmiseen ja lauluineen.
- Mahdollisuus myös pubivisaailuun ja omaan vesijumppaan.
- 26.11.2024 lähdemme kotimatalle kylpylästä aamiaisen jälkeen klo 10.00. Megastar lähtee Tallinnan D-termiinalista klo 13.30 ja saapuu Helsinkiin klo 15.30. Matkatavaroille on varattu hyttejä.



Tarkempi päiväkohtainen matkaohjelma toimitetaan osallistujille myöhemmin ja Helsingin Länsitermiinalissa jaetaan vielä viimeiset ohjeet ennen matkaa.

Muista passi ja henkilökohtainen matkavakuutus.

Matkalle voi ilmoittautua heti, varausmaksu maksuun kuitenkin vasta 1.7.2024 alkaen. Loppumaksu 14.10.2024 mennessä **tilille FI29 1555 3000 1206 84, pankkiviite 70124.**

Ilmoittautumiset matkalle kotisivujen keloliitto.fi/matkat-ja-retket/ kautta tai Aini Lemiselle puh 040 717 4540 tai email: aini.leminen@gmail.com.



KELOLIITON JÄSENYHDISTYKSET 2024

Puheenjohtajat 2024:

Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry

Liisa Hangonmäki
liisa.hangonmaki(at)gmail.com

Hyvinkään julkisen alan eläkeläiset ry

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

Joensuun julkisen alan eläkeläiset ry

Leena Turunen
leenaturu(at)gmail.com

Karhulan kunnalliset eläkeläiset ry

Erik Marin
erikmarin517(at)gmail.com

Kuopion Julkisen alan seniorit KJS ry

Seppo K. Miettinen
seppok.miettinen0(at)gmail.com

Meri-Lapin kunnalliset eläkeläiset ry

Helena Tervo
helena.tervo(at)hotmail.com

Mikkelin julkisen alan eläkeläiset ry

Ari Lehtinen
ari(at)lehtiset.fi

Oulun julkisen alan eläkeläiset ry

Liisa Halotie-Flink
liisahf(at)gmail.com

TKL eläkeläiset

Markku Julku
niveljarru(at)gmail.com

JHL Turku eläkeläiset ry

Hilkka Mattila
hilkka.annikki.mattila(at)gmail.com

Vantaan Julkisen alan eläkeläiset ry

Eeva Björklund
eeva.bjorklund(at)saunalahti.fi

VSSHP:n Kuntayhtymän henkilökunta JHL ry 114 eläkeläiset

Marja-Leena Kostamo
marjaleenako(at)gmail.com

Matkavastaavat:

1. Aini Leminen
aini.leminen(at)gmail.com

2. Raili Franzén
raili.franzen(at)gmail.com

Päivi Ahola
paiviahola3(at)gmail.com

1. Sirpa Havukainen
pipa.havukainen(at)gmail.com

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

Liisa Paavola
liisa.paavola49(at)hotmail.com

Seppo K. Miettinen
seppok.miettinen0(at)gmail.com

Helena Tervo
helena.tervo(at)hotmail.com

Ari Lehtinen
ari(at)lehtiset.fi

Eija Kotilainen
eija.m.kotilainen(at)gmail.com

Tapio Nummela
tapsa.nummela(at)gmail.com

Hilkka Mattila
hilkka.annikki.mattila(at)gmail.com

Eeva Björklund
eeva.bjorklund(at)saunalahti.fi

Marja-Leena Kostamo
marjaleenako(at)gmail.com

KELOLIITON HALLITUS 2024

Tehtävä	Nimi	Sähköposti	Yhdistys
Puheenjohtaja	Riitta Vehovaara	riitta.vehovaara(at)gmail.com	Vantaan julkisen alan eläkeläiset ry
Jäsenet:	Päivi Ahola	paiviahola3(at)gmail.com)	Hyvinkään julkisen alan eläkeläiset ry
	Raili Franzén	raili.franzen(at)gmail.com	Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry
	Liisa Hanganmäki	liisa.hanganmaki(at)gmail.com	Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry
	Sirpa Havukainen	pipa.havukainen(at)gmail.com	Joensuun julkisen alan eläkeläiset ry
	Ari Lehtinen	ari(at)lehtiset.fi	Mikkelin julkisen alan eläkeläiset ry
	Leena Turunen	leenaturu(at)gmail.com	Joensuun julkisen alan eläkeläiset ry
	Eija Törmänen	eija_tormanen(at)hotmail.com	Oulun julkisen alan eläkeläiset ry
Varajäsenet:	Simo-Pekka Hämäläinen	simopekka11(at)luukku.com	Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry
	Keijo Karttunen	kejoka1(at)dnainternet.net	Kuopion julkisen alan seniorit KJS ry
	Pirjo Sassi	pirjo.sassi(at)gmail.com	Oulun julkisen alan eläkeläiset ry
Taloudenhoitaja	Heikki Metsälampi	metsalampih(at)gmail.com	Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry/ Vantaan julkisen alan eläkeläiset ry
Sihteeri	Aini Leminen	aini.leminen(at)gmail.com	Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry
Tiedotussihteeri/ webmaster	Eeva Björklund	eeva.bjorklund(at)saunalahti.fi	Vantaan julkisen alan eläkeläiset ry
Kelolainen lehti	Marjut Lainio	marjutjulia28(at)gmail.com	JHL Turku Eläkeläiset ry
Kotisivut/Kelolainen	Pertti Rinne	rinnepertti(at)outlook.com	Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry

HANKITAAN UUSIA JÄSENIÄ

Monella meistä on hyviä tuttuja, ystäviä ja naapureitakin, joiden elämä saattaisi olla monipuolisempaa ja virikkeellisempää, jos he olisivat mukana yhdistystemme toiminnassa. Kaikki aktiivisuus ja sosiaaliset kontaktit torjuvat yksinäisyyttä ja pidentävät hyvää elämää, kun jokapäiväinen toimintakyy selvitä arjen askareista säilyy pidempään niin, että avun tarve siirtyy vuosilla myöhemmäksi.

Lomaketta voi kopioida, monistaa ja antaa aina, kun sopva jäsenehdoka kohdalle sattuu.

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



*Hymyile,
olet Turvassa.*

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

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

Turvaa rakkain paikkasi turva.fi/koti





Seniorimatkat

Meillä koette enemmän - merellä ja maissa!

Olemme seniorimatkailun asiantuntija ja autamme teitä räätälöimään ryhmämatkan täynnä mukavia elämyksiä laivalla ja kiinnostavia retkiä maissa.

Valmis paketti tai oman maun mukaan räätälöity matka - olemme täällä teitä varten!

Lue lisää jäseneduista:
vikingline.fi/edut/kelo

UUTTA! Jäseneduissa myös kesäpiknik tarjous Helsingistä 19.6.-11.8.2024, Cinderella/ Gabriella (ei maihinousua).

Tuhkimo on palannut Helsinkiin

Cinderellan paluu Helsingin reitille ilahduttaa risteilymatkustajia ja tuo kauan kaivatun lisän myös Helsingin, Ahvenanmaan ja Tukholman väliseen reittiliikenteeseen. Ajatonta eleganssia ja upeasti uudistettuja tiloja - tervetuloa tutustumaan!

Porukalla matkaan

Yhdistyksen yhteinen matka, hallituksen suunnittelu-risteily tai kaveriporukan tapaaminen? Laivalla iloinen matkafiilis on tarttuvaa, kun matkaatte yhdessä kohti uusia seikkailuja. Retket maissa kannattaa varata etukäteen - räätälöimme juuri teille sopivan retkipaketin. Kokoustilat, ruokailut, aktiviteetit - kaikki kätevästi varattavissa etukäteen.

Ahvenanmaa

Ahvenanmaa kauniine saaristoluontoinen on kesällä loistava paikka vierailuun. Ahvenanmaa sopii niille, jotka haluavat nauttia elämästä, oli se sitten hyvän ruoan tai kylpylähoitojen parissa. Iloinen ja rento tunnelma ja läheinen sijainti tekevät siitä loistavan matkakohteen.

*Tervetuloa
Punaisille laivoille*

VIKING LINE