

KELOLAINEN 1/2022



Kuva: Sirpa Saukko, näkymä Hämeentie 67 Hermannin kerhon pihaikkunasta joulukuussa 2021



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

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

Toimituskunta: Marjut Lainio, päätoimittaja; Pirkko Hannula; Hilikka Mattila; Pertti Rinne, taitto

Hyvinvointia läpi elämän...

HYVÄT KELOLAISET

Venäjän hyökkäys Ukrainaan 24.2.2022 rikkoi rauhan ja yhdessä yössä turvallisuus järkkyy Euroopassa. Tilanne Ukrainassa on vakava ja inhimillisesti kestämätön.

Jo miljoonia ihmisiä on joutunut jättämään kotinsa. Ikäihmiset ovat lasten ja vammaisten henkilöiden ohella kaikkein haavoittuvimmassa asemassa. Monet jäsenistämme ovat kokeneet sodan ja me kaikki olemme sodan käyneen sukupolven lapsia.

Kriisi koskettaa ja järkyttää meitä kaikkia. Suomalaiset ovat lahjoittaneet avustusjärjestöjen kautta useita miljoonia euroja ukrainalaisten auttamiseksi. Kannustan Teitä edelleen tukemaan ukrainalaisia valitsemallanne tavalla ja mahdollisuuksienne mukaan. Voimien kokoaminen ja yhdessä toimiminen aktiivisesti muiden järjestöjen kanssa avun kanoimiseksi Ukrainaan on nyt viisasta.

Luotan siihen, että tästäkin kriisistä selvittäään pitämällä huolta toisistamme. Yhdistysten koontumisia on nyt mahdollista järjestää ja näin tukea jäseniämme tässä monia ahdistavassa tilanteessa.

Tervetuloa mukaan KELO:n retkille Saariston rengastielle kesäkuussa.

Terveisin, 15.3.2022, *Päivi Lilleberg*



KOKOUSKUTSU

Kevätkokoukseen 24.5.2022

JHL-talo, Auditorio

Sörnäisten rantatie 23, 00530 Helsinki

TERVETULO!

Jäsenyhdistystä edustaa 31.12.2021 jäsenmäärän perusteella yksi (1) edustaja **alkavaa 150 jäsentä kohden**. Yhdistys voi nimetä vastaavan määrän varaedustajia.

Jäsenyhdistysten tulee ilmoittaa vuosikokousedustajat **24.4.2022 mennessä** sähköpostitse (ellei ole ilmoittanut edustajia toimihenkilöilmoituksella):

aini.leminen@gmail.com

tai kirjeitse:

Julkisen alan eläkeläisten liitto KELO ry
Sörnäisten rantatie 23, 00530 Helsinki

Vuosikokoukseen voi osallistua myös sähköisesti teams-etäyhteydellä ilmoittamalla asiasta etukäteen Aini Lemiselle.

Vuosikokoukselle tulevat aloitteet ja muut esitykset on toimitettava Kelo ry:lle **30.4.2022 mennessä**.

Kokouksen esityslista lähetetään yhdistyksille sähköpostilla.

KELOLIITON JÄSENYHDISTYKSET 2022

Puheenjohtajat 2022:

Eläkeläiskerho Hely ry

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

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

Kotkan kunnalliset eläkeläiset ry

Laila Väisänen
laila.vaisanen(at)kymp.net

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

TKL eläkeläiset ry

Markku Kierikka
makeanne45(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:

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

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

Anneli Neva
annelineva(at)hotmail.com

1. Ari Tielinen
arit(at)elisanet.fi
2. Pekka Lankinen
pekka.lankinen59(at)luukku.com

Liisa Paavola
keijo1960(at)luukku.com

Liisa Paavola
keijo1960(at)luukku.com

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

Helena Tervo
helena.tervo(at)hotmail.com

Ari Lehtinen
ari(at)lehtiset.fi

Markku Julku
niveljarru(at)gmail.com

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

Tellervo Karhapää
telle.karhapaa(at)kolumbus.fi

Marja-Leena Kostamo
marjaleenako(at)gmail.com

MARJUTIN MAALISKUUN MIETTEITÄ: ILMAISIA ELÄMYKSIÄ JA KEVYTTÄ AJANVIETTOA LÄHIYMPÄRISTÖSSÄ

Turussa aurinko houkuttaa ulkoilemaan ja pystyssä pitää sinnitellä sisukkaasti polkujen ja pienempien katujen jääpolanteiden välissä. Vaikka ollaan jo maaliskuun puolessa välissä.

Viimeinen yhteystieto lehtemme välityksellä oli marraskuun lopulla, jolloin ripeimmät yhdistykset pystyivät jakamaan lehden luettavaksi jäsenistölle. Osalle se liikenä vasta seuraavana vuonna.

Marraskuun lopulla KELO ry:n syyskokouspaikaksi onnistuttiin saamaan Helsingin postitalon kokoustila. Kokousasiat nujittiin päätöksiin ilman ylimääräistä ohjelmaa ja liitto sai yhdistysten esittämät jäsenet vuoden 2022 hallitukseensa, johon puheenjohtajaksi valittiin uudeen Päivi Lilleberg.

Kokoontumisten rajoittamiseen niin henkilömäärän kuin tapahtumatarjonnankin suhteen löytyi lisäperusteita loppuvuoden väestöliikkeen kasvun johdosta. Juhlakauden konsertteja/lauluhetkiä eikä muitakaan yleisötapahtumia järjestetty. Elämyksiä saattoi kuitenkin ilmestyä odottamatta koettavaksi.

Oli postikorttimaisema kun loppuvuoden pimeydessä vuodenaikaan nähden poikkeuksellisen puhdas ja runsas lumi valaisi iltayön hetkeä. Tienoon täytti Turun Tuomiokirkon kirkonkellojen soinnin jylinä. Ihan sananmukaisesti piti pysähtyä kummastellen kuuntelemaan kumean komeaa, lähes katukiviä vavisuttavaa kellojen äänimaailmaa muuten niin hiljaisessa ympäristössä.

Myöhäisillan messuun ovet olivat kuitenkin kaikille avoinna - siis sisälle temppeleihin. Jonkinmoinen into kellojen soiton kuunteluun lienee lapsuuden peruja, koska silloin lauantaina pyhän alkamisesta ilmoittava kellojen soitto kuultiin kilometrin päähän kotipihalle. Enää ei onnistuisi, koska nykyinen sähköavusteinen ääni ei yllä niin etäälle. Jostain syystä kesäisin haluan hautausmaalle kastelemaan kukkia lauantaisin, jolloin kelloja entisessä kotipitäjässäni vielä soitetaan. Soittoäännet ovat erilaisia tilanteesta riippuen. Juhlakellojen sointi eroaa surukelloista, joita ehkä olemme joutuneet hiljentyen eniten kuulemaan.

Laivojen saapuminen Turun satamaan kiinnostaa aikuisiakin, vaikka se saattaa kuulostaa lapselliselta. Ruissalon saaren Rantapromenadilta voi tutkailla muutaman kymmenen metrin päässä liupuvaa risteilykolossia ja vastata alaperspektiivistä kattotasanteen matkustajien vilkutukseen. Jos vaikka joku tuttu...

Laivareitin varrella, rannan tuntumassa on rakennus, jossa järjestetään myös juhlia. Eräs orkes-



Iloisia joululounastajia, kuva Marjut Lainio



terimuusikko kertoi, että ruotsinlaivan lipuessa ohi kaikki häävieraat häipyivät ulos katsastamaan alusta. Samoin me rannikkolaiset varmaan seisahtuisimme ihailemaan meille vieraampia sisävesien lipujia.

Näin talviaikaan, etenkin räntäsateen hätyyttämänä, saatamme ajaa auton promenadin loppupäähän, ihan metrin päähän merestä. Jäälautan ja hyhmäisen veden jähmeä liike on silmien edessä. Merituulen puhurin voi tuntea kasvoillaan, jos avaa auton ikkunan. Virkistävää.

Ihan veden partaalle pääsemisen autolla lienee harvinaista herkkua ainakin Turun seudulla, mikä tekee asiasta vielä kiehtovamman.

Turussa Föliin (turkulainen linja-autosysteemin nimitys) voi hankkia eläkeläiskortin, jolla voi pikurahalla parin tunnin siirto-oikeudella reissata niin paljon kuin sielu sietää. Siis menoksi toiseen kaupunginosaan ja miksei läheisiin naapurikaupunkeihinkin. Vastaavia matkustusmahdollisuuksia lienee muuallakin.

Ympäristöstä nauttiminen on ilmaista ja tarjolla voi olla sellaista, jota et aiemmin ole keksinytkään kuten termoskahvin juonti rakennetun vesialtaan (tekojärven) nuotiopaikalla. Makkaranpaisto on ihan jees, mutta sen jättämä tuoksumailma kotiin tuotuna ei ole paras mahdollinen.

Ihan leppoisaa ympäristön tarkkailua ja jokaisen helposti toteutettavaa ulkoilua näin talvellakin, jos vaikka mökkiympäristö on pitkän matkan päässä. Mukavin askelin ulos luonnon helmaan: jalkaan ne käytössä hyvin muotoutuneet jalkineet, jotka kipsillä täytettynä näyttäisivät jalan muotomme veistoksena. Eikä tarvitse välittää siitä, että liikkumisen suosio on lisännyt ulkoiluvälinekaupassa ei-oo tarjontaa.

Yhdistysten tilanne

Aika moni yhdistys ehti loppuvuonna kuitenkin tapailla - ehkä perinteisen jouluruokailun tiimoilta, kunnes tammi- ja helmikuussa taas painettiin jarrua. Nyt onneksi hiljaiselon päättyessä maaliskuun kokoukset ovat päässeet käynnistymään. Vapaa-ajan iloksi järjestellään matkoja ja teatteriesityksiin ollaan varaamassa lippuja.

Peurunka kutsui ja Kelo ry vastasi – lähtijöitä saatiin lähes 40.

Ukrainan tilanne herättelee avustamishaluja ja -toimintoja. Säkkillinen vaatetavaraa tuli toimitettua keräyspisteeseen ja nyt toivotaan, että lahjoitus löytäisi reitin perille oikeaan kohteeseen.

Aluekierrokset

Alkuvuodelta siirtyneet aluekierros/-tapaamiset käynnistyvät. Mikkelin yhdistys oli nopea ja hoiti oman alueen tilaisuutensa joulukuussa.

- * 27.4.2022 Turku Scandic Hotel
- * 11.5.2022 Joensuu Sokos Hotel Kimmel
- * 12.5.2022 Kuopio Sokos Hotel Puijonsarvi

Tapaamisista ilmoitetaan paikallisille yhdistyksille tarkemmin. Alueen jäsenistöä toivotaan paikalle kuuntelemaan pikkutarjoilun siivittämänä JHL:n ja Turvan edustajien illan antia.

Paikalla ovat puheenvuoroinen tietenkin KELO-liiton ja paikallisen yhdistyksen keulahahmot.



Joululounas Teinissä, kuva: Hannele Elo

RETKEILYMATKA PEURUNKAAN 9.-11.3.2022

Matkanteko

Meit oli bussissa kolkytkuus

Unet hieraistiin aamun koitteessa pois silmistä ja 5 turkulaista kiipesi Helsinkiin menevään juna-vaunuun tarkoituksenaan jatkaa pääkaupungista matkaa yhteiskuljetuksella Peurunkaan. Jokunen hyppäsi vielä matkan varreltakin kyytiin. Tankkaus-/verryttelypysähdys tehtiin Heinolassa, jossa nopeimmat haukkasivat palanpainiketta, toiset taas hurmaantuivat putiikkien tarjonnasta. Hitaimmat nauttivat burgerinsa bussissa.

Hotellilla

Illtapäivän aikana saavuttiin kohteeseen ja asetuttiin huoneisiin. Buffetillallisella tavattiin kuopiolaiset Sirkka-Liisa ja Seppo, joten kaikki 38 oltiin koolla. Illan kulku jatkui buffet-illallisen jälkeen karaoke-merkeissä, sillä seurueessamme riitti useita taidokkaita laulajia.

Ulkona ja altaalla, kokoustettiin.

Aamupalan jälkeen matkailujaosto koontui päivittämään matkatilanteen.

Toisena matkapäivänämme pääsimme paremmin katsastamaan majoituspaikkamme ympäristöä.

Osa porukasta ulkoili alueen maastossa tutustuen Veljeskorsun ympäristöön. Toiset taas kaivoivat uimapuvun esille ja hankkiutuivat kylpylän allasosastolle.



Poreita altaassa

Portaat ylös, portaat alas ja kun tikkaat vielä nousitiin ylös ja laskeuduttiin alas, niin poreallas otti uimarin kuplivaan syleilyynsä. Ketteryys oli eduksi. Isompi rinkulan muotoinen allas oli vesijuoksijoiden suosiossa. Juoksuvyö kiskottiin tiukasti kiinni ja vesikiittäjänä menoon mukaan. Virtauksiakin altaassa jonain kellonlyömänä velloi. Hyppy (lue: varovainen pudottautuminen) kuumavesitynnyriin; -lämmin ei luita riko – sanotaan. Kylmä allas – kiitos, ei tälläkään kertaa. Kuntosalin aktiviteetit jäivät tehokuntoilijoiden haasteeksi.

Luontokisa



Tuulen härnyyksi (lue: tunnustusta varten) ryhmäläistemme kaulaan/hartioille kiedottiin ruusunpunaiset nauhat. Lähdettiin meille laadittuun luontokävelyyn, jossa reitin varren pysähdyspisteissä raapustettiin lappuselle oikeaksi pähkäiltyjä vastauksia monivalintakysymyksiin. Taas sai tiedon jyväsiä lisää, vaikka luuli tietävänsä kaiken. Ja sitten maittavalle buffé-illalliselle.

Virallinen Illanvietto

Illanviettomme aloitti Keloliiton puheenjohtaja Päivi Lilleberg, joka puhui Ukrainan vakavasta tilanteesta.

Ukrainan kohtalo tulee vaikuttamaan globaalisesti Suomeen, talouteen, yhdistykseen ja meihin yksilöinä. Emme mahda sille mitään, mitä tämä tuo tullessaan. Toivotaan, että päästään mahdollisimman lievin lainein eteenpäin, niin että voimme luottavaisesti rakentaa tulevaisuutta.

Uskoa tulevaisuuteen

Meillä kaikilla kuitenkin pitäisi olla edessä useita hyviä elinvuosia, joihin voimme tehdä asioita omana itsenämme ja perheen kanssa. Yritetään tästä eteenpäin yhdistyksenä, Keloliitonkin tukemana, antaa uskoa siihen, että tulevaisuutta ja näköaloja on. Toivottavasti voimme yhdistyksenä ottaa yhdessä vastuuta jäsenistämme. Pidetään kaikista huolta, otetaan yhteyttä niihin yhdistyksen jäseniin, jotka ovat yksinään ehkä peloissaankin. Luodaan kontakteja ja yritetään luoda aidosti yhteishenkeä.

Lisätietoa verkosta

Keloliiton kotisivuilta voi lukea, mitä Keloliiton on mahdollista tehdä. Olemme tukena Ukrainan kansalle. On kerätty yhteen järjestöjä, joiden kautta voi apua ja tukea ohjata tarvitseville. Ei kuitenkaan ole lähdetty mihinkään isompiin julistuksiin eikä boikotteihin. Meillä jokaisella on oma harkintakykymme, miten me tätä asiaa käsittelemme.

Keloliiton kotisivuilta näkee, mitä asiasta on keskusteltu ja miten me ikäihmisen näkökulmasta voimme tähän asiaan ottaa kantaa. Tiedämme, että haavoittuvimmassa asemassa ovat lapset, naiset ja vanhukset, jotka tuskin pystyvät yksin kävelemään. Heitä tuodaan omista kodeista pois eivätkä he tiedä mihin joutuvat.

Yhdistykset esillä

Estradi odotti vapaana yhdistyksien ohjelmakavalkadiin, jonka Raili Franzèn juonsi.

Ritva-Liisa Ferin (Helsinki) muisteli nuoruuden ajan tapoja, muotia kellohameineen, tupeerausineen ja Elviksineen - tunteineenkin.

Milja Komu ja Arja Lehtonen (Helsinki) veivät karttamatkalle ympäri kotomaatamme hauskojen nimien tiimoilta. On olemassa nimiä, jos jonkinmois-

ta haisuvaa-
raa, jota ei
punastumat-
ta haluai-
si ilmoittaa
osoitteek-
seen. Arja
näytteli tu-
oksahtelevat
ja nolotkin
nimet hykerryttävän haus-
kasti. Ämmänsuo kuulostaa
nimenä ihan salonkikelipoiselta.
Jatkuu...



...jatkoa: Kuopion **Seppo K Miettinen** (vas.) kertoi Kuopion yhdistyksen vaiheista.

Tannerin kuplettia mukailleen: "Sill mammani mun sanoi niin" kuultiin hyvätapaisten mamman pojan roolissa Kuopion Mölymäen Seppoa.

Sepon itse tekemässä runossa virittäytyivät elämäänsä "vitisöövän ja kitisöövän" onnelliset ukko ja akka.

Hilkka Mattila (Turku) ja haitarimies, - laulua jopa koko porukalla.

Simo-Pekka Hämäläinen Helsinkistä (vas.) Uhkea diiva näytti, että vetonaulan voi esittää toisesakin merkityksessä.

Tellervo Karhapää (Vantaa) esitti Jari Tervon koskettavan runon elämän alistamasta nöyrästä vanhuksesta, joka haluaa tehdä kaikkensa säästääkseen lapsiaan ja hoitolaitoksen henkilökuntaa, jottei vain olisi vaivaksi. Mentiin vakavaksi, mitenkähän on omien läheistemme kohdalla?

Railin Franzénin vetämä taukojumppa oli paikallaan - ylös ja alas, näin ja noin, - vai miten se oli?

Aulis Laakso Helsingitä (alla oik.) ja vihreä elämäntapa. Ennen ei puhuttu vihreistä ajatuksista; ne vaan olivat hiljaisesti mukana elämässä – sanottakoon sitä sitten säästeliääksi ja järkeväksi toiminnaksi.

Vielä kun **palkittiin talvikuvien ottaneita**, ker-



rottiin päivällä tehdyn luontoretken valintakysymysten oikeat vastaukset, niin päästiin parketille porukalla twistamaan.

Olipa kiva reissu, jossa toteutui iloinen yhdessäolo ja taas kohdattiin uusia tuttavuuksia.

Alakuvassa ollaan juuri aloittamassa yhteislaulua.



PEURUNGAN KETTERÄÄ LUENTOA KUUNTELEMASSA

Maalaistohtori Kiminkinen

Matkan yksi odotettu osio oli maalaistohtori Tapani Kiminkisen esitelmä ikäihmisten terveysasioista.

Rentoon tyyliinsä nojautuen tohtori puhui asiansa luentokansalle apunaan niin runonlausunta kuin eloisa liikehdintä. Kuultiin, että tilastokeskuksen mukaan ikäihmisten määrä lisääntyy 2070-luvulle asti, joten työperäistä maahanmuuttoa tarvitaan.

Sairauksista tohtori Kiminkinen puhui yleistyvistä ihosyövistä (tyvisolusyövät, melanoomat), vaikka syöpähoidot toki ovat paljon 20 vuoden aikana kehittyneet. Sydänlääpien, aorttalääpien vioista (75 vuotiailla 10%:lla merkittävä vika) saatiin valistusta.

Lääkärikäynneillä kannattaa siis vaatia sydämen kuuntelua, vaikka ei oireita olisikaan (yli 80-kymppisillä neljäosalla on eteisvärinärytmi) Valtimonkovettumistaudeista tuli infoa. Tautia on, vaikka Pohjois-Karjala-projekti paransi aikanaan tilannetta pysyvästi etenkin miesten kohdalla. Vuonna 1969 työikäisiä miehiä kuoli sepelvaltimotautiin 3567, vuonna 2019 määrä oli 607. Naisilla hormonitoiminta (estrogeni) pelastaa tilannetta.

Korviin tarttui vielä:

Diabetes on hyvin perinnöllinen tauti. Rasvamaksa on jo neljäosalla suomalaisista.

Lihominen nostaa verenpainetta, lisää kihtitaipumusta sekä lisää munuaisten vajaatoimintaa.

Verenpaine on tärkeä

Matala verenpaine aiheuttaa kaatumisia, jolloin verenpaineesta on huolehdittava niin, että se pysyy riittävän korkeana, jotta pysyy pystyssä. Verenpaineen mittausohjeet saatiin (suositus 135/85). Järki käteen arvoissa ja mittaustilanteissa. Asia lienee useille omakohtaisesti selviö.

Liikuntaa ja lisäliikuntaa

Tärkeänä kunnon ylläpitämisen asiana painotettiin liikuntaa ja lisäliikuntaa! Uni on terveyden kannalta tärkeä asia. Sen puute aiheuttaa lihomista, mikä lisää uniapneaan (1,5 milj. suom.) sairastumista.

Uniapneassa syvän unen katkot estävät rentouttavan unen, jonka merkitys on aivoille tärkeä. ”Jopa vanhalla iällä saattaa hyvän unen aikana muodostua uusia aivosoluja”, tohtori tiesi. Laadukkaan unen saamiseksi kannattaa satsata makuuhuoneeseen ja olosuhteisiin siellä.

Jos joutuu olemaan viikon ajan vuodelevossa, neljäososa lihasvoimasta häviää. Pittempiaikainen makuuttaminen johtaa kovinkin pitkään kuntoutukseen. **Jatkuu...**





"Anne oli neulonut koko yön kiitossukkia..."

jatkoa... Painehaavapotilaan kääntämisestä pitää huolehtia riittävän usein, ettei jouduta tekemään amputaatiota. Polvikulumuinkin ("jos ei ole luu luuta vasten") auttaa liikunta, kunhan ei trampoliinilla hypi.

Maatessa hengitys, verenkierto ja kiertävä verivolyymi heikkenevät, mieliala laskee ja altistuu sekavuudelle.

Sairausepäilystä vastaanotolle

Deliriumia (sekavuustila) laukaisevia tekijöitä ovat stressi, kipu, univaje, liian vähäiset tai runsaat ulkoiset ärsykkeet ja vieras ympäristö. Sairausepäily-

ly vaatii päivystyksellisiä tutkimuksia.

Gerastenia (hauraus-, raihnausoireyhtymä) on ikääntymisestä ja elinjärjestelmien heikentymisestä aiheutuva terveydentilan heikentymä, jossa elimistön stressinsieto- ja vastustuskyky on heikentynyt. Sen oireita ovat painonlasku, uupumus, hidastunut kävelynopeus, vähäinen fyysinen aktiivisuus ja lihasheikkous.

Testi paljastaa

Testi: kävely 4 m, kesto yli 5 sekuntia, tai istutaan nojallisessa tuolissa, nousee ylös, kävellään kolmen metrin päähän ja istuudutaan takaisin (tug = time up and go-testi), kesto yli 10 sekuntia. Aikojen ylitys voi viitata gerasteniaan. Tällöin tilanne tarkistetaan esim. fysioterapeutin käynnin yhteydessä kuntosalilla.

Tarvitaan kuntoutusta liikkumisen elvyttämiseen, lihasvoiman kasvatamiseen ja kestävyuden parantamiseen. Mahdollisesti tarvitaan apuvälineitä.

Toki pari vinkkiä kohdistettiin miehillekin, brändin mukaisesti.

Edunvalvontavaltuutuksen teko ajoissa on niin tekijän kuin läheistenkin myöhempiä fyysistä ja henkistä elämää helpottavaa.

Tuhti paketti painui korviin. Kuultiin sairauksista tilanteissa, joita voi tulla kohdallamme. "Liike on lääke" sai uuden konkreettisen, itseäkin koskevan voimakkaan kehotuksen/käskyn.

Teksti ja kuvat: Marjut Lainio



...hän taitaa pitää niistä?"



"Mä vien nämä Ullalle."

TERVEHDYS KELOLAISET

Kolmas vuosi aloitettiin koronan kurimuksessa. Joku voi ajatella, mitäpä tuo asia eläkeläisiä haittaa, pysyköön kotonaan. No niin, sanoi suomalainen, kun pikaria kallisti. Kylläpä se meitä haittasi monellakin tapaa, harras-tukset, matkailu, teatterit sekä yhdistystoiminta lakkasivat tai jäi tauolle.

Moni sairastui koronaan, liikunta jäi vähäiseksi, kauppaan ei uskallettu lähteä, vaikka oli eläkeläisten ostostunti erikseen. Saatikka taloudelliset tappiot yhteiskunnalle. Valtio maksoi koko väestöllemme koronarokotukset koronaepidemian takia, ym. ylimääräiset kulut sekä korvaukset.

Kulttuuriala joutui taloudellisuuden kurimukseen sulkutilan vuoksi. Me eläkeläiset olemme yksi ryhmä kulttuurin suurkuluttajia. Meidät määrättiin olemaan kotona, tosin ei ollut mitään tilaisuuksiakaan mihin mennä. Ne teatterimatkat ym. toiminnot, joita oli järjestetty, jouduttiin perumaan, siis suunniteltiin, peruutettiin, suunniteltiin, peruutettiin.

Kosketti korona minuakin, sairastuin koronaan joulukuun alussa. Oli pientä nuhaa ja kurkku tuntui karhealta. En olisi käynyt korona testissä, ellei olisi ollut perhejuhlat tiedossa. Karanteenissa olin kymmenen päivää. Tauti ei sen kummemmin pahentunut, hyvin terveydenhoito kohdallani toimi, em. aikana soitti terveyden hoitaja kaksi kertaa ja lääkäri kerran. Molemmat kyselivät oireita ja jaksamista, antoivat ohjeita ja kyselivät sekä saanko apua kaupassa käyntiin ja jne. Kotikaranteeni tarkoitti sitä, että ystäviä ei saanut tavata, ulkoilla sai, naapurin Tuula toi ostokset ovelle.

Tätä kirjoittaessani on helmikuun 19 päivä 2022. Tänä aamuna näyttää jo paremmalta. Valtiovalta suunnittelee yhteiskunnan avaamista vaiheittain. Toivotaan, että maaliskuussa päästäisiin taas uuteen normaaliin elämään.



Juhlat siirtyivät

Kyllä meitä Hesalaisia harmitti, kun ei saatu pitää yhdistyksemme 65-vuotisjuhlaa. Juhlatoimikunta oli tehnyt juhlan eteen paljon töitä, ja jouduimme perumaan juhlan kolme kertaa koronarajoitusten takia.

Saimme kuitenkin vuosien varrella pitää 50 ja 60 vuotisjuhlata, joissa sain olla mukana. Erityisesti yhdistyksemme 50 vuotisjuhla on jäänyt mieleeni, koska sain siellä pitää juhlapuheen.

Puheet pysyvät

Miksi tuo kirjoittaa vanhoista asioista moni varmaan ajattelee. Vastaus tulee, kun kirjoitukseni etenee. Seuraavassa muutamia kohtia puheestani: "Olen tehnyt pitkän työurani vanhusten parissa ja erilaisissa järjestötehtävissä, viimeiset viisi vuotta eläkeläisten hoito-, hyvinvointi ja ennaltaehkäisevän työn parissa. Kinaporin palvelutalossa ja palvelukeskuksessa". Olen saanut toimeenpanna hyvinvointiyhteiskunnan palveluiden tuottamista, joiden vaikutus on jo nähtävissä ja koettavissa eläkeläisten arjessa, osallistumisessa yhteisiin tilaisuuksiin, kunnon kohentamiseen, sairauksien ennaltaehkäisyä tiedostamisen tarpeeseen. Tänä päivänä em. on edelleen mukana meidän arjessamme, tosin voimme vielä kehittää uusia toimia eläkeläisten vireyden ylläpitoon. Yhteiskunnan tulee omalta osaltaan auttaa eläkeläisten toimintaa antamalla kokoontumistiloja, sekä tukea taloudellisesti. Nyt on ollut Helsingin kaupungilta haussa erilaisiin projekteihin tukirahaa. Haittapuolena on siinäkin erilaisten yhdistysten ja kerhojen jäsenten ikääntyminen, kun kaikki pitää nykyään hakea netistä. Miten haetaan, kun nettiä ei ole eikä osata käyttää. Siinäpä on vielä tekemistä, että nettiä saadaan jokaiseen kotiin.

Edelleen katkemia puheestani, tämä siis vuonna 2006. Luettelen tässä muutamia asioita, joiden kanssa jouduimme tekemään työtä eläkeläisten näkökulmasta. Se on uusi teknologia - soolopalvelut – kaikille kiinnostuneille mahdollisuus oppia ja opetella tietotekniikkaa esim. kirjastoissa, palvelukeskuksissa, jopa saada kotiin opetusta.

Jatkuu...

...jatkoa

Digitaitoja tarvittaisi

Edelleen vuonna 2022 tarve oppimiseen on lisääntynyt sähköisen tiedottamisen ja asioimisen suhteen. On tullut uusia tiedottamiskanavia mm. terveydenhoitoon. Meillä Hesassa on sellainen kanava, nimeltään Maisa, mistä pitäisi osata tilata aika terveyskeskukseen, lukea kokeiden tulokset sekä pitää yhteyttä kirjallisesti hoitotiimiin. Tässä kohdassa voi sanoa, että on aikoihin eletty. Tästä "kelkasta" putoavat taas ne eläkeläiset, joilla ei ole tietokonetta, tai evät osaa sitä käyttää.

Tässä paikassa on nyt yhdistysten / Keloliiton paikka valvoa eläkeläisten etuja, tietotekniikka jokaiselle tutuksi. Asia on vaikea, yhteiskunnan tukea tarvitaan todella paljon.

Yhteistyötaidot ovat näissäkin asioiden ajamisessa ykkösasia. Puhutaanpa nyt eläkkeistä. Vuonna 2006 juhlapuheessani toin esille, että meitä eläkeläisiä on lähes 1,5 miljoonaa eläkeläisäänestäjää. Voi sanoa, että isompi joukko, jonka ääni pitäisi kuulua! Eräiden selvitysten mukaan eläkkeet nousivat viime vuosikymmenellä 9 % ja palkat 14 %, nyt tarvitaan erillinen eläkeindeksi epäkohdan poistamiseksi. Leivästään eläkeläinen maksaa saman kuin palkkatuloilla elävä.

Kuinkas on tänään vuonna 2022? Eläkeindeksi on edelleen korjaamatta, tai olisi mahdollisuus edes joitakin toimenpiteitä, joita pitäisi asian hyväksi tehdä. Asia vaatii kovaa "vääntämistä" kun kaikki kansanedustajatkaan eivät ole asian takana. Pidetään asiaa vireillä yhteisesti suurella äänellä. Josko se joskus onnistuisi.



Mummon mökki
maaliskuussa

Edullisempaa joukkoliikennettä

Seuraavassa jatkan v.2006 puhettani, siinä tulee esille, kuinka kauan asioita "jauhetaan" niin, että joskus tulee tulosta. Matkustuskustannuksista sanoin: "Yhdistyksemme on lähettänyt esityksen eläkeläisten, matkalippujen alennuksista kaupunginhallitukselle." Esityksen saatesanoissa sanoimme, että moni eläkeläinen matkustaisi mielellään torille ostoksille tai vaikkapa kahveille näkemään tuttuja. Mutta kertamaksu 2,20 € edestakaisin 4,40 € on jo niin paljon monen eläkeläisen taloudessa, sillä saisi päivän ruuat. Eläkeläisalennukset lisäisivät ainakin matkustajien määrää. Kuinkas sitten kävikään esityksellemme, meni muutama vuosi ennekuin saatiin tulosta, vaikka esitys lähti jo 2005 eläkeläislippualennukset tuli voimaan vuonna 2019 tosin aikarajoituksin. Siis vuosia kului 14. Miettikääpä sitä, jos eläkkeistä (eläkeindeksi) tehtäisiin esitys nyt, montako vuotta sitä jauhettaisiin eduskunnassa, ja kuinkahan moni meistä siitä hyötyisi. Siksi toiseksi netissä liikkuu niin monta kansalaisaloitetta eläkeindeksistä, että niistä ei ota selvää tossuntallaajaakaan. Pitäisi löytää

keino, jolla asioiden päätöksentekoa voisi nopeuttaa saada oikeaa tietoa, jonka voisi allekirjoittaa!!!

Palaan tähän päivään. Vanhusneuvostot, koko suomessa ovat ottaneet sille kuuluvan aseman ja tuoneet suunnitelmat, lausunnot sekä toteutukset lähemmäs meitä palveluiden käyttäjiä, palvelun saajia, Niin pitääkin olla. Olen Helsingin vanhusneuvoston jäsen. Saimme yhdistyksestämme sinne varsinaisen ja varaedustajan.

Kulttuurinkäyttäjinä olemme edelläkävijöitä, yhteiskunnan hyviä veronmaksajia, pidämme osaltamme kansantaloutta pyörimässä. On meillä eläkeläisillä etuoikeuksia, niitä ei vaan tule aina huomanneeksi. Voimme osallistua erilaisiin tilaisuuksiin, niitähän tarjolla, jos monenmoista vieläpä maksuttomia. Etuoikeus on myös se, että voimme lähteä yhteisille retkille, matkoille, teatteriin tai ulkomaille milloin vain odottamatta vapaapäiviä tai lomiam. Helpotus on myös, ettei tarvitse olla valan kahvassa kiinni, kunhan muistaa vaan aina käydä äänestämässä, silloin on vaalit.

Sotiemme sankareiden ja veteraanien työtä itsenäisen Suomen puolesta ei saa unohtaa. Meidän tehtävämme on kertoa nuoremmille sukupolville itsenäisen Suomen juurista. Itsenäisyys- korostuu etenkin tänä päivänä, kun seuraamme Ukrainan Kriisiä, hartaasti toivon, että tilanne ratkeaa rauhanomaisin keinoin.

Lopuksi siteeraus liikuntaneuvos Eevi Kaasisen sanoin "Meidän ei enää tarvitse mennä ja tulla, ei päteä, ei potea, ollaan vaan – Mutta ei sanota niille poteville, päteville, meneville, tuleville – miten mukavaa meillä on", pienentävät vielä eläkkeitä. Mutta kuitenkin, kaikesta huolimatta, ollaan valppaina, uudistusten sekä eläkeläisten etujen valvonnassa.'

Hyvää kevättä! Terveisin, **Liisa Hangonmäki**.

HILKKA ORRENSALO – YHDISTYSAKTIIVIN ELÄMÄNILOA VUOSIKYMMENIEN VARRELTA

Teksti: M Lainio 2.3.2022, kuvat Hilkan arkistosta ja haastattelun yhteydessä otettuja

Lapsuusaikaa

Hilkka Orrensalo syntyi Yläneen Rannanmäessä 29.5.1927. Sisaruksia Hilkalla oli isovelji ja pikkusisko. Koulutien alkaessa opinahjo sijaitsi lähes kotipihan kupeessa 300 metrin päässä, mutta vuoden kuluttua muutto lisäsi tepasteltavaa taivalta kymmenkertaiseksi, mikä kolmen kilometrin rupeama kuljettiin jalkapatikassa tai talvella hiihtäen. Naapurin lasten kanssa osattiin ja uskallettiin oikaista umpimetsän poikki, jolloin aikaa myöten askelten painalluksista muotoutui polku. Luonnossa kulkiessa kehittyi oiva suunta-vaisto, josta oli hyötyä myöhemmin ympäristöön suuntautuvilla useilla marja- ja sienestysretkillä.



Työ kutsuu

Koulun jälkeen perhe muutti Pöytyälle ja Hilka löysi työtä lähikunnasta, Auran osuuskaupan kahvilasta. Parikymppisenä löytyi ”isosta kylästä” Turusta asunto ja työ Asan radiotehtaalta, jonka tuotteista varmaan jokainen meistä on aikoinaan päässyt nauttimaan. Nimittäin Asa-radion pehmeä sointi oli tuttu 40-50-luvulla lähes jokaisessa kodissa.

40-luvun lopulla Hilkan elämään ilmestyi Pentti, jolloin eteen tuli avioliiton solmimisen aika. Yhteinen koto löytyi aluksi Hilkan tyttöaikaisesta asunnosta, josta siirryttiin vuodeksi asumaan Pentin kotiin.

Molempien ajatuksissa siinsi haave omakotitalosta ja unelman toteuttaminen käynnistyi rakennusprojektilla kun naapurikunta Liedosta löytyi sopiva tontti.

Rakennusvaiheen aikana työajan jälkeen poljettiin pyörällä yhdeksän kilometrin matka edestakaisin Turkuun. Liedon kodissa asuttiin 8 vuotta ja myöhemminkin sitä käytettiin vielä kesäpaikkana.

Pienen muualla asumisen jälkeen ihastuttiin uuteen, idyllisessä Porsan puutalokorttelissa sijaitsevaan asuntoon, jossa Hilka asustelee vieläkin.



Hilka ja lempitakki



Hilka ja Osmo Tarmi portailla

Ammatti löytyy

Televisio teki tuloaan ja radion suosio hiipui aiheuttaen Asalla työvoimatarpeen vähenemisen. Naapurissa asuva ystävä pyysi Hilkalta apua lääkkeiden annosteluun toivoen myös vierailukäyntejä turvakseen. Toisen avustaminen herätti ajatuksen, että tätä voisi tehdä ammatikseen. Siis katsastamaan kaupungin työtarjontaa ja näin kotiavustajan pesti alkoi.

Monipuoliseen työnkuvaan sisältyi asiakkaalta kaupungin maksujen kerääminen, olttiin mukana lääkärikäynneillä ja sosiaaliasioita hoitamassa. Siivoaminen muodosti kattavuudellaan oman lukunsa työtehtävien kirjossa. Siihen aikaan kotiavun **jatkuu...**

...jatkoa ...tehtävään saattoi kuulua maton pesu rännistä tynnyriin uitetulla kylmällä vedellä. No, tätä ei osunut Hilkan tehtäväksi. Koteihin oli kuitenkin pääsääntöisesti rakennettu vesiputket, joten ”ämmänlankiä” veden kantoon ei tarvittu. Ennen Hilkan jäämistä eläkkeelle siivouksessakin tapahtui asioiden järjeistämistä.

Työpisteet olivat suhteellisen lähellä olevissa naapurikaupunginosissa.

Ihan naapurustossa tehtäviä töitä ei kuitenkaan yleensä haluttu, koska ohikulkevat tutut, ainakin ulkosalla puuhatessa, pysähtelivät herkästi juttelemaan viivyttaen työntekoa ja haitaten asioiden salassapitoakin.

Työvuosia Hilkalle kertyi Turun Kaupungilla 21,5 vuotta.



Hilka Orrensalo ja Aulis Laakso

Ammattiliitossa

Ammattiliittoon Hilka liittyi ensimmäisenä mahdollisena päivänä. Kotiavustajien piirissä koonnuttiin myös yhdistystyyppisesti. Kirjanpidon saloihin Hilka oli saanut tuntumaa kouluttamalla kurseilla ja taidolle oli käyttöä heti hänen ensimmäisessä luottamustehtävässä, jossa hän toimi tilintarkastajana. Ennen ei kovinkaan tarkasti ymmärretty kuittien kirjaamisen tarpeellisuutta. Rahavarojen tarkastuksen yhteydessä ryöpsähti pöydälle paperipussista ravisteltujen kuittien rökkiö. Hilkan kehoituksesta tilanteelle näytettiin stoppia, tiedot koottiin järjestykseen löytyneeseen ruutuvihkoon ja kokousta pystyttiin onnistuneesti jatkamaan. Asiasta otettiin viisaasti opiksi ja kuitit olivat jatkossa varmaankin ruodussa.



Hilka Orrensalo ja Mattila

Oma ammattiyhdistys tarvitsi hallitukseensa osaavaa henkilöä ja sihteerin paikkaa tarjottiin Hilkalle. 80-luvun lopulla edistyksellinen yhdistys hankki tietokoneen, jota Hilkkakin sai käyttää.

Eläkkeelle

Eläkkeelle Hilka jäi 1990. Emoyhdistys KTV os. 36 oli lopettanut lapinmatkojen järjestämisen ja Hilka kysyi, voisiko hän ottaa matkajärjestelyt hoitaakseen eläkeläisten matkoina. Näin tehtiin ja Lappiin suuntautuvia matkoja ulotettiin Norjankin puolelle.

Eri yhdistykset tarvitsivat tapaamisiinsa ohjelmaa, johon pyydettiin Hilkan ideointiapua. Parhaimmillaan kuvioissa oli neljäkin yhdistystä, jotka Hilka organisoivat yhtäaikaan nauttimaan ohjelmatarjonnasta. Varsinkin jos yhdistykset mahtuivat yhtäaikaan tapahtumiin.

Useilla ulkomaan matkoilla Hilkan englannin kielen taito riitti hyvinkin pikkuasioiden hoitamiseen ja uskallusta riitti hauskaan jutusteluun paikallisten kanssa, niin ettei ”ihan kamelista myyty”.

Eläkeläiskerhon perustaminen

Muutamia eläkkeelle siirtyneistä työtovereista tunsivat itsensä juurettomiksi, koska toisten tapaaminen jäi harvinaiseksi. Aktiiviselle, juuri eläkkeelle jääneelle Hilkalle ehdotettiin eläkeläisyhdistyksen perustamista. Pyyntö esitettiin KTV os. 36:n hallitukselle, joka suhtautui asiaan hyvin myötämieleisesti. Hakemus vietiin vielä liittoonkin, joka näytti vihreää valoa. Eläkeläisyhdistyksestä tuli näin ”emoyhdistyksensä” yksi alajaosto.

Perustava nuijankopautus kuultiin 16.10.1990. Koollekutsuminen ja puheenjohtajuus tulivat Hil-

kan tehtäväksi vuoteen 1995 asti ja sen jälkeen hän jatkoi sihteerinä vuoteen 2010 asti.

Historiikki

Hilkka on kirjoittanut JHL Turku eläkeläiset ry:n historiikin vuosilta 1990-2010. Historiikista löytyy niin hallituksen jäsenet kuten prikulleen kaikki tehdyt matkat ja koetut tapahtumat. Tällainen historian kerääminen alkaa olla korvaamatonta ja harvinaistuvaa kulttuuritekoa. Itse löysin historiikista tiedon Kelon Kulttuuri- ja retkeilypäivien tilaisuudesta v. 2005 Turussa.



Hilkka Orrensalo Itse

Rakkaalla yhdistyksellä oli monta nimeä

Turun kaupungin viranhaltijat KTV ry eläkeläisjaosto- nimisenä toimittiin vuoteen 2000, jolloin liitettiin KELO-liittoon ja rekisteröidyttiin. Jaosto(sana) ei kelvannut patentti- ja rekisterihallitukselle, joten nimen perään muutettiin sana -kerho. Viimeisin ja voimassa oleva nimi on JHL Turku eläkeläiset ry (KTV lakkasi ja JHL tuli tilalle 2005)

Kelossa vuodesta 2000

Aluksi kerhon edustajana liiton hallituksessa oli yhdistyksen puheenjohtaja Hilkka. Hilkka kuului myös liiton tiedotusryhmään, joka julkaisi Kelolainen-lehteä.

Liittoon liittymisen myötä tuli mahdollisuus juhlistaa muistamisia liiton pöytäviirillä. Hilkka toimi myös yhdistyksen lippukirjanpitäjänä.

KELO vaati alkuvuosina jäsenluettelot sähköisenä, silloin Hilkka hoiti yhdistyksen jäsenasiat liittoon. Nykyään Kelolla on tiedot vain yhdistyksen toimihenkilöistä. Ennen Keloonkin liittymistä yhdistyksen jäsenluettelo oli Hilkan kontolla.

Historiaa KELO:n tiimoilta

Kelo järjesti joka toinen vuosi Ideapäivät ja toinen vuosi Kulttuuri- ja retkeilypäivät. Turkulaisten järjestettäväksi osui vuoden 2005 Kelon Kulttuuri- ja retkeilypäivien järjestäminen. Pääjuhla pidettiin Caribiassa, jossa läsnä oli 280 kelolaista ympäri Suomea ja viitisenkymmentä omaa väkeä. Juhlaväelle järjestettiin kaupunkikiertoajelu Turussa ja tutustuminen ainutlaatuisen Aboa Vetus-museoon. Lisäksi seilautettiin vieraita Förillä Aurajoen yli Turusta Åboon.

Huoneet oli varattu Caribiasta, mutta ennen juhlaa ilmoitettiin, että osa majoitetaankin muualle ylibuukkauksen takia. Syykin selvisi, kun hotellin ympäristössä parveili diplomaatteja ja arvokkaan näköistä väkeä. Samaan aikaan oli Venäjän presidentti seurueineen vierailulla Turussa ja Naantalissa. Osa heidän ryhmästään majoitettiin alunperin kelolaisille varattuihin tiloihin. Pienen patistelun jälkeen hotelli kuitenkin järjesti niin, että vieraamme saivat mielestään runsaan korvauksen muutoksesta ja olivat ihan tyytyväisiä.

Asioihin vaikuttamassa

Eläkkeellä ollessaan Hilkka on ollut kolmena kautena varavaltuutettuna Turun kaupungin valtuustossa ja lisämeriittinä on Vanhustuen ja Sydänliiton vapaajäsenyys. Vanhustuen ystävätoiminnassa Hilkka oli saman henkilön (nyt jo edesmenneen) ystävänä 9 vuotta.

Taitavuus kasautuu usein yksille ja samoille henkilöille. Näin on myös käynyt Hilkankin kohdalla. Työväenopiston tiloissa Hilkka on paukutellut kangaspuilla kotiinsa niin pöytäliinoja kuin mattojakin. Vain yksi matto on ostettu! Hilkan varjelemaa 30-luvun korukuvioista korkkimattoa peittää taidokas paksu neliökuviainen matto, jonka kääntöpuolella on eriväriset kuviot. Sukkia tietenkin on jälkikasvulle neulottu pilvin pimein. Hilkalla on poika ja tytär. Lapsenlapsia on 6 ja lapsenlapsenlapsia kolme, mutta määrä karttuu vielä kaksosilla, jotka ovat pikapuoliin syntymässä sukuun.

Tietokonella piirtely

Mitähän tästä runsauden sarvesta jäi puuttumaan? Ai niin, vaikkapa se tietokoneella piirtely. Äärettömän paljon on Hilkkalle kertynyt kokemusta asioista ja näkemystä maailmanmenoon vuosikymmenten aikana. Pöydällä tietsikka ja tabletti seuranaan pari kännykkää. Hilkkalla on tallella pino albumeja, joihin olisi kiva saada vielä tarkempia tietoja kuvien henkilöistä. Löytyyköhän muita konkareita kuvatalkoisiin? Aikaansa seuraavana Hilkkaa huoletti Ukrainan tilanne ja hän kommentoi herkästi, että luovuuden voimavara pitäisi käyttää paremmin.

Haastatteluvierailulla käyneet Hilikka Mattila ja Marjut Lainio kiittävät lämpimästi kuulluista värikkäistä elämäntapahtumista.

Alla Hilkan viiririvistö



Liian moni uskoo, että Suomella ei ole varaa hyvinvointivaltioon. Tämän takana on harhaluulo, että ihmiset elävät rahasta. Oikeasti me elämme muusta luonnosta ihan kuin muutkin eliöt. Hyvinvointi riippuu siitä, osaammeko kunnioittaa muutakin elämää ja sopia oman lajimme kesken maapallolle kohtuullisesta kulutuksesta ja tuotannosta.

Suomen uusille hyvinvointialueille aukeaa nyt oikeus korjata sekä sosiaali- että terveydenhuollon peruspalvelut. Se vaatii kuitenkin tarpeeksi remonttiväkeä kaikenkokoisista kunnista. Aluevaltuutetut pitää vetää mukaan myös paikallisiin keskusteluihin.

Hyvät palvelut eivät synny ilman jaksavia ammattilaisia. Tärkeintä on perustaa monipuolisia sosiaali- ja terveysasemia ja -keskuksia. Myös päivähoitossa ja kouluissa on oltava perheille ja työntekijöille avoin yhteys paikallisiin soteasemille ja -keskuksiin.

Yksityiset sosiaali- ja terveysyritykset valitsevat edelleen maksukykyisimpiä asiakkaita. Se aiheuttaa työntekijäpulaa varsinkin kuntien ja jatkossa myös hyvinvointialueidenkin palveluissa. Pienituloiset joutuvat sen takia jonottamaan jatkossakin erityisesti peruspalveluja.

VALTAKUNNALLISET ELÄKELÄISJÄRJESTÖT VENK RY

Eläkeläisjärjestöjen yhteistyötä viriteltiin jo 1960-luvulla. Ensimmäinen pöytäkirjattu kuuden eläkeläisjärjestön neuvottelu oli 1977. Yhteistyö lisääntyi 70-luvulla ja ensimmäinen puheenjohtaja Valtakunnalliselle eläkeläisjärjestöjen neuvottelukunnalle VENKille valittiin vuonna 1984. Keskustelua rekisteröidystä katto-organisaatiosta käytiin 90-luvulla, mutta se ei johtanut tulokseen. VENKin ohjesääntöä muutettiin vuoden 2002 alusta ja siihen otettiin lisää jäseniä. Silloin mukaan tuli myös Veteraaniohjelmat ry ja muita ammattialapohjaisia järjestöjä. Jäsenmäärä lisääntyi vielä tammikuussa 2006 ja oli 14 järjestöä. Kesäkuussa 2006 VENKistä erosi 6 järjestöä: Eläkeliitto ry, Eläkeläiset ry, Eläkkeensaajien Keskusliitto EKL ry, Kansallinen Senioriliitto ry, Kristillinen Eläkeliitto ry ja Svenska pensionärsförbundet rf, jotka perustivat oman yhteistyöelimen.

Jäljelle jääneet liitot päättivät jatkaa Valtakunnallisen eläkeläisjärjestöjen neuvottelukunnan toimintaa. Rekisteröintiä alettiin myös valmistella välittömästi. Se toteutettiin 18.3.2008. Järjestön nimeksi tuli Valtakunnalliset eläkeläisjärjestöt VENK ry.

VENKin hallituksessa on puheenjohtaja sekä yksi jäsen jokaisesta jäsenyhdistyksestä. Puheenjohtajan ja hallituksen jäsenten toimikausi on kaksi vuotta.

Valtakunnalliset eläkeläisjärjestöt VENK ry on lähinnä ammattialapohjaisten valtakunnallisten eläkeläisjärjestöjen muodostama järjestö.

VENK ry:hyn kuuluu kuusi valtakunnallista eläkeläisjärjestöä: Julkisen alan eläkeläisten liitto KELO ry, Oikeutta Eläkeläisille ry, Opetusalan Seniorijärjestö OSJ ry, Päälystöliiton evp-yhdistys ry, Suomen Ruskaliitto ry, VR Eläkeläisten Liitto ry.

VENK ry edustaa tällä hetkellä jäsenyhdistystensä kautta noin 30 000 seniorikansalaista.

Sääntöjensä mukaan VENK ry toimii eläkkeensaajien edunvalvojana, tekee esityksiä ja aloitteita sekä antaa lausuntoja, pitää yhteyttä vanhus- ja eläkeasioiden neuvottelukuntaan, seuraa Euroopan unionin sosiaali- ja eläkepoliittisia linjauksia, edustaa jäsenjärjestöjään yhteisesti sovitussa asioissa, edistää ikäihmisten tasavertaisuutta yhteiskunnassa sekä heidän etujensa ja oikeuksiensa toteutumista, tekee tunnetuksi jäsenjärjestöjensä toimintaa.

VENK ry on poliittisesti sitoutumaton ja ajaa kaikkien seniorikansalaisten asiaa. Yksi tärkeimmistä asioista on eläkkeiden ostovoiman säilyttäminen ja jopa kohottaminen. Lisäksi olemme huolissamme yhteiskunnan digitalisoimisesta koska varsin suuri osa seniorikansalaisistamme ei osaa/pysty hyödyntämään sitä. Melko suuren joukon eläke ei mahdollista nettiyhteyksien ja koneiden hankintaa.

VENK ry:n hallitus kokoontuu joko verkossa tai kasvotusten muutamia kertoja vuodessa. Käytämme myös sähköpostia yhteydenpidossa. Hallituksessa käsittelemme jäsenyhdistysten esiin tuomia asioita. VENK ry:n hallitus antaa yhteisiä lausuntoja, joita on pyydetty meiltä tai olemme huomanneet, että niistä on pyydetty muilta eläkeläisjärjestöiltä. Olemme päässeet aika mukavasti eri ministeriöiden postituslistoille.

VENK ry toimii kuten muutkin rekisteröidyt yhdistykset eli vuosikokous tekee linjaukset, joita hallitus toteuttaa. Näin ollen jokainen jäsenyhdistys saa äänensä kuuluviin halutessaan.

LAUSUNTO JOUKKOLIIKENTEESTÄ

JULKISEN ALAN ELÄKELÄISTEN LIITTO KELO RY LAUSUNTO 3.2.2021 VENK RY
VALTAKUNNALLINEN LIIKENNEJÄRJESTELMÄSUUNNITELMA VUOSILLE 2021-2032
SUUNNITELMALUONNOS JA VAIKUTUSTEN ARVIOINTI

- Kaikilla, myös vanhuksilla, tulee olla yhtäläiset oikeudet julkisen liikenteen saavutettavuuteen. Jos julkista liikennettä ei ole riittävästi, täytyy olla muita tapoja varmistaa liikkumisen mahdollisuus mm. kutsukyydit, taksit jne julkisen liikenteen hinnoilla.
- Pyöräilyreittien rinnalla on myös kehitettävä mahdollisuutta kulkea jalkaisin ja apuvälineiden avulla mm. rollaattorin kanssa.
- Oman auton käyttö mahdollistettava myös sähköautoihin siirryttäessä. Eläkkeellä tulotaso on noin 60% työssäkäyviin verrattuna. Tämä rajoittaa uuden sähköauton hankintaa koska autot ovat kalliita. Latausinfra käyttö ja hallinta, esim. joka latausasemalla oma appi, ovat liian vaikeita suurelle osalle ikäihmisiä. Ladattavan sähkön hinnoittelu vaihtelee reilusti latausasemittain ja aiheuttaa kustannuksia.

OUTO JOULU ITALIASSA

Matkasta Italiaan miniän sikäläisen perheen kanssa joulun viettoon oli sovittu jo edellisenä yhteisenä jouluna Suomessa. Silloin oltiin Pyhätunturilla maskeihin verhottuina ja käytiin vähän pelokkaina paikan ainoassa pienessä kaupassa ostoksilla. Ei olisi voitu kuvitellakaan, että maskeja käytetään vielä seuraavanakin jouluna.

Pohdittiin puoleen ja toiseen: uskallammeko lähteä Italiaan ja jos lähdemme, miten tehdä kaikki mahdollisimman turvallisesti. Kaikki rokotukset otettiin ja varattiin hotellihuone meille vanhuksille sen sijaan että olisi asuttu miniän vanhempien talossa kuten alkuperäinen suunnitelma oli. Toki sitten kävimme 'kylässä' eli pääosin istuimme ihanassa aurinkoisessa pihassa.

Roomassa

Matkaan lähdettiin muutama päivä ennen joulua lähes autiolta Vantaalta lähes tyhjässä lentokoneessa. Rooman kentällä sentään oli vähän eloa, mutta ei sitä tavanomaista huisketta eikä väenpaljoutta.

Tarkoitus oli alunperin ollut viettää italialaista joulua koko suvun kesken, ravintolassa, hyvin syöden ja pitkää iltaa istuen. Perheellä on traditio samasta ravintolasta, jossa on taattu hyvä taso ja tutut perinteet.

Nyt oli koronan takia kuitenkin muutettu suunnitelmia niin, että samasta tutusta ravintolasta oli tilattu jouluruoka kotiin. Mutta ... kuten lukija jo arvaa, iski koronavirus miniän isään ja kaikki muuttui kuin taikakustasta. Miniän vanhoja italialaisia sukulaisia ei uskallettukaan tavata, joten yhteinen jouluateria peruttiin. Harmillista, mutta minkäs teet.



Jouluaatto

Lopputulema oli, että vietimme jouluaattoilta kahdestaan mieheni kanssa hotellihuoneessa. Pääruokana oli noutopizza (sentään oltiin Italiassa), mutta oli myös muuta hyvää. Kaikkea ihanaa noutoruokaa on tarjolla kuten vaan Italiassa voi olla. Ja hyvää italialaista viiniä...

Sitä ennen kävimme jouluaattona junalla Rooman keskustassa. Sää oli aurinkoinen ja kävelimme paljon. Espanjalaisilla portailla oli hääpari, ...italian style ... valokuvattavana kuten aina ennenkin ja myöskin portailla istuskelijoita riitti. Väkeä oli liikkeellä, lähes kaikilla huolellisesti maskit kasvoilla.

Istuimme pienellä aukiolla olevassa ravintolassa ulkona ja seurasimme elämänmenoa. Nuori nainen pysäköi auton, monien peruutusten ja vaiheiden jälkeen niwini pieneen tilaan, että moni ei tekisi samaa. Oikein teki mieli aplodeerata. Ehkä Italia opettaa tässäkin suhteessa. Pysäköintitilaa ei meikäläisen mielestä ole, mutta jotenkin siihen mahtuu.

Oheinen joulukuusikuva on otettu ravintolasta. Ei se nyt meidän lumista metsäkuusta vastaa, mutta kuvaa hyvin tätä 'riisuttua' italialaista joulua.

Piazza Navonalla ja monella muulla aukiolla oli joulutori. Käsittämättömät määrät kukkia ja elintarvikkeita ja ruokia oli myynnissä.

Pietarinkirkon kupoli nähtiin vilahdukselta junan ikkunasta. Siellä se oli .. korkea torni .. ei tullut nyt mentyä, Toisella kertaa sitten. Moni muukin suunnitelma jäi toteutumatta, mutta onhan taas yksi uusi matka, mitä suunnitella..

Happy End

Kun Italian lähisuvussa todettiin koronatapaus ja sitten vielä toinen, kaikki suunnitelmat yhteisestä joulusta muuttuivat etenkin kun suvussa on iäkäs nonna ja nonno. Me aikaistimme kotiin tuloa muutamalla päivällä. Lennon vaihtaminen vaati kyllä aikaa ja hermoja. Aikamoinen byrokratia, mutta onnistui lopulta. Takaisin päin lennettiin vielä tyhjemmällä koneella kuin oli mennessä.

Vähän haikeata oli lähteä etuajassa kotiin. Onneksi olimme ehtineet kävellä läpikotaisin Ladispolin pikkukaupungin ja sen merenrannat, istua monissa kahviloissa ja käydä pikkuravintoloissa. ja tietenkin Roomassa. Ja pääsehän sinne uudelleen, jos/kun tämä korona on joskus ohi.

Pirkko Hannula



Kotkan terveisiä.

Tätä kirjoittaessa ikkunastani ei näy kuin isoja lumikokkareita. Viimeyönä romahti talomme katolta koko lumimäärä alas.

Viimevuoden loppupuoli mentiin puolivaloilla. Kokoukset saatiin pidettyä.

Pienimuotoinen puurojuhla joulukuun alkupuolella voitiin pitää tarkkoja määräyksiä noudattaen. Uusi vuosi aloitettiin yleisellä kokouksella joka jäi viimeiseksi tapaamiseksi. Yhdistys jäi tauolle koronaepidemian laajetessa ja määräysten kiristytessä. Paikka missä kokouksia pidämme suljettiin.

Nyt maaliskuun alussa käynnistämme toimintaa uudelleen.

Suunnitteilla on teatteria ja myöhemmin keväällä teemme retken kaupungin leiripaikka Niinlahteen.

Kokouksia ja kerhoja pidämme Kumppanuustalo Viikarissa, joka on kaupungin omistama tila jota ylläpitää Korttelikoti. Maksamme korttelikodille pientä vuokraa siivouksesta ja tilojen vuokrauksesta. Lukollisen kaapin saa vuokrata missä voi säilyttää yhdistyksen omaisuutta.

Näin meillä Kotkassa mennään kevättä kohti.

Laila Väisänen, puheenjohtaja

Erik Marinin tervehdys

Karhulan kunnalliset eläkeläiset ry:stä

Ehkäpä tästä KORONA kurimuksesta vihdoin päästään. Olemme kuitenkin pitäneet yhteyttä mahdollisuuksien mukaan. Merkipäivät kuitenkin jouduimme kuittaamaan syksyllä yhteisillä kakukahveilla.



Jolulomalle läksimme 9/12

Pitkä loma päättyi 3/3

2022, Toivottavasti ei tule takapakkia. Meillä on tänä vuonna merkkipaalu yhdistyksen perustamisesta tulee 55 vuotta heinäkuussa. Toivotaan hyvää kesää ilman viime kesän pitkä helleä.

Hiihtolatu

Mutkitellen latu kulki lähimännikössä, umpihankeen hiihdellyt kai joku metsikössä.

Mätästä ja nyppylää on siellä ladun alla, mut' hiihto sujuu sillä murtomaastolla.

Tehtiin sitten latu-uraan vähän tasoitusta, latu-uran jälki näin eipä tule musta.

Eikä suksi töksätele mättään reunaan siellä, saa hiihtää niin kuin menis raidetiellä.

Riittänyt ei kauan sekään latu-ura meille, leveyttä täytyy tehdä niin kuin valtateille.

Siksi metsään raivattiin jo oikein laajakaistaa ja vapaan tyylin sukset siellä luistaa.

Konelatu helppo hiihtää, sitä enpä kiellä, ohjaus on suksille kuten rautatiellä.

Silti tulee joskus vanha luomuhiihto mieleen, nyt kehityksen suunta onko mennyt pieleen?

Sävel: Vesivehmaan jenkka

Kotikulmilla

Kulkeissani keväisillä kylän kujanteilla, kumikenkä kopsahteli koiran kokkareilla.

Koira kyllä kurkottelee ketoon kauemmaksi. kulku katkee kuljettajan köyden kiskomaksi.

Koivun kylkeen koira kaartaa koipi korkealla
Kaivaa kevään kuivan kulon kynsin kuopimalla.

Kävellessä kurkistelen kevään kukoistusta.

Korva kuulee kosteikosta konnan kurnutusta.

Katson kuinka kiuru kulkee, kohoo korkealle, kotikohtaan kiittää kovaa kedon kamaralle.

Kauempana katseltavaa kielon kukinnoissa, kulkijalle kuunneltavaa kuovin kirkunoissa.

Runojen tekstit:

Arvi Sivonen, Vantaan yhdistyksen edesmennyt jäsen

HYVINVOINTIALUEET TULEVAT

Ensi vuoden alusta käynnistyy koko maassa - paitsi Helsingissä - uusien hyvinvointialueiden toiminta. Kyseessä on Suomen historian suurin hallinnollinen kertamuutos.

Asioista päättämään valittiin valtuutetut tammikuussa. Vaalien aikataulu ja olosuhteet olivat onnettomat. Sen huomaa äänestyspassiivisuudesta. Muutoksen valmistelu on useimmilla alueilla lähtökuopissa, meillä Pohjois-Karjalassa ollaan jo varsin pitkällä, olemmehan harjoitelleet asiaa jo yhden vaalikauden.

Syynä rahapula

Muutoksen perussyy on valtakunnallinen rahapula. Kuntien rahat eivät riitä tuottamaan kansalaisten tarvitsemia sosiaali- ja terveyspalveluja. Olet varmaan pannut merkille ilmaisun ”leveämmät hartiat”. Sen vuoksi toiminnan rahoitus siirtyy valtion vastuulle. Muutoksen suuri tavoite on integroida sosiaali- ja terveyspalvelut suuremmalla alueella yhden toimijan hoitoon. Sen lasketaan hillitsevän kustannusten nousuvauhtia. Mistä kustannusten kiiwas nousu johtuu, onkin jo toisen jutun aihe. Mihin rahat nyt käytetään, kun ne eivät riitä varsinkin meille ikääntyville tärkeimpien palveluiden tuottamiseen, on jo kolmannen jutun aihe.

Tarvevakioitu rahoitus

Kustannusten hillitsemisen perusidea on tarvevakioidut kustannukset ja siitä seuraava tarvevakioitu rahoitus. Kaikki toiminnat on käyty läpi ja niille on laskettu toimintakohtainen, keskimääräinen rahantarve. Lasketaan on sisällytetty kunkin alueen tulotaso, asukkaiden ikäjakauma, sairastavuus, hoidon tarve, jne, jne. Lista on pitkä ja monimutkainen. Tällä tavalla on saatu laskettua kunkin alueen asukkaiden tarvitsema rahoitus sotepalveluille. Joku alue on kustannusten keskiarvossa, joku sen ylä- ja alapuolella. Esimerkkinä Helsinki ja Uusimaa, jossa väestö nuorta, tulotaso on kymmeniä prosentteja keskiarvoa suurempi, sairastavuus pientä, työllisyysaste on erinomainen, jne. Toisessa ääripäässä ovat esimerkiksi Kainuu ja Pohjois-Karjala, joissa väki ikääntyy ja ikä tuo sairauksia, tulotaso on 2/3 maan keskiarvosta. Nuoresta iästä ja pienestä sairastavuudesta huolimatta asukasta kohti laskettuna Helsinki tuottaa palvelut 400 euroa yli ja Pohjois-Karjala 400 euroa alle valtakunnan keskiarvokustannusten.

Lisää rahaa tarvitaan

Engelman nimi on siis raha. Tehottomasti palveluja tuottavat alueet eivät halua luopua ”ylijäämärahasta”, vaikka eduskunta niin sanoi päättäessään uudistuksesta. Tarvevakiointin perusteella Pohjois-Karjalan tulee saada asukasta kohti 400 euroa lisää sotekuluihin ja Helsingin tulee tehostaa toimintoja niin, että se tuottaa palvelut 400 euroa asukasta kohti pienemmillä menoilla. Se on valtakunnallisen rahariidan muotokuva.

Perusterveydenhuolto kuntoon

Vuosituhanen vaihteessa erikoissairaanhoito eli sairaalat ja perusterveydenhuolto eli terveyskeskukset käyttivät valtakunnan mittakaavassa rahaa saman verran. Nyt tuo suhde on 2,5 eli kun terveyskeskus saa käyttöönsä yhden euron, sairaala saa kaksi ja puoli euroa. Siitä seuraa monta huonoa asiaa. Perusterveydenhuollon henkilöstö on valtavan paineen alla. Siksi ihmiset siirtyvät töihin helpompiin paikkoihin, koska soite-alalla työpaikan voi valita. Kun terveyskeskukset eivät toimi kuten on tarkoitettu, paine kohdistuu erikoissairaanhoitoon ja siksi sekin takkuu. Ihmisen näkökulmasta vaivat ehtivät pahentua turhaan ennen avun saamista.

Uudet päättäjät joutuvat suurten asioiden ratkojiksi. Valtaosassa maata sosiaali- ja terveystoimi on kunnan hoidossa, mutta erillisinä kuntaorganisaatioina. Henkilöstö on erillään, samoin tietojärjestelmät.

Palvelujen yhdistäminen

Valtavia kysymyksiä ovat; miten yhdistetään sosiaali- ja terveystoimi ja miten ne siirretään kunnista maakuntakohtaiseksi organisaatioksi. Miten samalla rahalla saadaan paremmat palvelut kotihoitoon, omaishoitoon, nuorten mielenterveyteen, kouluterveydenhuoltoon, hammashoitoon, ikääntyvien hoitopaikkoihin, muistisairaille. Ja monelle muulle sotesektorille. Miten saadaan perusterveydenhuolto toimivaksi. Miten vähennetään huostaanottojen kustannuksia. Mikä terveysasema jää, mikä suljetaan, mitä palveluja säilytetään täällä, mitä karsitaan tuolta. Miten vähennetään ja poistetaan eri toimintojen välillä nyt ilmenevää byrokraatia, siiloutumista, osaoptimointia, jne, jne. Toinen puoli käytännön asioita ovat erilaiset palvelu-, osto-, kiinteistö-, ATK- ja monet, monet muut sopimukset, jotka pitää muuttaa hyvinvointialueiden nimiin.

Jatkuu...

...jatkoa

Palkkojen harmonisointi

Tulevien vuosien todella iso asia palkkaharmonisointi. Se tulee vaatimaan rahaa satoja miljoonia. Suurimmassa osassa maata uusilla aluevaltuutetuilla on edessään vain niukkuutta ja vaikeita päätöksiä. Poliitiikka on aina arvovalintoja.

Niukkuus on aina poliittinen päätös, sanoi tutkijatohtori Hanna Wass 17.1.22 A-studiossa.

Ari Tiainen

1. varavaltuutettu
Pohjois-Karjalan hyvinvointialue
JAE/sihtööri



Kuntosalilla...



...ja renkailla

Tämän vuoden ensimmäisissä tansseissa oli reilut 100 henkilöä. Innokkaina ensimmäiset parit pyörähtelivät parketilla heti alkusävelten kuulussa, niin kovasti oli tansseja odotettu. Meillä oli tansseissa arpajaiset ja tottakai kahvio runsaine tarjoamisineen.

Toiset kuvat ovat Senioripihan Mattitalon kuntosalilta. Kuntosali on torstaisin klo 12:30-14:00. Ohjaajina ovat koulutetut vertaistukihenkilöt.



Tanssit alkaa



Vuokko arpojen myynnissä



Leuan vetoa



Maija kahviossa



Julkisen alan eläkeläisten liitto KELO ry
Hyvinvointia läpi elämän...

Matkailujaosto

MATKAOHJELMA 2022

Kelo ry:n matkailujaosto muodostuu eri yhdistysten matkavastaavista. Jaosto valitsi keskuudestaan matkatiimin, johon kuuluvat: **Hilkka Mattila, puheenjohtaja, Aini Leminen, sihteeri (matkatiimiä täydennettiin 9.2.2022 kevätkokouksessa) Seppo K. Miettinen, jäsen, Liisa Paavola, jäsen ja Anne Ruikka, taloudenhoitaja.**

Matkatiimi yhdessä yhdistysten matkavastaavien kanssa järjestää monipuolisia matkoja kotimaahan ja ulkomaille kuunnellen jäsenistön toiveita. Kelo ry:n matkailujaoston matkoille ilmoittautaan joko puheenjohtajalle:

Hilkka Mattila, email: hilkka.annikki.mattila@gmail.com, puh 040 767 7346

tai sihteerille:

Aini Leminen, email: aini.leminen@gmail.com puh 040 717 4540.

Kahden viikon kuluessa matkalle ilmoittautumisesta pitää maksaa **matkakohtainen varausmaksu** Kelo ry:n **matkailujaoston tilille F129 1555 3000 1206 84** käyttäen **matkakohtaista** pankkiviitettä.

Matkailujaosto ei pääsääntöisesti palauta 50 € varausmaksua, sairastapauksissa korvausta voi hakea henkilökohtaisesta matkavakuutuksesta.

Jos matkailujaosto peruu jonkin matkan esim. koronan vuoksi, varausmaksu palautetaan/siirretään jonkin toisen matkan varausmaksuksi.

Euroopassa vallitsevan epävarmuuden vuoksi (mm. polttoaineiden hinnannoususta johtuvat lisämaksut) Ilmoitettuihin matkanhintoihin voi tulla muutoksia. Näistä mahdollisista hinnannuutoksista ilmoitetaan erikseen jokaiselle matkalle ilmoittautuneelle.

Tarkemmat ohjelmat ja ohjeet matkoista ilmoitetaan lähtijöille lähempänä matkaa. Lopullinen matkaohjelma jaetaan satamassa/lentoasemalla/bussissa. Jaosto pidättää oikeuden muuttaa matkaohjelmaa ja tiedottaa matkoista yhdistysten kokouksissa.

Varmista passin tai virallisen henkilökortin sekä henkilökohtaisen matkavakuutuksen voimassaolo. Kehotamme ottamaan matkavakuutuksen, joka sisältää riittävän kattavan peruutusturvan.

Jos haluat Tallinkin Club One-pisteet itsellesi niin ilmoita kortin numero varauksen yhteydessä

Matkat järjestetään ottaen huomioon terveysturvallisuus. Otetaan matkoille mukaan iloinen mieli ja tutustutaan toisiimme!

Hilkka Mattila, matkailujaoston puheenjohtaja

Amsterdam

"AMSTERDAM TULPPAANIEN HOLLANTI"

12.-15.5.2022

Vastuullinen matkanjärjestäjä Matkapojat

Hintaan 959,00 €/hlö/2 hh + liityntäkuljetukset 1139,00 €/hlö/1 hh + liityntäkuljetukset

Matkan hintaan sisältyy:

- * Finnairin reittilennot Helsinki – Amsterdam – Helsinki
- * Matkatavarat lennoilla * Bussikuljetukset kohteessa
- * Hotelliyöpymiset aamiaisin 2 hh-huoneessa ***Jatkuu...***



...jatkoa * 2 lounasta, * Tutustuminen juustolaan ja puukenkien valmistukseen, * Lyhyt kiertoajelu Amsterdamissa * Suomenkielisen paikallisoppaan palvelut

Retket: * Keukenhoffin kukkapuisto, Delftin posliini-tehdas, Kinderdijk

Lisämaksusta: * Kanavaristeily (55 €)

Matkan loppumaksu 25.3.2022 mennessä tilille FI29 1555 3000 1206 84, pankkiviite 70027.

Ilmoita Finnair pluskortin numero.

Muista passi ja henkilökohtainen matkavakuutus!

Ihana saaristo

SAARISTON RENGASTIE 7.-9.6.2022

Vastuullinen matkanjärjestäjä Saari Tours, hintaan 400 €/hlö/2 hh, 475 €/hlö/1 hh + liityntäkuljetukset.



Hintaan sisältyy: * 3 pvn opastus, * Sisäänpääsymaksu, * Lauttamaksut, * 3 lounasta iltapäiväkahvit, illallinen ja aamupala * Muutokset lauvossa ja Naantalissa * Fussi-luettelo Helsinki - Saaristo - Helsinki, busse mukana koko matkan ajan

Käyntikohteet: * Kuusiston nannanniit * Immelun viirni ja Heikin (lounaspöytä)

* Pääsimäen vanha Malin ja Eskiainen kirkko

* Käntti-Noron alkuperäisen avolounoksen nähtävyysalue

* Lahti-korppoon kirkko - Houssu- ja vene- ja saaristolain museo - Minion kierros * Kuituvihäri -

* Käyntiläpää * Alajärven kartano ja kirkko

* Louisaaren kartano ja lounas kartanon kahvilassa

Varausmaksu 50 € maksuun 2 viikon kuluessa ilmoittautumisesta ja loppumaksu 1.5.2022 mennessä tilille FI29 1555 3000 1206 84, pankkiviite 70030.

Muista henkilökohtainen matkavakuutus!

Ruskaretki Livohkaan

RUSKARETKI LIVOHKA, POSIO 12.-16.9.2022

HUOM. MATKAKOHDE VARMISTUU 22.4.2022

Hintaan 190 €/hlö/3 hgen mökissä, 165 €/hlö/6 hgen mökissä + liityntäkuljetukset.

Hintaan sisältyy:

* majoitus mökeissä + puolihoito * 3 hgen mökkejä varattu 6 kpl * 6 hgen mökkejä varattu 5 kpl

* Saunomaa ja yleisilma- ja saunavaroilla ja pitkospuureitit lähtien alueen länneltä.

Käyntikohteet loman aikana

* Penttikä ja Riisintunturi

* Matka kuitu tilille Oulu - Posio - Oulu + retkikuljetukset

se ohjelmasisältö määräytyy osallistujamäärän mukaan. Lisäksi maksettavaksi tulevat kuljetukset kotipaikkakunnalle Ouluun 14.9.2022. Lopullinen matkan hinta ilmoitetaan osallistujamäärän selvitettäväksi.

Varausmaksu 50 € maksuun 2 viikon kuluessa ilmoittautumisesta ja loppumaksu 6.8.2022 mennessä tilille FI29 1555 3000 1206 84, pankkiviite 70043.

Muista henkilökohtainen matkavakuutus!

Jatku.....



...jatkoa

Pärnuun kylpemään!

7.-14.11.2022 KYLPYLÄMATKA

TERVIS KYLPYLÄÄN Pärnuun

Matkan hinta **370 €/hlö/2hh** + liityntäkuljetus, **455 €/hlö/1hh** + liityntäkuljetus



Kokoontuminen **maanantaina 7.11.2022** Helsingin Länsiterminaali T2, 1krs **klo 12.00**. Megastar lähtee kohti Tallinnaa **klo 13.30**.

Laivan saavuttua Tallinnaan alkaa bussimatka Pärnuun Presto OU:n bussilla. Majoittuminen Tervis kylpylään + illallinen saapumispäivänä.

Matkan hintaan sisältyy:

* Majoittuminen puolihoitolla, * aamiaiset ja päivälliset, * 2 lääkäri- ja fysioterapiaa, * yhteensä 18 hoitoa (3 hoitoa/pv)

Matkan hintaan sisältyy myös perinteinen "juhailta" ohjelmineen ja lauluineen. Mahdollisuus myös pubivisaan ja omaan vesijumpaan.

Kotimatalle kylpylästä lähdemme **maanantaina 14.11.2022 klo 10:00** heti aamiaisen jälkeen. Paluumatka Helsinkiin alkaa MyStar-laivalla **D-terminaalista klo 13.30** ja **Helsingissä olemme klo 15.30**.

Oman auton saat parkkiin Länsisatamassa. Katso lisätietoja www.satamaparkki.fi/fi

Tarkempi päiväkohtainen matkaohjelma toimitetaan osallistujille myöhemmin ja Helsingin Länsiterminaalissa jaetaan vielä viimeiset ohjeet ennen matkaa. Ilmoittautumiset Hilka Mattilalle tai Aini Lemiselle, yhteystiedot jutun alussa

Varausmaksu 50 € on maksettava 2 viikon kuluessa ilmoittautumisesta ja **loppumaksu 30.9.2022 mennessä** tilille FI29 1555 3000 1206 84, **pankkiviite 70072**.

Tervetuloa mukaan meidän siistiin, tilavaan kylpylähotelliin nauttimaan viikosta mukavien kelolaisten seurassa!

Muista voimassa oleva passi ja henkilökohtainen matkavakuutus.

Suosittellemme, että sinulla on koronapassimukana matkalla.

PS. Aiemmin suunniteltu **pikkujouumatka Tarttoon** on "yleisön pyynnöstä" vaihdettu kylpylämatkaan.



Lehti julkaisee mielellään jäsenyhdistysten kuulumisia ja muitakin tarinoita

Lähetä juttusi teksti ja kuvat erikseen, vaikka kuva olisikin jo mukana Wordilla tai PowerPointilla tehdyssä jutussa tai Acrobatin pdf-tiedostossa. Taitto tehdään Adoben 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.

Teksti on parhaimmillaan millä tahansa tekstinkäsittelyohjelmalla kirjoitettuna, mutta mielellään ilman ylimääräisiä välilyöntejä ja yhteen "pötköön" kirjoitettuna ilman rivinvaihtoja ja tavuviivoja, Tehosteita (lihavointi, kursivointi, ISOT KIRJAIMET) saa tietenkin käyttää, samoin kappalejakoja.

Painetun lehden kuvien olisi hyvä olla isoja tiedostoja niin, että ne ovat suunnilleen 1:1 koossa vielä painon vaatimalla 300 dpi resoluutiollakin. Jpg-tiedosto kelpaa hyvin, samoin png ja psd.

Aineisto toimitetaan sähköpostin liitteenä: Marjut Lainio, marjutjulia28@gmail.com

KELOLIITON HALLITUS 2022

Tehtävä	Nimi	Sähköposti	Yhdistys
Puheenjohtaja	Päivi Lilleberg	paivimarja.lilleberg(at)gmail.com	Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry
Varapuheenjohtaja	Raili Franzén	raili.franzen(at)gmail.com	Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry
Jäsenet:	Eeva Björklund	eeva.bjorklund(at)saunalahti.fi	Vantaan julkisen alan eläkeläiset ry
	Liisa Hanganmäki	liisa.hanganmaki(at)gmail.com	Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry
	Anneli Korhonen	anneli.korhonen(at)gmail.com	Vantaan julkisen alan eläkeläiset ry
	Hilkka Mattila	hilkka.annikki.mattila(at)gmail.com	JHL Turku eläkeläiset ry
	Anna-Maija Mäkipaakkanen	am.makipaakkanen(at)gmail.com	Hyvinkään julkisen alan eläkeläiset ry
	Helena Tervo	helena.tervo(at)hotmail.com	Meri-Lapin kunnalliset eläkeläiset ry
	Leena Turunen	leenaturu(at)gmail.com	Joensuun julkisen alan eläkeläiset ry
Varajäsenet:	Sirpa Havukainen	pipa.havukainen(at)gmail.com	Joensuun julkisen alan eläkeläiset ry
	Simo-Pekka Hämäläinen	simopekka11(at)luukku.com	Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry
	Pertti Rinne	rinnepertti(at)outlook.com	Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry
Taloudenhoitaja	Anne Ruikka	annemarie.ruikka(at)gmail.com	Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry
Sihteeri	Aini Leminen	aini.leminen(at)gmail.com	Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry
Kotisivujen ylläpito wbmaster/ tiedotussihteeri	Eeva Björklund	eeva.bjorklund(at)saunalahti.fi	Vantaan julkisen alan eläkeläiset ry
Kotisivujen ylläpito (vara)	Pertti Rinne	rinnepertti(at)outlook.com	Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry
Kelolainen lehti	Marjut Lainio	marjutjulia28(at)gmail.com	JHL Turku eläkeläiset ry



Aini Leminen, Raili Franzén, Leena Turunen, Simo-Pekka Hämäläinen, Hilkka Mattila, Pertti Rinne, Anne Ruikka, Päivi Lilleberg, Anneli Korhonen (edessä), Eeva Björklund ja Liisa Hanganmäki.

Helena Tervo, Anna-Leena Mäkipaakkanen ja Sirpa Havukainen eivät ole kuvassa.

Kameran takana oli Marjut Lainio. Kuva otettiin 26.11.2021 hallituksen kokouksessa.

KUOPION JULKISEN ALAN SENIORIT KJS RY

Näiden sateenkaarivuosien 1976 – 2022 käynnistyy yhdistyksen 46-vuosimatka.

Yhdistys käynnisti toimintansa 12.1.1976, jolloin pidettiin perustava kokous. Yhdistykselle annettiin nimeksi *Kuopion KTV:n eläkeläiskerho*. Perustavassa kokouksessa oli, että ”lapsilykky ei menisi” 22 sulho- ja miiniaehdokasta. Kaikki sujui sopuisasti ja toiminta sai ”lähtölaukauksen”. Itä-Suomen maistraatti vahvisti 6.5.1976 ”sopimuskirjan” ja sopimuskirjalla vahvistettiin säännöt ja nimi yhdistykselle.



Alkuaskeleita opetellessa yhdistys kokoontui viikoittain. Rahasta oli kova puute. Rahaa kerättiin pitämällä tansseja sekä järjestämällä myyjäisiä ja arpajaisia. Arpajaispalkintoja haalittiin kaupoista ja tutuilta. Tanssilupa maksoi 60 mk. Orkesteri soitti 250 markan edestä tanssi-illassa. Kahvi vehnäsen kera maksoi 3,50 mk. Emännät leipoivat viikoittain vehnäset omista tarvikkeistaan.

Kuopion kunnalliset eläkeläiset ry.

Yhdistys otti käyttöön uuden nimen 10.1.1984. Nimi virallistettiin 28.7.1987 samalla kun uudistettiin säännöt.

1976 alkaen on pidetty opintokerhoja, tansseja, arpajaisia, myyjäisiä, kirpputoreja ja kerhoja. Tanssit eivät pitkään aikaan ole olleet enää ohjelmistossa. Lauluryhmä viihdytti vuosia yhdistyksen tilaisuuksissa ja kävi esiintymässä palvelutaloilla ja sairaaloissa. Yhdistyksellä oli pitkään musisointiorkesteri. Parhaimmillaan viisi haitaria, maniska ja viulu. Oma näytelmäryhmä virkisti ohjelmillaan omissa yhdistyksen juhlissa, pikkujouluissa, äitien- ja isänpäivillä. Vuosijuhlia pidettiin, kun ”syntyvuosia” kertyi 20, 25, 30 ja 40 vuotta. Viime vuoden 45-vuosisjuhlaan varattiin Hotelli Rauhalahdi joulupöytineen ja soittamaan 7-miehininen orkesteri. Nämä juhlat eivät toteutuneet. Mutta aiemmin järjestetyistä tapahtumista on kuitenkin tallentunut n. 200 valokuvaa.



Matkoja ja retkiä yhdistys on tehnyt vuosien saatossa n. 60. Ulkomaillakin on käyty: Kuopion ystävyyskaupungissa Pihkovassa ja Ahvenenmaalla. Matkoilta ja retkiltä on myös n. 200 valokuvaa.

Yhdistyksessä on ollut erittäin toimintatarmoisia toimihenkilöitä, niin puheenjohtajia kuin hallitustenkin jäseniä, jotka ovat jaksaneet viedä yhdistystä eteenpäin. Monet heistä ovat vetäneet yhdistystä uusiin haasteisiin kymmeniä vuosia. ”Vierivä kivi ei sammaloidu” - tämän turvaavat liikunta- ja kuntosalivuorot, sekä kerhot ja muu mukava aktiivinen toiminta.



Yhdistyksen nimihistoria

- **Kuopion KTV:n eläkekerho 12.01.1976**
- **Kuopion kunnalliset eläkeläiset ry 28.07.1987**
- **Kuopion Julkisen alan seniorit KJS ry 13.09.2021**

Edellä olevien nimien aikakausilla yhdistys on purjehtinut 45-vuotta myönteisessä myötätuulessa.

Kuluva 46. toimintavuosi! ”Sammaloituuko vierivä kivi” kun toimintaympäristö on muuttumassa? Missä ovat Kuopion vastuunkantajat? ”Hyvinvoinnin edistämisen lautakunta!” Ymmärretäänkö ”hyvinvoinnin” merkitys, sillä Kuopiossa kymmenille eläkeläis, vammais- ja harrasteryhmien edustamille yhdistyksille on tulossa toimintakeskuksiin käyttömaksut. Jäseniä näillä yhdistyksillä on useita tuhansia.

Kuopion kaupungin Hyvinvoinnin edistämisen lautakunnan kokouksessa päätettiin 15.12.2021 pöytäkirjan 50§:ssä käyttömaksuista mm. toimintakeskuksille. Päätettyjä käyttömaksuja eri tiloille 23,50€, 11,00€ ja 8,50€/tunti ym. Jos nämä tilojen käyttömaksut toteutetaan päätetyissä euromäärissä, niin KJS-seniorien toiminnan hintalappu on 2310€/vuosi. Joudumme tällöin supistamaan toimintojamme ja pahimmassa tapauksessa purkamaan yhdistyksemme. KJS ry:n sääntöjen 2§ kuitenkin edellyttää, että ”yhdistys järjestää, kerhoja, kunto- ja saliliikuntaa”. Varojen puute voi näin ollen aiheuttaa toiminnan alasajoon.

Olemme varanneet Kuopion kaupungilta toimintakeskuksista, kokous, jumppa -ja kuntosalivuoroja. (vuosien käytäntö.) Jos katamme kaupungilta varattujen v. 2022 toimintilojen käyttömaksut 2310€ jäsenmaksuilla, niin sen hintalappu on 60 €/jäsen. Jos joudumme karsimaan tilavarauksia, niin lopputulokset molemmissa vaihtoehdoissa on, että yhdistyksessä ei ole enää jäseniä. Kuopion kaupungin hallitus, järki käteen!

Kärpäsenä katossa: **Seppo K. Miettinen**, puheenjohtaja KJS-seniorit ry



TERVEHDYS KEMISTÄ.



Olemme n. 30 jäsenen eläkeläisjärjestö Meri-Lapissa. Toimintaamme ovat yhteiset tapaamiset ja harrastustoiminta mm. käsityökerhon piirissä.

Teatterissa käyntiä suunnittelemme tälle vuodelle. Kotimaan matkoja teemme kesäisin. Kokoonnumme muutaman kerran kuukaudessa Pruntsin tiloissa, joita kaupunki vuokraa eri järjestöille.

Meri-Lapin Kunnalliset Eläkeläiset ry on tärkeä osa kemiläisten sekä lähiseudun eläkeläisten hyvinvointia, koska sosiaaliset tapaamiset ovat tärkeitä varsinkin yksin asuville eläkeläisille.

Viimeiset vuodet ovat olleet haasteellisia koronan tuomien rajoitteiden vuoksi. Onneksemme saimme viime vuoden elokuulle tuetun loman yhdessä toisen kemiläisen eläkeläisjärjestön kanssa.

Lomakohde oli Kalajoen kylpylähotelli Sani ja lomateemana oli vertaistukiloma. Siellä oli ohjattua toimintaa, josta kukin valitsi oman kohteensa mielenkiinnon ja jaksamisensa mukaan. Matkat tehtiin yhteiskuljetuksena bussilla.

Marraskuussa kävimme Kemin Lumilinnan ravintolassa viettämässä pikkujoulua ja nauttimassa jouluruoasta. Tutustuttiin myös ympärivuotiseen Lumilinnaan.

Tänä vuonna olemme voineet pitää yhden hallituksen kokouksen ja yhden tiistaikerhon, jossa suunniteltiin tulevaa: kylpylähotelliloma kiinnostaa edelleen kuten myös teatterissa käynti. Eri alojen luennoitsijoita pyrimme saamaan puhumaan tiistaikerhoihimme. Käsityökerho on kokoontunut tiistaisin useamminkin pienellä porukalla.

Korona voi vieläkin aiheuttaa muutoksia suunnitelmiin, mutta toivossa on hyvä elää: suunnitelmia ja unelmia pitää aina olla.

"Elämään tarvitaan siivet ja juuret, ilot pienet ja suuret."

Tällaisen elämän ohjeen sain työkavereiltani, kun jäin aikoinaan ansaitulle pitemmälle vapaalle.

Aurinkoisin kevätterveisin,

Meri-Lapin Kunnalliset Eläkeläiset ry:n puolesta, **Helena Tervo**, puheenjohtaja

JHL 114 ELÄKELÄISET TURKU



Kokoonnumme kerran kuukaudessa, jolloin yritämme järjestää eri teemoja.

Tässä vietimme ystävänpäivää JHL:n kerhuhuoneella. Tilasimme pizzat läheisestä ravintolasta. Joulukuussa kävimme IKEA tavaratalossa syömässä joululounaan. Tammikuussa tapasimme kerhuhuoneella rupattelun merkeissä. Maaliskuussa järjestämme pienimuotoisen arpajaisen, jokainen tuo 5€ paketin, jotka sitten arvotaan.

Marja-Leena Kostamo

Kevättä kohti.

Milloin on aika tehdä jotain uutta elämässä. Se hetki on nyt. Meille eläkeläisille on tarjolla, jos jotakin, osatpa tuosta sitten valita. Telkkarissa mainostetaan, jos jonkinlaista "härpää". Ei tarvitse muuta kuin istua ja antaa koneen tehdä liikunta puolestasi, eikä maksa paljoa. Lisäksi vielä on tarjolla ihme pillereitä, jotka parantavat hetkessä. Voi niitä ihmeellisiä laihdutuskikkoja,



jotka kuulema tehoavat loistavasti. Vieläpä rahalla saa mukavia elämän ennusteita. Kyllä meitä vedätetään oikein kunnolla. Mitäpä itse aion

tehdä? En muuta elämäni ainakaan em. mainostuksen mukaan. Aion kuitenkin joskus löhöillä, matkustella sekä syödä joskus epäterveellisesti, sekä iloita elämästä ystävien kanssa. Voisi sitä vähän urheillakin seuraavalla periaatteella: "Ei sillä ole väliä, kuinka hitaasti kävelet tai hölkkäät, silti ohitat kierroksella ne jotka makaavat sohvalla."

Terveisin, *Liisa Hangonmäki*

JHL TURKU ELÄKELÄISET RY:N TIIMOILTA

Kevätaurinko saa silmät sirrilleen ja herättää muutkin kuin karhut talviunosilta pesistään. Aurajoki virtaa ja virtaa löytyy meistä eläkeläistäkin.

Maaliskuussa pääsimme vihdoinkin ja viimein pitämään jäsen- ja kevätkokoukset vanhaan kotiin ”emoyhdistyksemme” omistamiin tiloihin. Pienen porukan kurkistus kokoukseen pidettiin jo tammi-kuussa, koska loppuvuonna ko. kokouspäivästä oli ilmoitettu ja tapaamisella haluttiin nyt varmistaa, ettei kukaan innokas tee hukareissua. Hallitus on onneksi pääsyt päivittämään yhdistysasioita kuukausitapaamisissa paikallisen kahvilan tiloissa.

Toimistoa on rempattu vesivahingon takia puolisen vuotta kuin lisäksi kirkkoa konsanaan. Porsliinikupit saivat odottaa kaapissaan, koska nautimme kahvin käytännön syistä pahvimukeista. Tiskisysteemi ja jääkaapin käyttö odottavat vielä käyttö lupaa. Taitaapa joku valaisimen johtokin vielä roikkua katosta kattopaneelin kiinnitystä odottaen. Mutta tosi hienoa, että saimme jälleen meille tutun kokoustan käyttöön. Päästiin laulamaan Kelovalssia, joka on iät ajat kuulunut ohjelmistoomme. Jokaisessa kokouksessa kaapin uumenista kaivetaan esille ajan patinoimat, kahvitahrojen pilkuttamat laulujen sanat. Laulu todellakin raikaa – kiitos useiden kultakurkkujemme.

Viime syksyllä kokoonnuimme pari kertaa hyryläisinä vieraisissa tiloissa. Kokoukset kävivät kukaron päälle ja epävarmuus tapaamispaikasta iski jättäen aukon osallistumiseen. Loppuvuonna toiveikkaasti varattiin alkuvuodeksi teatteriesitys, mikä jouduttiin siirtämään parikin kertaa eikä teatterikäyntiä sitenkään onnistuttu toteuttamaan.

Syyskauden esitykseen on odottavin mielin tehty varaus Turun kaupungin teatterista.

Lehmusvalkaman hyvinvointikeskuksessa kokoonnutaan maanantaisin kuntosaliin treenailemaan. Voimailuun on tarjolla 11 vempainta, joita haastamassa oli viimeksi knafti kymmenkunta liikunnasta innostunutta. Toivottavasti jo seuraavaksi avautuu uima-allas, jolloin harrastajienkin määrä kasvaa.

Uutena virikkeenä kokoonnutaan kerran kuukaudessa askartelukerhon tiimoilta. Viime kerralla puikot kilisivät kutomisen (huom. Varsinais-Suomessa kudotaan eikä neulota) merkeissä

Laivareissulle lähdetään yhdessä muiden yhdistysten kanssa huhtikuussa. Katsastetaan tällöin Kiinassa valmistettu uuden uutukainen Viikarin Glory, jonka matkaa Suomeen jännitettiin medioisakin. Onneksi laiva välttyi pelätyltä merirosvojen kaappaukselta.

Seuraaviin kokouksiin odotellaan Vanhusneuvoston puheenjohtajaa kertomaan ikäihmisten asioista. ja Turvan tietoiskua.

Kevään innostamana, Terveissi Turust

Teksti: Marjut Lainio, kuvat: Riitta Virta



”Polskis polskis”



Turkulaiset leidit vauhdissa

KOKO PERHEEN TÄYDELLINEN PÄIVÄ VISBYSSÄ

Gotlannin Visby on yksi maailman kauneimmista kaupungeista. Se on myös yksi maailman lapsiystävällisimmistä kaupungeista. Kaikki kiva on kävelymatkan päässä eikä muurien suojaamassa keskustassa liiku juuri lainkaan autoja. Poimimme koko perheen suosikkipaikat. Kun yhdistät ne, näet samalla Visbyn kauneimmillaan.

Kasvitieteellinen puutarha

Botaniska Trädgården, ”Botan”, on yksi Visbyn taianomisimmista paikoista. Vuonna 1855 perustettu puutarha sijaitsee vain muutaman kymmenen metrin päässä meren rannasta ja aaltojen äänet kuuluvat puiden alle. Erityisen maagista on illalla, kun aurinko alkaa laskea mereen, illan viimeiset säteet luikertelevat sisään muurin aukoista ja valaisevat puutarhan värikylläisiä istutuksia. Puutarhasta löytyy monia eksoottisia lajeja kuten nelläinapuu, keisariapuu ja uskomaton määrä erilaisia ruusulajikkeita, joista Visby muutenkin tunnetaan.



Puutarhan etelälaidalla on Sankt Olofin kirkon rauniot, jotka ovat peittyneet muratin alle. Raunioihin sisään meneminen ja lähettyvillä olevan Carl von Linnén puupatsaan ihmetteleminen ovat lapsille jännää puuhaa.

Fiskargränd

Kasvitieteellisen puutarhan lähellä oleva Fiskargränd, kalastajankuja, on ehkä yleisin Visby-maisemapostikorttien aihe. Eikä syyttä. Kapea kuja on kaupungin kaunein. Kesäaikaan erivärisiä ruusuja kukkii kujan keskiaikaisten pikkuruisten talojen edustoilla. Näky ja tuoksu ovat huumaaavia. Lapsista on erityisen hauskaa bongata kujalta kissoja, jotka istuvat piha-aitojen päällä ja pittoreskien talojen ikkunoissa.

Crêperie & Logi

Jos pitäisi valita Visbyn suloisin talo, se olisi varmasti tämä: kapoistakin kapeampi keskiaikainen talo näyttää siltä, että siellä pitävät majaansa tontut. Ja jos pitäisi valita lasten suosikkiruokapaikka Visbyssä, se olisi talossa majaansa pitävä Crêperie & Logi. Paikka tarjoilee vain ja ainoastaan galetteja ja kreppejä; ranskalaisia täytettyjä lettuja. Tarjolla on sekä suolaisia että makeita versioita ja lapsille oma listansa. Ravintolan sisustus on tyylikkään kotoisa sekoitus ranskalaista bistroa ja ruotsalaista rosoista minimalismia. Paikka on aina tupaten täynnä, varaudu odottamiseen.



Bakfickan-ravintola

Toinen erinomainen ravintola sijaitsee Stora torgetin laidalla ja muistuttaa autenttista ranskalaista kalaravintolaa. Paikka on pieni ja puheensorinan ja vanhojen puutuolien kolinan täyttämä – eli ihana! Listalta saa niin erinomaista kalakeittoa (lasten suosikki) kuin erikoisempia kala-annoksiakin päivän antimista. Annokset ovat aina hyviä ja raaka-aineet tuoreita, suoraan merestä nostettuja. Ravintolalla on pieni terassi, josta voi seurata torin elämää ja siellä usein olevia esityksiä.



Rauniokirkot

Visbyn vanhassa kaupungissa on monia kirkon raunioita, ja ne kaikki ovat jänniä ja mielikuvitusta ruokkivia paikkoja lapsille. Kannattaa käydä seikkailemassa esimerkiksi Drottens ruinilla ja Sankta Karinin katedraalin rauniolla, molemmat ovat Stora torgetin laitamilla. Anna lapsille taskulamput käteen (myös ilman parjää), kurkkikaa pimeisiin tunneleihin ja katsokaa, miten kesykyhykyt pyrähtelevät vanhassa kirkkosalissa lentoon.

Kneippbyn huvipuisto ja vesipuisto

Jos olet lasten kanssa liikkeessä, pyrähdys Visbyn ulkopuolelle kannattaa. Pienen bussimatkan päässä Visbyn keskustasta on todellinen koko perheen kesäparatiisi: Kneippbyn Sommarland ja Vattenland tarjoavat huvipuistolaitteita, vesiliukumäkiä, trampoliineja ja teatteriesityksiä koko päivän tarpeisiin. Sommarlandista löytyy myös kuuluisa Peppi Pitkätossun talo, jonka sisälle lapset pääsevät seikkailemaan.

Huvipuiston salainen hitti on kullanhuuhtonta: vaskalit löytyvät huuhtontarännien läheltä ja löydetyn ”kullan” voi käydä vaihtamassa ”kultakolikoihin” jäätelökioskilla. Näkymä Sommarlandin itälaidalta on huikea: pelkkää pudotuksen alla avautuvaa merta silmäkantamattomiin.



Gotlands Museum

Ajattelitko, että paikallismuseo on tylsä? Kaikkea muuta! Gotlannilla on kiinnostava ja pitkä historia, ja hyvin konseptoidussa museossa pääsee näkemään lähihistorialta niin viikinkiaikojen riimukiviä kuin saarelta löytyviä upeita fossiilejakin. Näyttelysaleissa on paljon toiminnallisuuksia ja tutkittavaa. Lapsille on jopa oma kerroksensa, josta löytyy erilaisia seikkailu- ja puuhaelementtejä. Sadepäivän must!

Almedalenin leikkipuisto

Vanhan kaupungin muurien ulkopuolelta löytyy yksi Euroopan kauneimmista rannoista mutta myös loistava huvipuisto, jossa viihtyvät kaikenikäiset lapset. Sieltä löytyy niin keinua, kiipeilytelinettä kuin kieputuslaitettakin. Aikuiset voivat ihailla puiston vieressä olevaa lampea, joka on itse asiassa ollut keskiajalla kaupungin satama. Jos oikein hyvä tuuri käy, läheisellä ulkoilmalavalla on samaan aikaan meilläään esimerkiksi jazz-konsertti.



Puistossa riehumisen jälkeen kannattaa ehdottomasti piipahtaa rantabulevardilla ja rannalla, joka on sileäkin sileämpien pikkukivien peitossa.

Teksti ja kuvat Tallink-Siljan verkkosivuilta

M/S EUROPAN KESÄRISTEILYT VISBYHYN

- Europa-laiva risteilee v. 2022 kuutena kesäsunnuntaina heinä–elokuussa Helsingistä Visbyhyn.
- Perillä vietetään yksi kokonainen päivä, jolloin voit tutustua ihastuttavaan Visbyn kaupunkiin ja Gotlannin saareen.
- Ensimmäinen risteily lähtee Helsingistä sunnuntaina 3.7. ja viimeinen sunnuntaina 7.8.
- Laiva lähtee sunnuntaina Helsingistä kello 15.45 ja saapuu maanantaiaamuna Visbyhyn kello 09.00. Takaisin Helsinkiin laiva lähtee kello 20.30 ja saapuu takaisin Helsinkiin tiistaina kello 16.00.
- Tarvitset mukaan passin tai virallisen henkilökortin, sillä laiva ajaa Tallinnan kautta.
- Visbyssä voit ihastella kaupunkia esimerkiksi kaupunkikävelykierroksella suomenkielisen oppaan johdolla.
- Panorama-kiertoajelu esittelee viehättävää Visbytä ja sen lähiympäristöä, mm. tunnelmallista kalastajakylää, suomeksi opastettuna.
- Osallistu opastetulle aikamatkalle 400 vuoden taakse ja kurkista Lummelundan sykähdyttäviin tippukiviluoliin. Retkien jälkeen voit levätä laivalla nauttien herkullisesta ruoasta.

Linkki sivuille: <https://fi.tallink.com/kohteessa-taydellinen-paiva-visbyssa>

VALOKUVIA TALVIMAISEMISTA

Jäsenyhdistyksistä lähetettiin runsaasti talvikuvia kilpailuumme. Alla kuusi esimerkkiä, viereisellä sivulla Peurungassa palkinnon saajiksi arvotut, ja lisää kuvia vielä takasivulla. Kuvia on rajattu taittoa varten ja kuvatekstit muokattu kuvien lähtäjien antamista tiedostonimistä.



Vasemmalla ja oikealla Leenan kuvat Viertolasta 30.1.2022 ja keskellä Maritan "Polku".



Yllä: Kemi lumiukkokaupunki Helenalta. Oikealla ylhäällä Ailan Ylläksen tunturimaisema Vieressä Alvar Aallon suunnittelema Ristinkirkko Päiviltä.

PALKINNOT ARVOTTU

Palkinnot arvottiin 10.3.2022 Peurungassa retkeilypäivien iltajuhlassa.

Onnetar suosi seuraavasti:

Turvan reput: Sirpa Nyssönen, Vantaa; Pertti Rinne, Helsinki; **Turvan kassit:** Eeva Björklund, Vantaa; Helena Tervo, Meri-Lappi; Sirpa Saukko, Helsinki.

Turvan sormikkaat: Aila Palomäki, Vantaa; Leena Keskekukko, Vantaa; **Silja Europa risteilylahjakortti:** Seija Ruokolainen, Helsinki; **Tallink Silja, tuotepaketti (Elisabeth Arden huulirasva + web-kameran suoja+hiirimatto):** Vuokko Tahvanainen, Joensuu; Tuula Lappalainen, Meri-Lappi; Martti Piironen, Joensuu.

Lämmin kiitos kaikille talvisen valokuvan lähettäneille.



Sirpa kirjasto ja männyn latva



Eeva Hiekkaharju 2022-01-30



Auringonnousu, Seija



Kulosaaren kartano, Pertti



Jäälinnut Helena



Pakkaspäivä Joensuun Linnunlahdelta, Matti

LISÄÄ PALKINTOKUVIA



Aila, Revontulia Ylläksellä



Kemi Sisäsatama 29.10.2021 meri vielä avoin, Tuula



Kuva Kolilta ja mökkikunnalta Ilomantsista, Vuokko



Sirpa, Hämeentie 67 Helsinki



Pakkasaamu ja auringon nousu, Leena