

KELOLAINEN 2/2021



Pariskunta asuntonsa katolla Rymättylässä, kuvaaja Pirkko Paju Turusta



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

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

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

Hyvinvointia läpi elämän...

Kelo-liiton hallitus 2021

Puheenjohtaja:	Päivi Lilleberg paivimarja.lilleberg(at)gmail.com	Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry
Varapuheenjohtaja:	Hilkka Mattila hilkka.annikki.mattila(at)gmail.com	JHL Turku Eläkeläiset ry
Jäsenet:	Merja Kinnunen merjaa.kinnunen(at)gmail.com	Joensuun julkisen alan eläkeläiset ry
	Anneli Korhonen anneli.korhonen(at)gmail.com	Vantaan julkisen alan 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
	Anita Vihervaara anita.vihervaara(at)gmail.com	Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry
Varajäsenet:	Raili Franzen raili.franzen(at)gmail.com	Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry
	Tellervo Karhapää telle.karhapaa(at)kolumbus.fi	Vantaan julkisen alan eläkeläiset ry
	Leena Turunen leenaturu(at)gmail.com	Joensuun julkisen alan eläkeläiset ry
Toimihenkilöt:		
Taloudenhoitaja:	Anne Ruikka annemarie.ruikka(at)gmail.com	Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry
Sihteeri/tiedottaja:	Aini Leminen aini.leminen(at)gmail.com	Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry
Kotisivujen ylläpito/webmaster	Eeva Björklund eeva.bjorklund(at)saunalahti.fi	Vantaan julkisen alan eläkeläiset ry
Varalla:	Pertti Rinne rinnepertti(at)outlook.com	Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry
Kelolainen lehti	Marjut Lainio marjutjulia28(at)gmail.com	JHL Turku eläkeläiset ry

Kunnallisvaalit 13.6.2021

Kelo-liiton hallitus päätti kokouksessaan 26.5.2021 julkaista jäsenyhdistyksiinsä kuuluvien valtuustoehdokkaiden kuvat, tiedot ja iskulauseet tässä lehdessä.

Heitä on kolme: **Jarmo Rosenlöf** Turusta, **Ari Tielinen** Joensuusta ja **Anita Vihervaara** Helsingistä. Ilmoitukset löytyvät lehden juttujen lomasta.

Muistakaa käydä äänestämässä



18.5.2021

Kelolainen 2/2021

MUUTOKSIEN AIKAA

Juuri nyt katselette uusin voimin toimitettua Kelolaista. Marjutin johdolla lehtemme on saanut uutta ilmettä ulkoasuunsa ja sisältöönsä. Lehden sisällön teemme yhdessä kaikki kelolaiset, teidän tarinanne ja artikkelit ovat tervetulleita. Jännittävää nähdä miten lehti tulee jatkossa kehittymään ja erityisesti mitä saamme lukea seuraavista numeroista.

Kelon uudet kotisivut julkaistiin 31.3.2021. Eevan ja Pertin ansiosta saimme sivut toimiviksi sovitusti pääsiäiseksi. Juhlalta tuntui katsella yhdistyksemme käyntikorttia ulospäin ja työvälinettä itsellemme näin hyvässä kunnossa. Nyt Eevalla ja Pertillä on työsarkaa auttaa jäsenyhdistyksiämme hyödyntämään toimivaa kotisivualustaa. Tilaisuuksia tutustua sivujen toimintaan ja saada opastusta sekä ohjausta on useammassa yhteisessä tapaamisessamme. Ensimmäinen yhteinen kotisivujen opastus on tulevan kevätkokouksen ohjelmassa.

Mikä parasta, olen saanut tämän korona-ajan seurata innostuneita ja osaavia uusia kelolaisia.

Nyt kesäkorvalla voi jo uskoa, että valo voittaa ja elämä alkaa normalisoitua.

Syksyn tapaamisia ja matkoja suunnitellaan. Toivottavasti myös yhdistysten

arjessa näkyy tämä piristyminen. Niiden yhteydenottojen perusteella mitä olen saanut, kovasti odotetaan yhteisiä tapaamisia ja kerhojen avautumista.

Muutoksista puheenollen, kirjoitan tätä muuttolaatikoiden keskellä. Olen palaamassa vanhaan kotikaupunkiini Lahteen. Uudet näköalat ikkunoista toivottavasti virittävät uusiin ajatuksiin. Uudistumista ja toiminnan kehittämistä on varmasti Kelon toiminnassa myös jatkossa.

Aurinkoista kesää kaikille ja kaikki palaute on tervetullutta!

Päivi



Kolmekymmentä vuotta eläkeläisaktiivina

Kun Hilka muutti Forssasta Helsinkiin, hän ei takuulla aavistanut, että toimittuaan vuosia Malmin sairaalassa keittäjänä, ja KTV:läisten luottamusmiehenä, hän eläkkeelle jäätyään päätyisi Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry:n jäseneksi. Mutta näin vain kävi 21.3.1991. Miksi? ”Työurani loppuvaiheessa päähkäilin mitä teen eläkkeellä? Muutama entinen työtoveri oli kertonut liittyneensä jäseneksi tähän aktiiviseen ja virkeästi toimivaan yhdistykseen”. Yhdistyksessä oli silloin n. 250 jäsentä. Kokouksiin osallistuminen oli todella aktiivista, 100–150 henkilöä / kokous.



Hilka kävelee mietteissään Saarenmaalla, 2008

Alkuvuosina Hilka Turunen osallistui yhdistyksen toimintaan aktiivisena ”rivijäsenenä”. Toiminta perustui ”vanhanajan jäsenkokoukseen”, asialistoin ja alustuksin. Kokoukset aloitettiin ja päätettiin yhteislaululla. Tämän jälkeen oli tanssituokio. Jäsenistölle järjestettiin vuosittain teatteri- ja tutustumismatkoja, niin koti kuin ulkomailla. Aktiiviset askartelu- ja laulukerhot kokosivat jäseniä runsain määri toimintaansa. Mainittakoon vielä yhdistyksen osuus Kulosaaren kartanon toiminnassa. Sen Kioskin ylläpidosta saatu



Hilka myy matkoja Vallilan kokouksessa, 2010

korvaus tuki yhdistyksen taloutta.

Kaikki muuttui kuitenkin jo 1992, silloisen puheenjohtajan Erkki Halmisen pyydettyä Hilkkaa matkavastavaksi. Niinpä hän sitten toimikin vuosina 1993–2012 yhdistyksen matkavastaavana. Ensimmäinen Hilkan vetämä matka suuntautui 26.1.1993 KTV-opistolle Karjaalla. 24.3.1993 tehtiin Silja Oy:n Ms Sally Albatrossilla 22 h-risteily. Ensimmäinen päivä-/lounasristeily Tallinnaan tehtiin 18.4.1994. Tästä risteilystä tulikin meille vuosittainen perinne. Monet tutustumis- ja teatterimatkat eri puolelle Suomea tutustutti meidät paikalliseen ympäristöön ja kulttuuriin. Teimme myös lukuisia Helsinki-seudun kiertoajelua, teemana ”Tunne kotiseutusi”. Nautimme myös monista paikallisista konsertista teatterinäytöksestä. Myös vierailut naapuriyhdistyksiin antoivat kuvan siitä, miten ja missä oloissa toimimme. Voisi jopa sanoa, että Kotimaamme joka kolikka tuli melko tutuksi. Tosin Lapista vain Keminmaa tuli nähtyä.



Poseeraamme Itämeren tuulella, 2013

Ensimmäisen ulkomaanmatkan kohde oli toukokuussa 1993 tietysti Viron Pärnun lomaviikko. Sille matkalle osallistui 47 jäsentä. Sittemmin Virossa tuli tutuiksi niin Toila, Tartto, Narva, Pärnu; kuin muutkin tutut Baltian kohteet. Ruotsin matkojen kohteina oli Tukholma ja Uppsala. Ensimmäisen pidemmän lomamatkan kohde oli lokakuussa 1993 Rodos. Marraskuussa 1994 lomailtiin kaksi viikkoa Turkin Marmariksessa, ja marraskuussa 2005 Tunisian pääkaupungissa Tunisissa. Useampikin matka tehtiin sittemmin Tenerifalle, Kosille, Rodokselle sekä Turkin eri kohteisiin. Hilkan tarmokkuutta kuvaa hyvin se, että teimme vuosittain 12–15 kotimaan tai ulkomaan kulttuuri-, loma-, tutustumis- tai virkistysmatkaa.



Mostarin pakollinen ryhmäkuva, Bosnia 2016

Yhdistyksemme hallituksen jäsenenä Hilikka toimi vuodet 2002–2012, joista 2005–2012 varapuheenjohtajana. Hilikka oli aina iloinen, kantaa ottava, yhdistyksen ja jäsenistön etua ajava henkilö. Kiperissä tilanteissa Hilikka oli se, joka toimi sovittelijana. Minulle, puheenjohtajana, hän oli vahva tuki ja turva. Hallituskauden jälkeen Hilikka toimi 2013–2017 yhdistyksen toiminnan tarkastajana. Hilikka oli monena vuonna edustajamme KELO:n edustajakokouksessa. Vuonna 2006 hänet kutsuttiin kunniajäseneksemme.

Omasta ja yhdistyksen puolesta

>>> **KIITOS HILIKKA NÄISTÄ VUOSISTA** <<<

Aulis Laakso



VENK ry

Eläkeläisten edunvalvoja

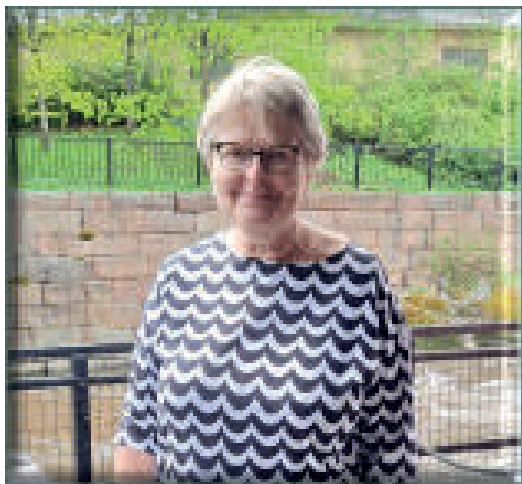
Valtakunnalliset eläkejärjestöt VENK ry on lähinnä ammattiliittopohjaisten valtakunnallisten eläkejärjestöjen muodostama järjestö.

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. VENKissä on yli 30000 jäsentä.

Venkin hallituksessa on puheenjohtaja sekä yksi jäsen jokaisesta VENK ry:hyn kuuluvasta jäsenyhdistyksestä. Puheenjohtajan ja hallituksen jäsenten toimikausi on kaksi vuotta.

<https://www.venk.fi/yhdistys/>

Kevätseurannan palkinnot on arv[?] [?]



Tallink Siljan Tukholman risteilyn A-luokan hytillä voitti **Tellervo Karhapää** ja muut kuvaajat saavat etukortteja (A-luokan hytin osalta pieni hinta). Tallink Silja on lähettänyt palkinnot voittajille. Onnettarena toimi Päivi Lilleberg. **Onnea v[?] [?]ajille!**



Kelo-liiton ja jäsenyhdistysten uudet k[?] [?] [?] [?]



Uudet k[?] [?] [?] [www.kelolii\[?\]o\[?\].fi](http://www.kelolii[?]o[?].fi) avattiin 30.3.2021.

Löydät sivuilta tietoa Keloliitosta, sen toiminnasta ja edunvalvonnasta, hyödyllisiä linkkejä ja kuvagallerian. Voit lukea lehden näköislehtenä ja ennen kaikkea heti etusivulta löytyvät ajankohtaiset tapahtumat ja uutiset sekä matkat ja retket.

Sivun navigointipalkista löytyy päätaso **"Yhdistykset"**, jota näpäyttämällä avautuu yhdistysten lista vasempaan laitaan. Oman yhdistyksen nimeä näpäyttämällä löytyvät oman yhdistyksen tiedot.

Jokaiselle sivulle pääsee myös suoralla osoi[?]eella esim. [h\[?\] \[?\]://www.kelolii\[?\]o\[?\].fi/\[?\] \[?\] \[?\]ykset/kuopio/](http://h[?] [?]://www.kelolii[?]o[?].fi/[?] [?] [?]ykset/kuopio/) vie Kuopion kunnalliset eläkeläiset ry:n sivuille. Oman yhdistyksen suora osoite kann[?]aa talle[?]aa oman selaimen suosikkeihin.

Iso muutos on, että voit sivujen kautta [ilmoittautua matkoille ja retkille](#). Myös jäseneksi liittyminen on mahdollista sivujen kautta. Nämä kaikki löytyvät heti etusivulta.

Jos et ole vielä ehtinyt käymään sivuilla, nyt viimeistään kannattaa käydä tutustumassa niihin.

Kotisivujen parissa pakertavat Eeva Björklund ja Pertti Rinne.

Esittelyssä verkkosivujen pääkäyttäjät: 1

Eeva Vantaalta

Jotkut ihmiset nyt vaan ovat sellaisia: iloisia, aikaan saavia ja yhteistyökykyisiä. Joka yhdistyksessä heitä löytyy, muutoinhan yhdistystoiminta ei pyörisikään.



Tässä jutussa on aiheena Eeva Vantaalta. Siis Eeva Björklund, joka täyttää kaikki edellä mainitut kriteerit. Sen lisäksi hän on ollut yhtenä Kelon uusien nettisivujen pääkäyttäjä. Rohkeasti siis vain yhteyttä häneen, jos menee ns. sormi suuhun netin syövereissä seikkaillessa.

Mutta miten tähän on tultu??

Eeva kertoo, että hän on kotoisin Pohjanmaalta, Alavudelta. Opiskelut toivat hänet Etelä-Suomeen. Opinnot eivät kuitenkaan valmistaneet lentäjän tai upseerin uralle, jotka aika hämmästyttävästi olivat

aikanaan haaveammatit. Jos aika olisi ollut toinen ja työillä mahdollisuus asepalvelukseen, Eeva olisi ehkä saanut vaikka prikaatin komennettavakseen....

Oliko se haave lentämisestä tai muuten vaan urapolku, joka kuitenkin vei Eevan ilmailun pariin. Hän jäi eläkkeelle Finnviasta, jossa oli mukana useissa isoissa projekteissa.

Asuinpaikkakin oli aikanaan lentokoneiden laskeutumisreitillä varrella Martinlaaksossa, jossa koneet olivat laskeutuessaan jo niin lähellä kenttää, että laskutelineet olivat alhaalla ja etuvalokiila näkyi pimeässä selvästi. Ja se lentokoneen moottorin ääni oli ihan musiikkia korville....

Nykyisin on monenmoista toimintaa

Asuinpaikka on vaihtunut Tikkurilaan, jossa Eeva nykyisin asustaa. Meidän julkisen alan eläkeläisten ohella hän teki pari vuotta järjestötyötä Tikkurilan Marttojen puheenjohtajana. Siinä puuhassa mieluisia tehtäviä olivat erityisesti veteraanien kahvitukset. 'He kun vilkuttavat aina niin iloisesti lopuksi.' Niin metsä yleensä vastaa kuin sinne huudetaan, voisi kirjoittaja tässä Eevan tuntien kommentoida.

Kunnon Martta on myös käsityöihminen. Eevalla onkin aika hauska erityistaito: hän neuloo 'Converse'-sukia, ks. oheinen kuva. Samalla tulee toteutettua Marttojen motto: 'Elämä on parasta itse tehtynä'.



Vantaan julkisen alan eläkeläisten pariin hän tuli tuttavansa innoittamana. Tässä tapauksessa innoittajana toimivat kuuleman mukaan erityisesti suurta suosiota nauttivat ns. umpimähkäretket. Lähdetään johonkin tuntemattomaan kohteeseen ja päivän mittaan paljastuu, minne; mitä nähdään/koetaan, missä syödään ja missä käydään

shoppailemassa. Seikkailunhalussa siis löytyy... kuten muillakin yhdistyksen jäsenillä.

Vantaan julkisen alan eläkeläisissä Eevalla on rooleina taloudenhoito ja varapuheenjohtajuus. Myös tiistain kävelykerho Tikkurilan ympäristössä oli hänen vetämänsä kesätauokoon saakka.



Kun yhdistystoiminta taukoaa kesäksi, hänellä on harrastuksena parvekeviljely ja Tikkurilan kirjaston 'kasvimaan' kastelu tiistain vastaavana ynnä monenlainen retkeily lähellä ja kauempana.

Kissaihminen

Sanotaan, että ihmiset ovat kissaihmiisiä tai koiraihmiisiä. Eeva on ensiksi mainittuja. Tällä hetkellä hänellä ei ole omaa kissaa, mutta lähipiiriltä riittää kissoja ajoittain täysihoitoon hänelle. Leikkisästi hän onkin suvun 'kissatäti'.

Tällaisia Eevoja tarvitaan yhdistyksiin lisää: aktiivisia, idearikkaita ja valmiita toimimaan. Eikä liikaa tiukkapipoisuutta, kuten oheisesta yhdistyksen hattupäivän kuvasta näkyy.

(Pirkko Hannula)

Kuntavaalit 2021 Käythän äänestämässä! 13.6.2021

Kuntavaaliehdokkaat

Jarmo Rosenlöf

Yhdistys
Ammatti

JHL Turku Eläkeläiset ry
SDP:n kaupunginvaltuutettu,
rakennus- ja lupalautakunnan varapuheenjohtaja,
Sosiaalineuvos
Turku

Paikkakunta

Ehdokasnumero
Puolue

541
SDP

Turkulaisista huolehtiminen on mun juttu!



Ari Tielinen

Yhdistys
Ammatti
Ikä

Joensuun julkisen alan eläkeläiset ry
Hätäkeskuksen johtaja, eläkkeellä
67

Paikkakunta

Joensuu

Ehdokasnumero
Puolue

137
SDP

Ihminen tarvitsee koulutuksen, työpaikan, terveydenhuollon
ja hyvän elämän - varallisuudesta riippumatta
Pidetään yhdessä huolta Joensuusta, niin Joensuu pitää huolen meistä



Anita Vihervaara

yhdistys
ammatti

Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry
Varhaiskasvatuksen lastenhoitaja,
omaishoitaja, eläkkeellä,
kaupunkiympäristölautakunnan
ympäristö- ja lupajaoston jäsen

ikä
paikkakunta

69
Helsinki

ehdokasnumero
puolue

238
SDP

Hyvinvointia vauva-ajasta vanhuuteen! Helsingissä
tarvitaan myös vanhuusvaikutusten arviointia ennen päätöksen tekoa!



Esittelyssä verkkosivujen pääkäyttäjät: 2

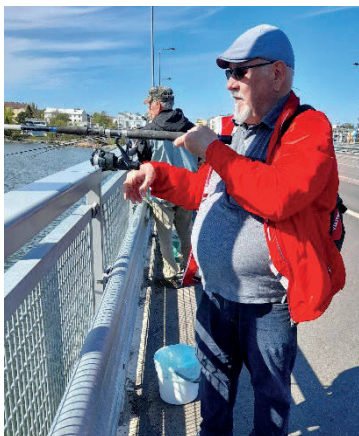
Pera Hagiksesta

Kirjoittelen itse itsestäni hieman Eevan haastattelua matkien ja aloitan ihan alusta. Minut kannettiin kapaloissa Viherniemen katu kolmosen seitsemänteen kerrokseen tammikuussa 1944, juuri ennen helmikuun suurpommituksia ja niin Vanhalla kätilöopistolla lokakuussa syntyneestä Pertistä tuli Pera, Hagiksen kundi. "Sotaa pakoon", niin kuin vanhempani sanoivat, piti kuitenkin lähteä Vieremälle, Forssan pohjoispuolelle, kun isäni oli kotoisin Tammelasta ja suku sai sieltä vuokratuksi mummonmökkin. Siellä minun kerrottiin leikkineen porsaan kanssa tuvan lattialla ja jouluna itkeneen, kun siitä tehtiin kinkku.

Koulussa

Kansakouluun jouduin jostain syystä Kaisaniemeen, vaikka muut oman ikäluokkani lapset ohjattiin Kallion kansakouluun, kuka ties olisin päässyt samalle luokalle Tarja Halosen kanssa niin kuin paras kaverini pääsi. Kaisaniemeen oli kuitenkin sopiva kävelymatka, kun entisen Hakaniemen Uuden Apteekin ja Elannon tavaratalon väliin tulivat Helsingin toiset liikennevalot, jotka sai punaiseksi nappia painamalla. Ensimmäiset olivat kuulemma Aleksilla, mutta ei sinne seitsenvuotias saanut yksin mennä. Koulumatkalla ehti kirjoitella kaikkien autojen rekisterinumerotkin vihkoon. Viherniemen kadun asukailakin oli viidellä omat autot, oma isäni niistä yksi, koska hän oli taksiryrittäjä.

Keskikoulu alkoi Tosussa, eli Helsingin toisessa lyseossa ja jatkui 1959 aloittaneessa Alppilan yhteislyseossa, joka oli peruskoulun pedagogisten kokeilujen ensimmäinen vaihe ja ylioppilaslakki tuli keskinkertaisin paperein 1963, sitten asepalvelukseen Santahaminaan ja seuraavana



Silakkaongella Lauttasaaren sillalla

kesänä yrittämään oikeustieteelliseen ja kauppaorkeaan ilman tulosta, mutta kesätyö Malmin Renlundilla auttoi pääsemään Myynti- ja Mainoskoulun Markkinointikouluun ja ensimmäinen työpaikka löytyi mainostoimistosta. Viiden vuoden seurustelu Maijan kanssa johtikin saman tien avioliittoon, kun molemmilla oli työpaikka ja vanhemmat lainoittivat ensimmäisen asunnon, kaksion Alppilassa aivan parin vuoden takaisen lukion takana.

Aikuisena

Lapsia syntyi saman tien, ensin kaksi 1966 ja -67 ja iltatähti 1975, mutta silloin asuimme jo Pohjois-



Haagassa, aravalainoitetussa neljän huoneen ja keittiön huoneistossa 36 neliöisen kaksion sijaan. Työ mainosalalla jatkui eri mainostoimistoissa ja

harrastuksena alan järjestöissä. Lapset lähtivät kukin kerrallaan omille teilleen ennen kuin täyttivät 25, mikä oli Maijan leikkisä tokaisu, että "jos ette ennen lähde, niin silloin tulee lähtö". Lasten ja kuuden lastenlapsen – ikähaarukka 28–16 v, - kanssa ollaan tiiviissä yhteydessä vähintään viikoittain ja Whats Upissa nyt, kun korona haittaa tapaamisia

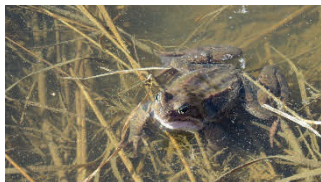
Eläkkeellä

Eläkkeelle jäin 2005 itsensä työllistäneen yrittäjän roolista, kun varhennettu varhaiseläke tuli mahdolliseksi ja Maija jäi samaan aikaan kun oli päässyt valitsemaan eläkeikänsä oikein. Silloin hankimme "pyörämökin" eli vanhan 1994 Transitin, jonka pitkän rungon päälle oli Italiassa rakennettu matkailuauto. Tuon Hermannin päivänä ostetun "Hermannin" kanssa reissasimme 12 vuotta pitkin Suomea ja Eurooppaa ja nyt tyydymme "kuokkimaan" taas tuttujen mökeillä niin kuin työaikainakin.

Yhdistyksessä

Helsingin kunnallisiin eläkeläisiin liityimme siksi, että Maija oli lastenhoitajana päiväkodissa, jonka johtaja oli eläköitynyt vain hetki aiemmin. Yhdistystoimintamme alkoi keilaamalla ja kuukausitapaamisiiin ja vuosikokouksiin osallistuimme vasta pari vuotta

keilattuamme. 2017 Ehdotin silloiselle puheenjohtajalle, että voisimme liittyä Stadin Slangiin omana ryhmänämme, mutta hän taivutteli minut vetämään Kyläkerhoa, jossa vajaat parikymmentä nostalgista jäsentämme on kerran



kuussa kokoontunut katselemaan verkosta vanhoja valokuvia ja lyhytfilmejä Helsingistä "silloin ennen".

Olemme myös tutustuneet kaupungintaloon, Työläiskotimuseoon, Tamminiemeen ja Malmin hautausmahan, muistelleet katukuvasta poistuneita elokuvateattereita ja elokuvailmoituksia Helsingin Sanomien näköislehdestä. Kunhan kokoontumiset taas sallitaan, niin saatamme laajentaa nostalgiaamme musiikin puolelle, mihin mm. YouTube tarjoaa rajattomat mahdollisuudet.

Kyläkerhon aikoihin yhdistyksemme sihteeri, Aulis Laakso pestasi minut konemieheksen käyttämään yhdistyksen tietokonetta ja videoprojektorin, että toiselle sadalle kasvanut kokousväkemme olisi pysynyt selvillä, miten kokous etenee, eikä siitä ollut enää pitkä matka ruveta suunnittelemaan tiedotustoimintaamme sähköpostin avulla. Seurauksena oli, että nousin ensin hallituksen jäseneksi, sitten

tiedotussihteeriksi ja nyt hoidan myös sihteerin tehtäviä, ainakin toistaiseksi, koska verkkosivujen ylläpitokin tarvitsee oman aikansa.

Verkkosivuja ja Kelolaista

Sähköpostiharjoittelun yhteydessä tulin kokeilleeksi, miten Facebook toimii ja perustin yhdistyksellemme oman sivuston 11.2.2019

<https://www.facebook.com/groups/250085455930716/members> . Se on ollut osa tiedotustoimintaamme etenkin nyt korona-aikana, kun koko ajan

muuttuvasta viranomaisinfosta on pitänyt saada tieto jäsenillemme. Niinpä omat verkkosivut ovat olleet haaveenamme jo pari vuotta, ja onneksi saimme ne nyt kattojärjestömmme, Kelo-liiton osana.

Harmi vaan, että 500 jäsenestämme sata on ilman sähköpostia ja Facebookkaan ei tavoita kuin reilut 80. Verkkosivuista pitäisi saada se forum, jolla jäsenemme oppisivat käymään, jos ei päivittäin, niin ainakin viikoittain. Siinä sitä on harjoittelemista.

Silakkaongella minut kuvasi Aune Mäkinen.

Kottaraisen kuvasin 2020 huhtikuussa ja sammakon melkein tasan vuosi sen jälkeen Kivinokassa, keskellä mökkiläisten viljelyspalstoja, kun pelkkä kävely ei huvita, pitää olla samalla muutakin tekemistä.

(Pertti Rinne)

Lehtiryhmän terveiset

Kelolainen lehden toimittajat

Lehteä toimitetaan nyt uusin voimin. Lehtityöryhmässä toimittajina ovat Pirkko Hannula Vantaalta, Pertti Rinne Helsingistä, Hilikka Mattila ja päätoimittajan roolissa Marjut Lainio Turusta.

Ajatus uudistuneesta lehdestä ja sitä koostavista toimittajista sai puhtia kevään korvalla maaliskuussa, kun tehtävään löytyivät tekijät. Itse otin työtärjouksen uteliaan innokkaana vastaan ja uusien henkilöiden tapaaminen kiehtoi. Hilikka oli tullut tutuksi ollessani vielä työelämässä, jolloin vaivihkaa, lähes avaimen reiästä kuulostellen, sain seurata viereisessä huoneessa kokoontuvan eläkeläiskerhon harrastustoimintaa. Opintokerhon aikana uskalsin jo raottaa ovea ja rivitanssin saloihin olisin saanut tanssiin kutsunkin, mutta mukaan menemisen esti tietenkin työ ja sekä realistinen itsekritiikki siitä, että vikkelaasti napsaavien jalkojen sijasta minua on siunattu kokolailla könttäkintuilla. Myöhemmin aktiivinen Hilikka vastasi opintokerhosta toimien myös yhdistyksen puheenjohtajana. Kun siirryin eläkkeelle, liittyminen heidän joukkoonsa tapahtui lähes itsestään. Hilkan konkarikokemuksesta saatavaa oivaa tietoa ja tukea hyödynnetään tietenkin myös lehtiasioissa. Jutut syksyllä.

Ajatus uudistuneesta lehdestä ja sitä koostavista toimittajista sai puhtia kevään korvalla maaliskuussa, kun tehtävään löytyivät tekijät. Itse otin työtärjouksen uteliaan innokkaana vastaan ja uusien henkilöiden tapaaminen kiehtoi. Hilikka oli tullut tutuksi ollessani vielä työelämässä, jolloin vaivihkaa, lähes avaimen reiästä kuulostellen, sain seurata viereisessä huoneessa kokoontuvan eläkeläiskerhon harrastustoimintaa. Opintokerhon aikana uskalsin jo raottaa ovea ja rivitanssin saloihin olisin saanut tanssiin kutsunkin, mutta mukaan (jatkuu...)

...menemisen esti tietenkin työ ja sekä realistinen itsekritiikki siitä, että vikkellästi napsaavien jalkojen sijasta minua on siunattu kokolailla könttäkintuilla. Myöhemmin aktiivinen Hilka vastasi opintokerhosta toimien myös yhdistyksen puheenjohtajana. Kun siirryin eläkkeelle, liittyminen heidän joukkoonsa tapahtui lähes itsestään. Hilkan konkarikokemuksesta saatavaa oivaa tietoa ja tukea hyödynnetään tietenkin myös lehtiasioissa. Jutut syksyllä.

Pirkon kanssa ensimmäinen yhteydenotto tapahtui, kun olin ”retkeilemässä” Kurjenrahkan luonnonsuojelualueella, mikä on valtakunnallisestikin tunnettu laajana alueena ja reipaskuntoisten liikkujien suosimana retkireitistönä. Koska keväällä ulkoilureittien reunamat taajamissa ovat hyvinkin sotkuisia, niin lähdin ulkoilemaan ”merta edemmäs”. Polut olivat kuitenkin ahkerasta käytöstä johtuen jäisiä kaatumaratoja. Oli siis parempi jäädä grillaamaan ja käydä välillä koettelemassa järven jäätä ulottaen kengän kärki parin askeleen päähän rannasta. Tässä oli kauniin maiseman luomaa keväistä järvi-idylliä, eikä urheampaan jääkävelyyn olisikaan riittänyt rohkeutta; olenhan maakrapu, joka ei omista naskaleita ja pelastautumistaidot on saatu lähinnä pikku kakkosen ohjelman pelastautumisohjeista. Pirkon kanssa juttelu siis sopi tilanteeseen tosi mukavasti. Puitiin lehtiasioita, jotka silloin olivat vasta alun suunnitteluvaiheessa, mutta suurimmaksi osaksi keskustelu oli virittynyt ystävälliseksi elämäkokemuksien jakamiseksi. Mieliin jäävä arvokas ensitapaaminen, johon oli silloin sopivasti aikaa. Pirkon sujuvasta kynäkäytöstä on muotoutunut lehteen luettavaa.

Viimeisenä porukkaan toivotettiin tervetulleeksi Pertti, jonka kiinnostuksen ja innoituksen kohteena on lähes kaikki mahdollinen. Lehtityössä Pertin kontolla on lehden ulkoasu.

Pertistä on juttu tässä lehdessä, Pirkosta ja Hilkasta sitten enemmän syksyn lehdessä.

Muutaman kerran on tapailtu ajan tyyliin Teamsin välityksellä, joten kuvan verran tiedämme toistemme ulkoisesta olemuksesta.

Jutunjuurta

Kelolainen lehden tarkoituksena on toimia yhdyslenkinä Keroon kuuluvien yhdistysten välillä. Siispä jutut ovat tarpeellisia ja toivottuja. Syksyä ajatellen, kun tapaamiset taas ovat mahdollisia, toivoisin yhdistysten kertovan esim. kokoontumistiloistaan, -käytännöistä, -kahittelusta. Hellitäänkö kahvihammasta heti alkajaisiksi ja samalla vaihdetaan pikakuulumiset ennen kokouksen käynnistymistä. Vai palkitaanko tarkka kokousosallistuminen lopussa kahittelulla? Mitä niksejä on keksitty kassan kartuttamiseksi.

Korona-pandemia on synnyttänyt aiheellista varovaisuutta tapaamisiin, onhan sairastumisia ollut 92369 tämän päivän lehtitiedon (30.5.) mukaan. Täällä Varsinais-Suomessa tartuntoja on tänään alle 10, kuolleiden ja sairaalassa olevien kohdalla on nolla. Heinäkuussa pitäisi laumasuojan olla saavutettu, kun 1. annoksen rokotteista koko maassa on tähän mennessä saanut 43,2 % (2395773). Pikkuhiljaa päästään liikkeelle ja osallistumaan.

Kesäkuun alussa pääsen jopa pienellä porukalla ylioppilasjuhliin. Viime vuosi oli ankarampi, sillä helmikuussa lapsenlapseni kävi rippikoulun, jonka konfirmaatio pidettiin elokuussa, jolloin tätä mammaa, eikä muitakaan isovanhempia edes mahdutettu kirkkoon.

Eläkekerholaisista toivon, että enemmistönä olisi se osallistuva poppoo, joka jo nyt kyselee kerhoista ja uinneista. Äärimmäisen lämminsydämistä olisi pyytää mukaan heitä, jotka ovat arempia ja ovat vaarassa jäädä kokonaan pois kerhotapahtumista, jonka seurauksena he sitten luopunevat jäsenyydestäänkin. Lisäksi tarvitaan uusia jäseniä, silmät ja korvat siis tarkkana siihen suuntaan, mistä ollaan jäämässä eläkkeelle. Toiminta on rikkaampaa, kun meitä on monta. Kasöörskana kommentoin, että pikkiriikkisen jäsenmaksuillakin on taloudellista merkitystä, millä mahdollistetaan monipuolisemman toiminnan tukeminen.

Sopivan aurinkoista ja lämmintä kesää. Otetaan rennosti!

Jutut ovat tervetulleita, kirjoitellaan vaikka kesästä - suvellakin!



Marjut Lainio

päätoimittaja

marjutjulia28@gmail.com

Mökkeilykausi käyntiin turvallisista mielin

Mökkeilykausi on kuumimmillaan ja monet ovatkin jo suunnanneet kesäviettopaikoilleen kauaksi kaupungin hulinasta ja vilkseestä. Mökki-kautta aloittaessa on hyvä miettiä, tulisiko mökin vakuutusturva tarkistaa ja päivittää ajan tasalle. Varsinkin, jos edellisestä kerrasta on vierähtänyt tovi tai toinenkin.



Oli mökki sitten vanha tai uusi, pieni tai suuri – turvallisuusasioista ei kannata tinkiä. Mökillä piileviä turvallisuusriskejä voi ennaltaehkäistä asianmukaisella kunnossapidolla. Taas oikein mitoitettulla vakuutusturvalla on tarpeen varautua yllättävien tilanteiden varalle, jotta mökkeilystä voi nauttia yhä levollisemmin mielin.

Vakuutusturva oikein mitoitettuna antaa mielenrauhaa

Vaikka äkkiseltään voisi tuntua, ettei mökillä ole juurikaan mitään kallisarvoista, voi kaikista kesäviettopaikalle haalituista aarteista kertyä todellisuudessa suurikin potti. Vakuutusta ja sen laajuutta harkitessa kannattaa miettiä, millainen rahallinen arvo vakuutettavalla kohteella on ja millaisten tapahtumien varalle haluaa varautua. Vakuutusmaksun suuruuteen voi vaikuttaa vakuutusturvan laajuuden ja omavastuun valinnalla. Myös mökille asennettavilla turvalaitteilla on vaikutusta vakuutusmaksuun.

Vaihtoehtoja on hyvä keskustella asiantuntevan vakuutusmyyjän kanssa. Näin ollen kaikki vakuuttamiseen liittyvät seikat tulee huomioitua ja vakuutus on omiin tarpeisiin sekä mökin varustukseen nähden oikein mitoitettu. Myös vakuutusoppaaseen ja -ehtoihin tulee tutustua, jotta vakuutuksen keskeisin sisältö ja oleellimmat rajoitukset ovat selvillä.

- Vakuutusoppaassa ja -ehdoissa on mainittu suojeluohjeita, joita noudattamalla voit estää tai pienentää vahinkoja ja välttyä isolta harmilta. Suojeluohjeita noudattamalla myös varmistat, että saat täyden korvauksen vahingon sattuessa,

painottaa Turvan vakuutusasiantuntija Katri Elomaa.

Mitä mökin vakuutusta valitessa tulisi sitten ottaa huomioon?

Suosittu ja turvallinen valinta mökkirakennukselle ja -irtaimistolle on **laaja täysarvovakuutus**. Se tarjoaa nimensä mukaisesti laajaa ja kattavaa turvaa omaisuutesi rikkoutumisen sekä muiden äkillisten ja yllättävien vahinkojen varalta. Täysarvovakuutuksessa rakennus on vakuutettu täydestä arvostaan, irtaimistolle muodostuu enimmäiskorvausmäärä asuineliöiden perusteella. Enimmäiskorvausmäärien riittävyttä voi arvioida miettimällä mitä mökille haalitut tavarat maksaisivat, jos ne ostaisi uusina.

Mökin irtaimiston osalta on hyvä huomioida, että mökin pinta-alan perusteella määräytyvä enimmäiskorvausmäärä on riittävä siihen omaisuuteen nähden, jota mökkitontin rakennuksissa säilytetään. Jos mökillä säilytetään jotakin yksittäistä selkeästi arvokkaampaa esinettä, kannattaa kääntyä vakuutusalan ammattilaisen puoleen ja selvittää esineen vakuuttamismahdollisuudet. Esimerkiksi soutuvene ja sen maksimissaan 10 hevosvoiman moottori sekä muut vesiurheiluvälineet kuuluvat vakuutusyhtiö Turvan mökki-irtaimistovakuutukseen enintään 5 000 euroon saakka.



Aivan kaikkea mökin irtaimistovakuutuksesta ei kuitenkaan korvata. Esimerkiksi mökillä säilytettävät auton renkaat tai vanteet eivät sisälly irtaimistovakuutukseen, **Elomaa** muistuttaa.

Perustason vakuutus on hyvä vaihtoehto siinä tapauksessa, jos haluat turvata mökillä säilytettävän omaisuutesi esimerkiksi palo-, varkaus-, murto- ja vuotovahinkojen varalta.

Suppealla vakuutusturvalla voit varautua ensisijaisesti palovahinkojen varalta. Palovahinkojen lisäksi vakuutusturvaa voi laajentaa kattamaan luonnonilmiöistä, varkaudesta tai vahingonteosta aiheutuneita vahinkoja.



Rakennuksen huollosta ja korjauksesta on huolehdittava säännöllisesti ja asianmukaisesti, jotta sen vakuutusarvo säilyy. Jos esimerkiksi vanhan mökkirakennuksen kunnosta ei ole huolehdittu, ei vahingon sattuessa vakuutus korvaa uutta vastaavaa mökkiä vanhan tilalle. Myös käyttövesiputkiston sekä mökki-irtaimiston ikä vaikuttavat lopullisiin maksettaviin korvauksiin. Tarkemmat tiedot ikävähennyksistä kannattaa tarkistaa aina vakuutusehdoista tai vakuutusalan ammattilaiselta.

Kotiin lähtiessä kaikki arvokkaampi irtain on hyvä siirtää sisätiloihin lukkojen taakse. Myös vene ja perämoottori tulee olla lukittuna rannassa. Jos seuraavaan mökkireissuun tiedetään jo ennalta olevan pidempi aikaväli, myös perämoottori on suositeltavaa teljetä lukkojen taakse piiloon.

Olethan tarkistanut mökin oleelliset turvallisuusasiat talven jäljiltä?

Paloturvallisuusseikkoihin tulee kiinnittää erityistä huomiota läpi mökkeilykauden. Jos kesänviettopaikalla on sähköt, kannattaa ensitöikseen tarkastaa sähkölaitteiden sekä sulakekaapin kunto. Vanhemmat sähkölaitteet ovat voineet kärsiä talven kylmyyden sekä kosteuden armoilla ja ne voivat siten koitua paloturvallisuusriskiksi. Myös jyräjät ovat voineet nakertaa sähköjohtoja tai kaasuletkuja talven aikana, joten on tärkeää tarkistaa niidenkin kunto ennen käyttöönottoa.

Mökillä käsitellään usein elävää tulta, joten tarkkaavaisuutta ei voida korostaa liikaa. Tulen ja tuhkan huolellisella käsittelyllä voidaan ennaltaehkäistä palovahinkojen syntymistä. Kytevääkään tulta ei saa jättää vartioimatta ja tulipesien tuhkot on aina hyvä siirtää palamattomaan, kannelliseen astiaan. Alkusammutusvälineet on hyvä pitää kai-ken varalta kädenulottuvissa, kun kyse on elävästä tulesta.

Palovaroittimien toimintakunnosta ja riittäväydestä tulee huolehtia – varoittimia suositellaan asentamaan jokaiseen nukkumatilaa. Aina silloin tällöin testinappulaa painamalla kannattaa varmistaa toimiiko palovaroitin niin kuin pitää. Myös nuohouksesta on huolehdittava säännöllisesti. Jos mökki on ympärivuotisessa käytössä, on nuohous teetettävä kerran vuodessa. Kesäkäytössä olevilla mökeillä tulisijojen nuohous kerran kolmessa vuodessa riittää.

Myrskyvahinkoihin voi varautua tarkkailemalla pihapiirin puustoa. Ota tarvittaessa yhteys puunkaadon ammattilaisiin ja ehkäise siten huonokuntoisten puiden kaatumisesta aiheutuneet vahingot ja harmit.

Mökin tarvikkeet kuntoon

Mökille on usein kertynyt yhtä jos toistakin tarviketta vuosien varrella. Mitä mökille kannattaisi sitten varata jo kotoa lähtiessä, jos siellä meinaa viihtyä pidemminkin ajanjakson kerralla?

Vaikka mökkipuuhastelujen lomassa puhelinta ei vilkuilisikaan normaaliin tapaan, on tärkeää huolehtia siitä, että akkuvarausta on jäljellä. Varavirtalähde kannattaa ladata täyteen jo kotona, jotta puhelimen lataus onnistuu vaikkapa laiturilla kesäpäivästä nauttiessa.

Monesti pihatöihin tai saunan lämmitykseen lähtiessä jalkaan vetäistään helposti puettavat sandaalit tai muut kevyet mökkikengät. Mökeillä maasto voi olla epätasaista ja juurakkoista, joten jalkineturvallisuuteen kannattaa kiinnittää huomio!

Myös perustason ensiapuvälineet on tärkeää pitää ajan tasalla. Sidostarpeilla ja desinfiointiaineella saa hoidettua pienimmät haaverit. Allergia- ja kipulääkkeet sekä kyyppakaus on tarpeen napata mökille lähtiessä mukaan ja samalla varmistaa, että niiden päiväykset ovat ajan tasalla.

Koordinaatit selville itselle ja muille

Usein kesämökit sijaitsevat monen mutkan takana, kaukana kaupungin hulinasta. Hädän hetkellä apujoukot eivät välttämättä ehdi

nopeasti perille. Siksi lähipiirille on hyvä ilmoittaa mökille menosta ja siitä, kuinka kauan mökkireissulla meinaa viipyä.

Kesämökin osoite ja koordinaatit on hyvä tallentaa puhelimeen muistiin, samoin kuin vaikkapa erilliselle muistilapulle mahdollisia hätätilanteita varten. Samoin älypuhelimeen

ladattu 112-sovellus on erinomainen tapa varautua äkillisiin tilanteisiin.

Puhelinsovelluksesta voi tarkistaa päivystysnumerot sekä omat sijaintitietonsa. Soittaessa tiedot välittyvät myös hätäkeskukseen. Mahdollisessa hätätilanteessa apujoukot on siten nopeasti kutsuttavissa paikalle. ☐

Hankitaan lisää jäseniä

Kerro liitostamme tutuillesi joiden tiedät jäävän lähiaikoina viettämään ansaittua ”kolmatta elämää”.

Kelo-liitolla on toistakymmentä jäsenyhdistystä ympäri Suomen, joiden yhteystiedot löydät lehden loppuosasta sekä liiton verkkosivulta

Anna tuttavallasi alla oleva liittymiskaavake jonka voi toimittaa haluamaasi KELO:n [yhdistykseen](#).

Lisätietoja löytyy helpoimmin verkosta

<https://www.keloliitto.fi/kelo/>

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

Yhdistysten kirjoituksia kotisivulle menneistä ja tulevista tapahtumista odotellaan uteliaina.

Kotkan ja Karhulan kunnallisten eläkeläisten yhteinen kevätretki Katariinan puistoon.

Joukko reippaita eläkeläisiä saapui Katariinan puistoon sateisesta säästä välittämättä, olihan edellisistä tapahtumista kulunut pitkä tovi. Puheensorinasta päätellen kaikilla oli



paljon kerrottavaa. Pieni tietoisuus yhdistysten ja Kelon asioista oli paikallaan, kuulumisten lomassa. Kahvikupponen maistui hyvältä pullan kera. Retkellä aina pitää olla makkaranpaistoa, joten niin meilläkin oli. Timo Domander hoiteli niin tulenteon kuin paistonkin ammattimaiseen tapaan. Sade kuitenkin yllätti ja retki sai kostean lopun. Retkeläiset olivat tyytyväisiä lyhyeksikin jääneeseen tapaamiseen.



Postikorteissa ja lastenkirjoissa tiput ovat suloisia ja jänikset ja kanit veikeitä. Tämä näkyi tänäkin vuonna esim. pääsiäiskorteissa, joita posti ihme ja kumma vielä toi muutaman.

Todellisuus on kuitenkin aivan muuta: söpöläiset voivat näyttää vaikka miten mukavilta, mutta... Istutat syksyllä kotipihaan hyväuskoisena kukkasipuleita tai yrität mökillä viljellä jotain. Parempiin suihin menevät molemmissa paikoissa. Mökillä viljelykset maistuvat isoille rusakoille ja kaupungissa citykaneille. Ja on rusakko tuttu Tikkurilassakin: aamulehteä postilaatikolta hakiessa saattaa pari melkein kengurulta näyttävää rusakkoa höristellä korviaan keskellä katua.

Citykanit ovat tulleet riesaksi etenkin pääkaupunkiseudulla. Niiden populaatiot kasvavat vuosi vuodelta ja ne ovat paitsi riesa asukkaille myös taloudellinen taakka kunnille.

Presidentilliset kanit

Entinen presidentti Relander omisti aikanaan kaniinitarhan Vantaalla. Hän jopa kirjoitti opaskirjan 'Kaniinin hoidosta'. Kirja julkaistiin v. 1910. Nykyaikana asiaa ajatellen kirjan aihe oli aika outo presidentille, mutta tuohon aikaan kaniinin kasvatusta oli monessa maassa asiallinen elinkeino. Ja kuten muistetaan, Relanderia kutsuttiin lempinimellä Reissu-Lassi. Asia siis johti toiseen....

Jos Relander oli innostunut kanitarhuri, toinen sen ajan julkkis Hella Wuolijoki kuvasi asiaa toisin: 'Viimeinen oikein valtatyhmyytemme huvilassamme oli kanitarha.' Sulo-puoliso oli ottanut kotiin Espooseen sata kania tarkoituksenaan kasvattaa niitä syötäväksi. Kaikki ei ilmeisesti mennyt kuin Strömsössä.

No, joka tapauksessa Relander yritti ajatella kanitarhasta laajemminkin: hän arveli, että kanista olisi vientituotteeksi maailmalle, kunhan suomalaiset 'tositeolla' ryhtyisivät asiaan käsiksi.' Hän ajatteli myös, että kaniininkasvatusta olisi eduksi Suomen **huoltovarmuudelle**. Tutuksi tullut sana koronan tiimoilta...

Kani-innostuksen aikaan Relander työskenteli assistenttina Valtion maanviljelys-taloudellisessa koelaitoksessa. Hän asui Tikkurilassa koelaitoksen mailla, joten oman kanitarhan perustaminen oli mahdollista.

Nykyajan citykanit eli villikanit

Lähes kaikkialla maapallolla kaupunkikaneista on tullut jonkunlainen ongelma. Villikanikanta on kasvanut Helsingissä voimakkaasti 2000-luvun taitteesta. Nykyisellään kanit ovat levinneet tehokkaasti myös kehä III:n ulkopuolelle.

Kanit aiheuttavat merkittäviä vahinkoja paitsi yksityisissä pihoissa ja puutarhoissa myös kaupunkien puistoalueilla ja hautausmailla. Ne syövät silmuja, juuria ja kaluavat oksia. On arvioitu, että pelkästään Helsingin kaupungin alueella kaniin aiheuttamat vahingot ovat satoja tuhansia euroja ja ne ovat kasvussa edelleen. Myös kasvustojen suojaaminen kaniin tuhoilta on kallista puuhaa.

Ennalta ehkäisy on yksinkertaisin tapa välttää citykanin aiheuttamilta vahingoilta. Aina se ei onnistu, jolloin rauhoitusajan (1.4.–31.8.) ulkopuolella voidaan ryhtyä järeämpiin toimiin. Metsästyksessä voidaan käyttää loukkua, jouta tai kaniinien ajamiseksi ulos pesästään koulutettua koiraa tai frettiä. Kani napataan pesän suulle asetettuun pussiverkkoon...

Frettiä?? Se olisi jo uusi jutun aihe!

Nimimerkki "Epätoivoinen viljelijä" Vantaalta



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

Matkailujaosto tiedottaa:

Vuosi 2021 vaikuttaa epävarmalta matkailun kannalta mutta matkatiimi on kuitenkin suunnitellut ja varannut listalla olevat matkat. Tiedotamme matkoista, muutoksista ja mahdollisista peruutuksista heti kun tilanne selkiytyy. Toivomme Teiltä siis kärsivällisyyttä ja ymmärrystä tilannetta kohtaan. **Huom.** Matkalle lähdetään **aina terveysturvallisuus etusijalla** ajatellen meidän kaikkien terveyttä ja hyvinvointia. Kelo ry:n matkailujaoston sihteerinä ja yhteyshenkilönä matkoille ilmoittautuviin, yhdistyksiin ja matkanjärjestäjiin toimii toistaiseksi Kelo ry:n hallituksen päätöksellä **Aini Leminen puh 040 717 4540**, email: aini.leminen@gmail.com.

Varausmaksu 50 € kaikille muille matkoille paitsi Montenegron matkalle 150 €.

Maksut: Maksuissa noudatetaan matkatoimiston antamaa aikataulua.

Syyskauden (1.7.-31.12.2021) ennakkomaksut maksetaan **1.7.2021 alkaen noudattaen viikon maksuaikaa**. Loppumaksun takaraja ilmoitettu kohteittain.

Maksun saaja: Julkisen alan eläkeläisten liitto Kelo ry, matkailujaosto
Tilinumero: FI29 1555 3000 1206 84.

Kaikista matkoista päiväkohtainen **matkaohjelma** jaetaan viimeistään satamassa, lentoasemalla tai kotimaan matkalla bussimatalla kohteeseen.

TERVETULOA MUKAAN RIEMUKKAILLE MATKOILLE! **KELO RY/matkailujaosto**

Jaosto pidättää oikeuden muuttaa matkaohjelmaa ja tiedottaa matkoista yhdistysten kokouksissa. Varmista **passin tai virallisen henkilökortin** sekä henkilökohtaisen matkavakuutuksen voimassaolo. PS: Jos haluat Tallinkin Club One-pisteet itsellesi niin **ilmoita kortin numero** varauksen yhteydessä. **Ohjelman laatijat:** Sirkka Härkönen, Aini Leminen, Hilikka Mattila

2.-5.9.2021 NARVAN OOPPERAPÄIVÄT; **Kansainvälisen, nykyaikaisen klassisen musiikin festivaali** **Vastuullinen matkanjärjestäjä HEINO TOURS OU**

Matkan hinta 305 €/hlö/2hh, 1 hh-lisä 72 €/hlö + liityntäkuljetus 2.9.2021 kokoontuminen Helsingin Länsiterminaali T1, 2 krs klo 16.45 Laiva lähtee klo 18.30. Laivakuljetus M/S Europa, yö laivassa B2-hytit.

3.9.2021 aamiaisen laivalla, bussikuljetus Narva-Jonsuuhun alkaa klo 10.00. Kahvitus vasalinnassa Pirtsessa ja tutustuminen linnoitukseen. Majoittuminen Noorus Spa kylpylään puolihoitona (aamiaisen, päivällisen) Sauna-vesikeskus käytössä klo 8.00–22.00. Päivällisen jälkeen lähdemme klo 18.30 bussilla Kreenholmin tekstiilitehtaalle katsomaan G.Puccinin oopperaa La Bohème, Jerusalem Lyric Opera Festival, Israel.

4.9.2021 syötyämme aamiaisen lähdemme klo 10.30 tutustumaan Narva-Joensuuhun ja Narvaan. Päivällinen hotellilla ja klo 18.30

lähtö Kreenholmin tekstiilitehtaalle katsomaan G. Rossinin oopperaa La Cenerentola (Tuhkimo).

5.9.2021 aamiaisen jälkeen lähtö kohti Tallinnaa Sillamäen kaupungin kautta, tutustumme myös viinan salakuljetusmuseoon.

13.30 lähtö Tallinnan D-terminaalista kohti Helsinkiä, jonne saavumme klo 15.30.

Matkalle ilmoittautuminen sekä viimeinen maksupäivä on 25.7.2021

Tilinumero: FI29 1555 3000 1206 84, pankkiviite 600549.

Muista passi ja henkilökohtainen matkavakuutus!



11.-18.10.2021 MONTENEGRO, kohde Herceg Novi Vastuullinen matkanjärjestäjä TILAUSMATKAT OY Kuopiosta

Matkan hinta 930 €/hlö/2 hh-huoneessa, 1 hh-lisä 135 €/hlö, merinäköala 90 €/hlö + liityntäkuljetus.

Hinta sisältää:

- lennot Helsinki - Dubrovnik- Helsinki
- lentokenttäkuljetukset kohteessa
- majoitus Hotel Sun Resort 2 hh
- aamiainen, päivällinen
- suomenkielisen oppaan palvelut
- käynti Dubrovnikin vanhassa kaupungissa
- retket: Bosnia/Hertsegovina Trabinje + viinitila ja Perast/Kotor
- Tarjolla myös retkiä lisämaksusta.



Matkalle tarvitaan passi. Sen tulee olla voimassa väh 3 kk matkan jälkeen. Kaikilla matkustajilla pitää olla voimassa oleva **matkavakuutus**.

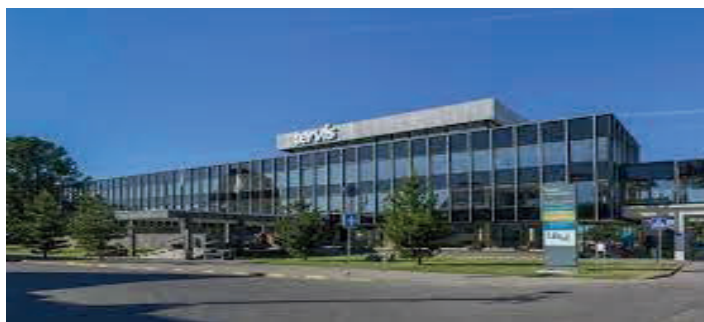
Ennakkomaksu 150 € tulee maksuun 20.7.2021, ennakkomaksua ei palauteta.

Loppumaksu erääntyy kuusi viikkoa ennen matkaa.

Tilinumero: FI29 1555 3000 1206 84, pankkiviite 600552.

Tarkempi matkaohjelma ilmoitetaan myöhemmin.

8.-15.11.2021 KYLPYLÄMATKA TERVIS KYLPYLÄÄN Pärnuun Vastuullinen matkanjärjestäjä HEINO TOURS OU



Matkan hinta 300 €/hlö/2hh, 1hh-lisä 112 € + liityntäkuljetus

Kokoontuminen 8.11.2021 Helsingin Länsiterminaali T1, 2krs klo 16.45.

Laiva lähtee klo 18.30. Laivakuljetus m/S Europa, yö laivassa B2-hytit. Aamiainen laivalla.

Bussimatka Pärnuun klo 10.00. Majoittuminen Tervis kylpylään, puolihoitolla (aamiainen ja päivällinen).

Matkan hintaan sisältyy myös perinteinen ”juhlapäivällinen”. Spa-saunakeskus käytössä ma-to klo 6.30–17.00 ja pe-su 6.30–22.00. Kuntosali käytössä klo 6.30–22.00.

Lääkärikonsultaatio halutuista hoidoista; 3 hoitoa/pv, 18 hoitoa matkan aikana.

15.11.2021 lähdemme kotimatkalle kylpylöstä klo 10.30. Paluumatka Helsinkiin alkaa D-terminaalista klo 13.30 ja Helsingissä olemme klo 15.30.

Matkalle ilmoittautuminen sekä matkan viimeinen maksupäivä on 1.10.2021.

Tilinumero: FI29 1555 3000 1206 84, pankkiviite 600565.

Päiväkohtainen matkaohjelma toimitetaan myöhemmin.

Muista passi ja henkilökohtainen matkavakuutus.

Pirkko Pajun huhtikuiset terveiset

Yhdistykseni on JHL Turku Eläkeläiset ry, jossa olen ollut jäsenenä vuodesta 2013 lähtien. Perheeni on minulle arvokas ja rikas voimavara. Siihen kuuluu aviomieheni Veikko, jonka kanssa on yhteistä taivalta kuljettu jo 50 vuotta, sekä lapset Kim ja Karoliina puolisoineen sekä neljä lastenlasta: Mimosa, Mirko, Camilla ja Aaron.

70-luvun puolivälissä, toimiessani perhepäivähoitajana, liityin kunta-alan ammattiliittoon (KTV:hen), mikä sitten toimi alkusysäyksenä ay-toimintaan osallistumiselle. 80-luvun lopulla pääsin Turun kaupungin valtuustoon.

90-luku oli aktiivista ja mielenkiintoista aikaa, jolloin toimin yhdistykseni, silloisen Turun Kaupungin Viranhaltijat KTV 36 ry (nykyään Julkisanalan ammattilaiset JHL 36 Turku ry) puheenjohtajana. Tämä tehtävä toi mukanaan vuosia kestäneen yhdistysmaailman edunvalvonta-asioihin paneutumisen ammattiliiton edustajistossa ja liittokokouksissa. Eläkkeelle jäin lastenhoitajan tehtävästä kymmenen vuotta sitten.

Aikanaan kokouksissa tapaamani upeat persoonat ovat jo jääneet eläkkeelle ja moni päätenyt Kelolaisiksi.

Tällä hetkellä me kaikki olemme haastavien rajoitusten ja karensien kourissa. Tapaamisia on vältetty, emmekä ole voineet kokoontua emmekä nähdä toisiamme.

Matkat ja retket ovat toistaiseksi jäissä. Ilon aiheena on ollut mm. korona rokotuksen saanti - jippii. Rokotus tuo meille suojaa ja toivoa siitä, että kyllä me tästä selviämme. Onneksi meillä on upea hallitus, joka on hoitanut asioitamme todella hyvin.

Olemme joutuneet keksimään uusia keinoja selvittääksemme koronatilanteesta. Meille iäkkäille kunnon säilyttäminen on tärkeänä asiana suuri haaste. Itse olen ollut huolissani, kun jumpat, jooga ja vesijuoksu ovat pysyneet katkolla jo toista vuotta.

Matkat kotimaassa ja ulkomailla ovat täysin tyssäneet. Meille niin tärkeät Espanjan matkatkin ystävien luokse ovat jääneet tekemättä. Jokapäiväiset kävelylenkit Ruissalossa ja Aurajokirannassa ovat tulleet tärkeiksi.

Onneksi täällä Turun seudulla oli upean runsasluminen talvi. Aloitin jopa hiihtämisen uudelleen monen vuoden tauon jälkeen.

Suuri rikkaus meille suomalaisille on neljä vuodenaikaa. On aina jotain uutta mitä odottaa. Nyt odotamme lumen alta pilkistäviä kukkia ja kasveja. Onko talvi kohdellut niitä hyvin. Ensimmäiset muuttolinnot ovat saapuneet ja laulullaan saavan meidät iloitsemaan kevään tulosta.

Auringon valon lisääntyminen tekee meidät iloiseksi, joten kohta me Kelolaisetkin kiidämme intoa puhkuen toistemme luo täynnä uusia ajatuksia ja suunnitelmia.

Toivotan kaikille oikein hyvää kesää ja voimia, kohta tavataan.

Terveisin Pirkko Paju

Ole lempeä itsellesi, sillä yrität kuitenkin parhaasi!



Mikä D-vitamiini?

Viime vuosien puhutuin vitamiiniaihe on ollut D-vitamiini, sen tarve ja saanti. Mitä tiedämme aiheesta nyt?



Eeva Kari erikoislääkäri

Elimistö tarvitsee vitamiineja ihan kaikkiin toimintoihinsa, ilman niitä emme toimi oikein. Tarvitut ainemäärät ovat tosin hyvin pieniä. Vitamiineja tarvitaan kaikkien ravintoaineryhmien, eli hiilihydraattien, valkuaisaineiden sekä rasvojen käsittelyyn elimistössä sekä esimerkiksi energiantuotantoon. Monilla vitamiineilla on myös elimistöä suojaava antioksidantti- eli hapettumisenestovaikutus.

Valitettavasti elimistö antaa merkkejä vitamiinipuutteesta yleensä vasta kun vitamiinivarastot ovat käyneet hyvin vähiin eli ravitsemuksellinen puutos on

kestänyt jo pitkään. Meillä on elimistössä pitkäaikaisessa varastossa rasvaliukoisia A-, D-, E- ja K-vitamiineja, joiden puutostilat saattavat ilmetä vasta kuukausia kestäneen niukan saannin jälkeen. Myös vesiliukoisista B- ja C-vitamiineja on varastoitunut elimistöön jonkin verran, joskin rasvaliukoisia vitamiineja selvästi niukemmin. Väestötasolla suomalaisilla on selvin puute B-vitamiineihin kuuluvasta foolihaposta ja D-vitamiinista. Foolihappo on raskauden aikana erittäin tärkeää sikiön normaalille kehitykselle. D-vitamiinia taas tarvitaan koko elinkaaren ajan vahvojen luiden kehittymiseen ja ylläpitoon. D-vitamiinia saadaan ravinnon lisäksi auringosta ultraviolettisäteiden avulla

Pohjoisen sijaintimme vuoksi Suomessa se aika vuodesta, jolloin ultraviolettisäteilyä tulee riittävästi maan pinnalle saakka, on kovin lyhyt. Vaalea ja auringolta suojattava ihomme sekä toimistotyö heikentävät tai jopa estävät D-vitamiinin muodostumisen ihossa. Ihmiset ovat sitä paitsi nykyään aika valveutuneita ultraviolettisäteilyn aiheuttamista terveysongelmista, ja siksi käyttävät erilaisia auringonsuojatuotteita, jotka vähentävät D-vitamiinin muodostumista ihossa. Lisäksi D-vitamiinin muodostuminen ihossa vähenee iän myötä.

Luonnollista D3-vitamiinia eli kolekalsiferolia saa ravinnosta, lähinnä eläinperäisistä tuotteista, kuten rasvaisista kaloista, esimerkiksi lohikaloista, ja maitotuotteista. Myös auringon ultravioletti-B-säteilyn synnyttämä D-vitamiini

on kolekalsiferolia. Kasvikunnasta, kuten esimerkiksi sienistä, saadaan hie-
man tehottomampaa D2-vitamiinia eli
ergokalsiferolia. Useisiin maitotuottei-
siin on jo vuosia lisätty D3-vitamiinia.
Monien on kuitenkin mahdotonta
saada ravinnostaan riittävästi D-vita-
miinia ja silloin tarvitaan lisäksi jokin D-
vitamiinivalmiste yksinään tai yhdessä
kalsiumin kanssa, tai vaihtoehtoisesti
kalanmaksaöljynä. Yleisesti ottaen voi-
daan sanoa, että monipuolinen ravitse-
mus takaa hyvän vitamiinisaannin,
mutta jos sen suhteen on epävar-
muutta, jokin monivitamiinivalmiste
voi olla täydennyksenä paikallaan.
D-vitamiinin tarvittavan määrän suh-
teen tuntuu olevan kahta koulukuntaa:
toiset varoittavat yliannostuksesta, ja
toisten mielestä suomalaisten pitäisi
saada D-vitamiinia enemmän kuin tällä
hetkellä saadaan. Valtion ravitsemus-
neuvottelukunnan vuoden 2014 suosi-
tus D-vitamiinin saannista 2–17-vuoti-
aille on 7,5 mikrogrammaa vuorokau-
dessa ympäri vuoden, eli nykyisellä vi-
taminoinnilla se tarkoittaa 7,5 desilit-
raa vitaminoitua maitoa päivässä. Yli
75-vuotiaille suositellaan 20 mikro-
grammaa D-vitamiinia päivässä ympäri
vuoden; määrän saa kahdesta maitolit-
rasta. Jos päivittäin ei käytetä vitami-
noituja tuotteita tai kalaa 2–3 kertaa
viikossa, suositellaan 18–74-vuotiaille
lokakuusta maaliskuulle 10 mikrogram-
man vitamiinilisää. Mielenkiinnolla
odotetaan Valtion ravitsemusneuvot-
telukunnan seuraavia suosituksia, jotka
julkaistaneen aikaisintaan vuonna
2023.

Voiko vitamiineja sitten saada liikaa?
Vesiliukoisten vitamiinien suhteen yli-
annostus ei yleensä ole ongelma, sillä
ylimäärä huuhtoutuu virtsan mukana
pois elimistöstä. Rasvaliukoisten vita-
miinien suhteen tilanne onkin sitten
hieman toisenlainen, sillä ne varastoi-
tavat elimistöön. Peruslähtökohtana
on, että myyntipakkausten pakkausse-
lostee tulee lukea tarkasti, ja valmista-
jan antamaa käyttöohjetta tulee nou-
dattaa myös käytännössä. Helpoiten
rasvaliukoisista vitamiineista yliannos-
tuksen saa aktiivisesti itseään hoitava
henkilö, joka saa samaa vitamiinia use-
asta eri lähteestä. Tämänlainen tilanne
voi syntyä esimerkiksi silloin, kun D-vi-
tamiinia saa terveellisestä ravinnosta,
monivitamiinitabletista, kalsium-D-vi-
tamiinivalmisteesta sekä kalanmaksa-
öljystä. Vahingollinen yliannostus voi
tulla myös lapselle, joka ei ymmärrä,
että hyvänmakuinen purtava vitamii-
nitabletti ei ole makeinen. On aina ai-
kuisten vastuulla säilyttää nämä val-
misteet oikein eli lasten ulottumatto-
missa.

D-vitamiinivaje on Suomessa tyypilli-
sempää kuin uskoisi. Valitettavasti D-
vitamiininpuutos jää usein huomaamatta,
sillä puutosoireita ei osata tun-
nistaa. Vajeen merkinä on usein os-
teoporoottiseksi luokiteltava luunmur-
tuma tai luunpehmenystauti, jota lap-
silla nimitetään riisitaudiksi ja aikuisilla
osteomalasiaksi. Syitä epäillä puutosti-
laa ovat myös D-vitamiinin puuttee-
seen usein liitetty infektioalttius, ientu-
lehdus ja vanhusten kaatuilutaipumus.

Joidenkin tutkimusten mukaan seitsemällä kymmenestä kasvuikäisestä suomalaisesta ja puolella keski-ikäisistä suomalaisista on lievä D-vitamiinin puutos. D-vitamiinin tarve lisääntyy tilanteissa, joissa kalsiumin tarve on kohonnut. D-vitamiini turvaa luuston tärkeiden rakennusaineiden saannin koko elämän ajan – auttamalla kalsiumin ja fosfaatin imeytymistä suolistossa. Tämä tärkeä vitamiini osallistuu kilpirauhashormonin kanssa luiden mineraalipitoisuuden säätelyyn. Se myös vahvistaa immuunipuolustusjärjestelmää ja vähentää infektiosairauksien riskiä.

Lapsuus- ja nuoruusiän nopea kasvu vaatii riittävästi D-vitamiinia. Myös vaihdevuodet muuttavat vitamiinitasapainoa, jolloin luun mineraalitiheys usein laskee. Eikä tarve vähene ikään-

tyvilläkään. D-vitamiinilisä yhdessä kalsiumlisän kanssa saattaa vähentää vanhempien henkilöiden kaatuilutaipumusta ja reisiluun murtumia. Pitkittynyt rintaruokinta ilman D-vitamiinilisää, veganismi, keliakia ja laihduttaminen lisäävät nekin vajeriskii. Laihduttamisessa kun moni turvautuu liian yksipuoliseen ravintoon.

Onko D-vitamiineilla eroa? Eli onko sillä merkitystä, popsinko pillereitä, juonko maitoa vai olenko auringossa? Lopputuleman suhteen ei ole merkitystä millä tavalla D-vitamiini hankitaan. Harva kuitenkaan voi olla niin kauan auringossa, että sitä muodostuisi riittävästi koko vuoden tarpeisiin. Ravitsemuksellisestikin riittävä saanti tekee tiukkaa. D-vitamiinin saannin varmistamiseksi useimmat tarvitsevatkin sen lääkkeestä tai ravintolisästä.



Mustarastaan munat Kalkkikalliolla
Tikkurilassa 1.5. Kuva: Ritva Sirkiä



Pyhäselkää Joensuun Kuhasalossa 25.4.
Kuva: Martti "Masa" Piironen



KELO RY:N YHDISTYSPÄIVÄT **PÄIVÄ TUHKOLMASSA RISTEILYN MERKEISSÄ 23.-25.8.2021**

Matkalle ovat tervetulleita kaikki Kelo ry:n jäsenyhdistysten jäsenet.

Risteilyllä paneudumme ajankohtaisiin asioihin koronavuoden jälkeen, tutustumme uusiin Kotisivuihin ja Eeva Björklund ja Pertti Rinne pitävät Kotisivujen käyttöön ohjaavaa klinikkaa.

Paneudumme yhteistyön syventämiseen/tutustumiseen yhdistysten ja niiden jäsenten välillä.

Ohjelmassa on myös luentoja ajankohtaisista aiheista, terveydestä ym.

Toivomme myös yhdistyksiltä omaa ohjelmaa esim. tanssia, musiikkia, sketsejä, pubi visaa jne.

Ilmoittakaa esiintymishalukkuudesta Aini Lemiselle (yhteystiedot alla)

Koronarajoitukset vaikuttavat matkaohjelmaan, joten suunnittelemme Päivä Tukholmassa ohjelmaa kahdella tavalla:

1. Käymme päivän aikana opastetulla kiertoajelulla Tukholmassa
2. Järjestämme ohjelmaa laivalla mm. pidämme ”hallituksen kyselytunnin”

23.8.2021 Kokoonnumme klo 11.30 Helsingin Olympiaterminaalissa (osoite Olympiaranta 3) lippujen jakoa varten. Laivaan, Silja Serenade, päästyämme klo 12.00 kokoonnumme Silja Serenaden kokousosastolle tervetulo-/tiedotustilaisuuteen. Päivä jatkuu luentojen, keittolounaan ja muun ohjelman merkeissä päättyen yhteiseen buffet-illalliseen.

24.8.2021 Päivä aloitetaan maittavalla aamiaisella. Päivän ohjelma riippuu Ruotsin koronatilanteesta (vaihtoehdot 1 tai 2)

Nautimme yhteisen buffet-illallisen ja tarpeen tullen jatkamme vielä iltaa Kotisivuklinikan ja yhdessäolon merkeissä.

25.8.2021 Päättämme matkan buffet-aamiaiseen ja valmistaudumme kotimatkalle.

Laiva saapuu Helsinkiin klo 10.00.

Koronarajoituksista johtuen matkaohjelmaan voi tulla muutoksia ja voidaan esim. pyytää koronarokotustodistusta. Tiedotamme näistä asioista myöhemmin.

Matkan hinta on 160 € /hlö + liityntäkuljetukset

Hinta sisältää: Laivamatkat 2 hengen A-luokan hytissä, 2 illallista, 2 aamiaista, keittolounaan, ohjelman laivalla ja kiertoajelun Tukholmassa (tai vaihtoehtoisesti kahvi- ym. tarjoilua laivalla).

Ilmoittautumiset ja tiedustelut 15.7.2021 mennessä: Aini Leminen, puh 040 717 4540,
email: aini.leminen@gmail.com.

Maksun eräpäivä 20.7.2021 (ei varausmaksua) ja maksun saaja:

Julkisen alan eläkeläisten liitto Kelo ry, matkailujaosto, Tilinumero: FI29 1555 3000 1206 84.

KELO ry:n jäsenyhdistykset

Puheenjohtajat 2021

Eläkeläiskerho Hely ry

Timo Tilli
timo.tilli(at)hotmail.co

Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry

Anita Vihervaara
anita.vihervaara(at)gmail.com

Hyvinkään julkisen alan eläkeläiset ry

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

Joensuun julkisen alan eläkeläiset ry

Merja Kinnunen
merjaa.kinnunen(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 kunnalliset eläkeläiset ry

Maija Liisa Tiihonen
hannuraimotiihonen(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

Markku Kierikka
makeanne45(at)gmail.com

JHL Turku eläkeläiset ry

Hannele Vepsä
hannele.vepsa(at)gmail.com

Vantaan Julkisen alan eläkeläiset ry

Anneli Korhonen
anneli.korhonen(at)gmail.com

VSSHP:n Kuntayhtymän henkilökunta

JHL ry 114 eläkeläiset
Marja-Leena Kostamo
marjaleenako(at)gmail.com

Matkavastaavat

ei nimetty
timo.tilli(at)hotmail.com

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

Anneli Neva
annelineva(at)hotmail.com

Ari Tielinen
arit(at)elisanet.fi

Liisa Paavola
keijo1960(at)luukku.com

Liisa Paavola
keijo1960(at)luukku.com

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

Helena Tervo
helena.tervo(at)hotmail.com

Ari Lehtinen
ari(at)lehtiset.fi

Markku Kierikka
makeanne45(at)gmail.com

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

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

Marja-Leena Kostamo
marjaleenako(at)gmail.com