

Senioriopettaja

Nro 1/2019

25.1.2019



**Jäsenetusi vuonna 2019
Oulu kutsuu senioriopettajapäiville
Pohjoismaiset päivät pidetään Färsaarilla**

Senioriopettaja

Nro 1/2019 25.1.2019

Kuva: Matti



Ikäihmisten terveellinen ravinto on vuonna 2019 OSJ:n teemana ja teemavuosi näkyy myös vuoden mittaan Senioriopettajan sivuilla.

Tässä numerossa

- 4 Oulu kutsuu senioriopettajapäiville
- 5 Puheenjohtaja kehottaa äänestämään
- 7 Terveellinen ravinto vuoden teemana
- 8 Akavassa aloitti seniorityöryhmä
- 13 Lääketieteen palapeliä rakentamassa
- 15 Senioriopettajan jäsenedut 2019
- 21 Tiesitkö tämän ystävänpäivästä?
- 22 Oulainen ja Merijärvi juhliivat
- 23 Elämää suurempia tunteita
- 25 Seniorikokilta alkuvuoden herkkuja

Julkaisija: Opetusalan Seniorijärjestö OSJ ry
Undervisningssektorns Seniororganisation rf

Puheenjohtaja

Erkki Kangasniemi
Bredantie 40, 02700 Kauniainen
erkki.kangasniemi@gmail.com

Toiminnanjohtaja

Kirsti Lehtinen
020 748 9736
kirsti.lehtinen@oaj.fi

Järjestösihteeri

Tuula Laine
020 748 9735
tuula.laine@oaj.fi

Postiosoite

Opetusalan Seniorijärjestö OSJ ry
Rautatieläisenkatu 6, 00520 Helsinki
020 748 9736

Osoite- ja jäsentietojen muutokset

Opetusalan Seniorijärjestön toimisto
020 748 9678
seniorit@oaj.fi

www.osj.fi
www.facebook.com/osjry

Päätoimittaja/toimitussihteeri

Anneli Rajaniemi

Kytöpolku 33, 00740 Helsinki

puh 040 768 8436

senioriopettaja@osj.fi

Kaikki lehteen tuleva aineisto

päätoimittajalle: senioriopettaja@osj.fi

Ilmestyy kuusi numeroa vuodessa

Painos 22 200 kpl

ISSN 1798-6885

Toimitusneuvosto:

Marja-Terttu Halpio-Huttunen (pj), 044 293 3839

mthalpio@gmail.com

Arja Jääskeläinen, 044 306 9545

arjajii@gmail.com

Erkki Kangasniemi

erkki.kangasniemi@gmail.com

Kari-Veli Lehtonen, 050 582 3105

kariveli.lehtonen@gmail.com

Osmo Ukkonen, 040 763 7202

osmoukk@suomi24.fi

Anneli Rajaniemi (siht.) päätoimittaja

Taitto: Tuula Koivula ja Anneli Rajaniemi

Kirjapaino: Forssa Print, Esko Aaltosen katu 2, 30100 Forssa

puh. 03 4235 1

sähköposti: asiakaspalvelu@forssaprint.fi



Lehti julkaisee OSJ ry:n jäsenten pikkuilmoituksia maksutta.

Tilaushinta sisältyy jäsenmaksuun.

Toimituksellinen aineisto pyydetään lähettämään päätoimittajalle PC-muodossa kirjoitettuna ilman rivinvaihtoja tai pakkotavutuksia. Naputa kolme tyhjää lyöntiä kappalejon merkiksi! Kuvat suositellaan ottamaan mahdollisimman suuressa koossa. Käytä mieluummin sähköpostia, tekstit esimerkiksi Word tai RTF muodossa. Konekirjoitettu paperikäsikirjoitus käy myös. Tekstit ja kuvat voi lähettää myös CD-levyllä. Aineisto palautetaan vain pyydettyäessä.

20. vuosikerta

Ilmestymisaikataulu 2019

Numero	Aineisto	Ilmestyy
2	13.2.2019	22.3.2019
3	17.4.2019	24.5.2019
4	21.8.2019	27.9.2019
5	18.9.2019	25.10.2019
6	13.11.2019	20.12.2019

Kansi

"Tykky-Ukko",

Kansikuvakilpailun 2. sija

Kuva: Pertti Leino



Tilastokeskus julkaisi marraskuun 2018 loppupuolella tuoreen väestöennusteen. Se on pitkän aikavälin ennuste, jonka perusteella suomalaista yhteiskuntaa suunnitellaan. Väestöennusteen mukaan mitoitetaan muun muassa sosiaali-, terveys- ja koulutusmenoja.

Tällä kertaa ennuste oli tummansävyinen. Syntyvyys Suomessa on laskenut viidenneksen seitsemässä vuodessa. Edellisen kerran syntyvyys on laskenut näin monena perättäisenä vuonna 1960-luvulla.

Samalla kun ennuste julkistettiin, alkoi myös pohdinta eläkejärjestelmän kestäväyydestä. Miksi näin? Suomalainen eläkejärjestelmä nojaa ylisukupolvisen vastuuseen: kukin työssä käyvä ikäluokka maksaa suurelta osin maksussa olevat eläkkeet.

Julkistamisaikaan media täyttyi viesteistä, joissa peloteltiin nuoria. Hätäisimmät kaivoivat työkalupakista esiin erilaiset höylät ja leikkurit, kukin edunvalvontataho omansa.

Väestöennuste ei ole kuitenkaan koko totuus Suomen tulevaisuudesta. Pitkälle tulevaisuuteen kurkottavat laskelmat ovat alttiita sellaisille muutoksille, joita emme tällä hetkellä pysty ennakoimaan.

Muistaa kannattaa myös se, että suoma-

lainen lakisääteinen eläkejärjestelmä sinänsä on hyvässä kunnossa. Väestön ikääntymiseen on varauduttu rahastoinnilla, ja rahastojen tuotoilla pystytään pitkän aikaa tasaamaan eläkemenon nousua.

Eläkejärjestelmän kannalta suurin merkitys on syntyvyyden lisäksi työssä olevan väestön määrällä. Syntyvyyden ja maahanmuuton ohella tähän vaikuttavat esimerkiksi väestön osaaminen ja koulutus, työttömyyteen ja työelämän laatuun liittyvät asiat sekä millaisessa kunnossa kansantaloutemme kaikkiaan on.

Työllisyyden lisäämiseen ei ole hokkuspokuskonsteja. Maahanmuuttajat eivät muutu ratkaisuksi, jos heitä ei palkata töihin. Vanhimmat työntekijät eivät pysy työelämässä, jos heitä syrjitään. Nuoret eivät siirry nykyistä nopeammin töihin, jos koulutukseen pääsemisessä ja koulutuksen järjestämisessä on ongelmia.

Eduskuntavaalien jälkeen uusi hallitus alkaa neuvotella hallitusohjelmasta. Eläkkeellä olevien tulee olla valppaana.

Työeläke perustuu palkasta maksettuihin työeläkemaksuihin. Ansaittua eläkeoikeutta koskee omaisuudensuoja. Näin ollen maksussa olevan työeläkkeen tasoon ei voida puuttua poliittisilla, taloudellisilla eikä hallinnollisilla päätöksillä.



Yhtä tärkeää on pitää huolta, etteivät työeläkkeet jää lisää jälkeä ansiotason tai hintojen noususta.

Suomalaista yhteiskuntaa on rakennettu maltilla. Siitä on syytä pitää kiinni myös ennusteita luettaessa.

Kirsti Lehtinen
toiminnanjohtaja
kirsti.lehtinen@oaj.fi

Besinning med statistiksensationen

Statistikcentralen publicerade i slutet av november 2018 en färsk befolkningsprognos. Det är fråga om en långtidsprognos utgående från vilken det finska samhället planeras. Genom befolkningsprognosen mäter man bland annat utgifterna för social-, hälsovård och utgifter för utbildningen.

Denna gång var prognosen dystert. Födelse- och dödsantalet i Finland har sjunkit med en femtedel på sju år. Föregående gång som födelse- och dödsantalet har sjunkit under så här många år efter varandra var på 1960-talet.

Samtidigt som prognosen publicerades började man också fundera på pensionssystemets hållbarhet. Varför så? Det finska pensionssystemet baserar sig på ansvaret över generationerna: varje generation i arbetslivet betalar till stor del de pensioner som skall utbetalas.

Vid tiden för publiceringen fylldes media med uppgifter som skrämde de unga. De mest ängsliga grävde fram ur sin verktygslåda olika hyvlar och sekatorer, varje intressebevakningsorganisation sin egen.

Befolkningsprognosen är inte den hela sanningen om Finlands framtid. Beräkningar som baserar sig på en långtidsprognos kan utsättas för sådana förändringar som vi i detta nu inte kan förutspå.

Det lönar sig också att komma ihåg att det finska lagstadgade pensionssystemet i sig är bra. Man har förberett sig för den åldrande befolkningen med fonderingar. Genom avkastningen på fonderna kan man under en lång tid utjämna pensionsutgifternas ökning.

För pensionssystemet är förutom födelseantalet antalet människor ute i arbetslivet av den största betydelse. Vid sidan av födelse- och dödsantalet påverkas detta av befolkningens kunskap och utbildning, faktorer som inverkar på arbetslösheten och kvaliteten på arbetslivet samt i vilket skick landets ekonomi är.

Det går inte att öka på sysselsättningen genom hokuspokus konst. Invandrarna blir inte en lösning om man inte ger dem anställning. De äldre arbetstagarna stannar inte kvar i arbetslivet om de diskrimineras. De unga kommer inte snabbare in i arbetslivet

om det är problem med att få utbildningsplats eller om det är problem med att anordna utbildning.

Efter riksdagsvalet börjar den nya regeringen förhandla om regeringsprogrammet. Pensionärerna bör hålla sig på alerten.

Arbetspensionen baserar sig på de på lönen utbetalade pensionsavgifterna. Den intjänade pensionen har ett egendomsskydd. Därför kan man inte blanda sig i de pensioner som utbetalas med politiska, ekonomiska eller administrativa beslut.

Lika viktigt är att se till att arbetspensionerna inte halkar ännu mera efter inkomstökningar eller prisstegringarna.

Det finska samhället är uppbyggt med sans. Det finns all orsak att hålla fast vid detta också efter att ha läst prognoserna.

Kirsti Lehtinen
verksamhetsledare

Ulla Bäck
översättning



Valtakunnalliset Senioriopettajapäivät järjestetään Oulussa 14.–15.9.2019



Kuva: Oulun kaupunki



Ensi syksyn Senioriopettajapäivät järjestetään Oulussa.
Oulu – The Capital of Northern Scandinavia –
kutsuu senioriopettajia kaikkialta Suomesta
nauttimaan hyvästä ohjelmasta
ja parhaasta mahdollisesta seurasta.

Me Oulunseudun senioriopettajat
haluamme järjestää teille
muistorikkaan tapahtuman.
Tarkempi ohjelma päiviltä
ilmestyy seuraavassa lehdessä,
jossa myös julkaistaan
ohjeet majoituksen ja
ilmoittautumisen osalta.

**TERVETULOA –
OULUSA OSATAAN!**

Oulun seudun senioriopettajat ry

Senioriopettajapäivät Oulussa 14.–15.9.2019

Äänestämisen ei auta mitään?

Liiian moni tuntuu olevan sitä mieltä, ettei kannata äänestää, kun se ei kuitenkaan vaikuta mitään. Se ainakin on varmaa, että jos ei äänestä, niin ei voi vaikuttaa. Jos jätät äänestämättä, niin silloin muut vievät kehitystä ehkä sellaiseen suuntaan, mikä on kaikkein huonointa juuri sinun kannaltasi.

On vahinko, että eläkeläisjärjestöt eivät ole löytäneet yhteistyötä kaikkien eläkeläisten etujen ja aseman turvaamiseksi. Joskus tuntuu siltä, että eläkeläiset ovat enemmän kateellisia toisille eläkeläisryhmille kuin muille.

Eläkeläisiä on jo yli 1,5 miljoonaa. Heitä on kaikista äänioikeutetuista noin 35 prosenttia. Mikäli he käyvät ahkerasti äänestämässä, niin jopa 40 prosenttia ehdokkaista saa äänensä tältä joukolta. Tärkeää on myös se, että eläkeläisten puolustajia löytyisi monesta puolueesta. Toivottavasti meillä on myös mahdollisimman monta omaa ehdokasta.

Valitettavasti kaikki viime aikoina annetut politiikkojen lupaukset ovat koskeneet vain kaikkein pienimpien eläkkeiden puolustamista. On totta, että meillä on suuri määrä todella pientä eläkettä saavia senioreita. Noin 40 prosenttia saa eläkettä alle 1250 euroa/kk.

Ei kuitenkaan saa olla niin, että pieniä eläkkeitä hoidetaan leikkaamalla edelleen niiltä, jotka ovat aikanaan kouluttaneet itsensä vaativimpiin tehtäviin. He ovat saa-

neet hiukan parempaa palkkaa ja maksaneet palkastaan suurempia eläkemaksuja. Eläkkeiden ansiosidonnaisuuden säilyttäminen on tärkeää ja myös oikeudenmukaista.

Eduskuntavaalit ovat jo 14. huhtikuuta. Senioreille nämä ovat hyvin tärkeät vaalit. Eläkkeisiin kohdistuu monenlaisia uhkia. Vaarana on myös se, että tulevia eläkeindeksejä muutetaan siten, että ne olisivat sekä meidän että muiden akavalaisten ryhmien kannalta entistä epäedullisimpia. Lisäksi tällä hetkellä eläkeläiset joutuvat maksamaan veron muodossa myös eläkemaksun, vaikka se on jo kertaalleen maksettu. Hämäävästi puhutaan niin sanotuista veroluonteisista maksuista.

Maamme talouden suunta on vihdoinkin saatu nousuun, tosin paljon myöhemmin kuin kilpailijamaissamme. Meidän kaikkien kannalta on ratkaisevan tärkeää se, että talouden nousu jatkuu ja työllisyystilanne paranee. Valtion velkaa ei saa enää lisätä poliittisilla päätöksillä. Hyvinvointivaltion leikkauksilta ei välttyä, mikäli maamme kilpailukyky ja myönteinen talouskasvu vaarannetaan.

Eläkeyhtiöiden varallisuus on jo selvästi yli 200 miljardia euroa. Eläkemaksut ja tämän varallisuuden tuotot ylittävät vielä vuosikautia eläkemenoja usealla miljardilla. Näin sijoitusvarallisuus tulee edelleen kasvamaan huomattavasti. Tosin huonoilla poliittisilla päätöksillä tätäkin tuottoa voidaan heikentää.



Kuva: Anneli Rajaniemi

Työeläkkeet maksetaan eläkeyhtiöiden varallisuudesta. Valtio tai kunnat eivät saa säästöä, mikäli eläkkeitä heikennetään. Päinvastoin eläkeläisten ostovoima heikkenisi ja julkisen sektorin verotulot vähenisivät. Se vaikuttaisi myös työllisyyteen ja koko maamme talouden vireyteen negatiivisesti.

Menkää äänestämään ja myös ehdokkaiksi vaaleihin. Vaatikka omalta ehdokaskandidaatiltanne etukäteen selkeä kanta siihen, puolustaako hän juuri sen taseisia eläkkeitä, mitä itse edustat. Ei kannata tyytyä ympärypyöreisiin politiikkojen lupauksiin.

Toivottavasti meillä on tämän lehden ilmestyessä kunnan talvi koko maassa.

Joka tapauksessa menkää ulos ja pitäkää huoli kunnostanne. Ottakaa myös ystävät ja läheiset mukaan. Liikkumalla saat parhaiten säilymään kuntosi ja toimintakykysi hyvänä mahdollisimman pitkään. Pienikin päivittäinen liikkuminen on hyödyksi.

Kauniaissa 14.12.2019

Erkki Kangasniemi
puheenjohtaja
erkki.kangasniemi@gmail.com

Pohjoismaiset senioriopettajapäivät

Färssaarilla 5.–9.6.2019

Vuonna 2019 päivät järjestää Färssaret. Päivillä vaihdamme ajatuksia ja kokemuksia pohjoismaisten kollegojemme kanssa.

Viikkoon mahtuu niin retkiä, opastuksia kuin tutustumistakin paikalliseen kulttuuriin. Päivillä käytetään pääosin skandinaavisia kieliä.

Osallistujat majoittuvat Tórshavnissa, hotelli Hafniassa, Áarvegur 4–10, Tórshavn. Hotelli sijaitsee Tórshavnin keskustassa.



OHJELMA

keskiviikko 5.6.2019

Tulo ja sisäänkirjautuminen hotelliin, huoneet valmiina klo 14 (sitä ennen tulevat voivat jättää matkatavarat hotellin matkatavarasäilykseen)

- | | |
|-------|--|
| 15.00 | Kahvia ja voileipiä tarjolla |
| 16.30 | Kävelykierros Tórshavnin vanhassa osassa |
| 19.00 | Yhteinen päivällinen, tietoa päivästä ja mukavaa yhdessäoloa |

torstai 6.6.2019

- | | |
|-----------|---|
| 6.30–7.30 | Aamiainen |
| 8.00 | Lähtö päivän retkelle, osa matkasta tehdään busseilla, osa laivalla. Päivän ohjelmassa ovat esimerkiksi Klaksvik, joka on Färssarten toiseksi suurin kaupunki, Kalsoyn saari sekä sen Mikladalur-kylä. Tutuiksi tulevat esimerkiksi färssarelainen taiteilija Hans Pauli Olsen ja tanskalainen taiteilija Joakim Skovgaard. Retken aikana tarjotaan kevyt lounas. |
| 19.00 | Päivällinen ja mukavaa yhdessäoloa |

perjantai 7.6.2019

- | | |
|-------------|---|
| 7.00–9.00 | Aamiainen |
| 9.30 | Laivamatka m/s Ternanilla Nólsoyhin (laivamatka kestää noin 20 minuuttia) |
| 10.00–11.00 | Luento Nólsoyssa |
| 11.00–12.30 | Opastettu tutustuminen paikkaan |
| 13.00–14.30 | Lounas |
| 14.45 | Tutustuminen Nólsoyarin kouluun, jonka jälkeen vapaata aikaa tutustua paikkaan omin päin, voi käydä esimerkiksi kirkossa, talomuseossa tai paikallisia tuotteita myyvässä kaupassa. |
| 16.45 | Laivamatka takaisin Tórshavniin, m/s Ternan |
| 19.00 | Kalabuffet hotellissa ja mukavaa yhdessäoloa |

lauantai 8.6.2019

- | | |
|-------------|--|
| 7.00–9.00 | Aamiainen |
| 9.00–13.30 | Omaa aikaa Tórshavnissa |
| 13.30–15.30 | Tapaaminen lauantaibrunssilla Nordens Hus -talossa, samalla osallistujille kerrotaan talon historiasta; osallistujat tulevat paikalle omin neuvoin |
| 15.30–17.00 | Matkalla takaisin hotelliin tutustutaan Listaskálin taidemuseoon. |
| 18.30–01.00 | Juhlaillallinen |

sunnuntai 9.6.2019

- | | |
|---|-----------|
| 7.00–10.00 | Aamiainen |
| Uloskirjautuminen hotellista viimeistään klo 12.00 ja kotimatka | |

Ruokailuilla tarjotaan vettä. Alkoholi juomat ja muut virvokkeet jokainen maksaa itse. Juhlaillallinen on poikkeus: illallisen hintaan kuuluu myös muutama lasi viiniä.

Hinnat

- | |
|-----------------------------------|
| 750 euroa/kahden hengen huoneessa |
| 815 euroa/yhden hengen huoneessa |

Hintaan sisältyvät majoitus, aamiaiset ja ohjelmassa mainitut lounaat ja päivälliset sekä retket ja opastukset.

Sen sijaan matkat Suomesta Färssarille ja takaisin tai matka lentokentältä hotelliin/hotellista lentokentälle eivät kuulu hintaan.

Jos haluatte majoittua ennen tai jälkeen päivien hotellissa, nämä yöt jokaisen pitää itse varata ja maksaa suoraan hotelliin.

Ilmoittautuminen

Opetusalan Seniorijärjestön toimistoon (seniorit@oaj.fi tai 020 748 9678) viimeistään 24.2.2019. Ilmoittautuminen vahvistetaan maksamalla 4.3.2018 mennessä ennakkomaksuna 100 euroa OSJ:n tilille FI62 2046 1800 0235 74.

Loput osallistumismaksusta maksetaan 1.5.2019 mennessä samalle tilille (1 hengen huoneesta 715 euroa ja 2 hengen huoneesta 650 euroa).

Ilmoittautumisessa tarvittavat tiedot:

- nimi
- sähköpostiosoite ja puhelinnumero (+358-muodossa)
- syntymäaika
- majoittuminen (yhden vai kahden hengen huoneessa; 2 hh:ssa majoittuvien toivomme ilmoittavan myös huonetoverin nimen)
- mahdolliset ruoka- tai liikuntarajoitteet
- tuloaika Tórshavniin keskiviikkona 5.6.2019.

Tiedustelut

Toiminnanjohtaja Kirsti Lehtinen, kirsti.lehtinen@oaj.fi, 020 748 9736

Miten Färssarille pääsee?

Färssarille pääsee lentämään Suomesta esimerkiksi Kööpenhaminan kautta.

Ikäihmisten TERVEELLINEN RAVINTO

OSJ:n ja Senioriopettaja-lehden teemana vuonna 2019

OSJ on solminut yhteistyösopimuksen Gery ry:n kanssa Voimaa ruuasta -hankkeessa. Gerontologinen ravitsemus Gery ry järjestää hyvään ravitsemukseen liittyvää koulutusta ikääntyville ihmisille. Se tarjoaa ravitsemuksesta ohjausta, neuvontaa ja ryhmätoimintaa. Ravitsemustiedosta saa vinkkejä toimintakyvyn ylläpitoon ja lihaskuntoharjoitteluun.

OSJ:n yhdistykset saavat projektiaavustusta, jolla ne voivat haluamallaan tavalla järjestää ravitsemukseen liittyvää toimintaa. Yhdistykset voivat esimerkiksi järjestää kokkauskurssin, luentoja tai kassa vierailuja.

Seniorikokki-palstan ohella ikäihmisten terveellinen ravinto näkyy eri tavoin tänä vuonna Senioriopettaja-lehden sivuilla ja yhteistyötä on järjestön sosiaalisen median sisällöissä.



Akavan seniorityöryhmä aloitti toimintansa

Akavalaiset seniorit ovat saaneet Akavassa aiempaa selkeämmän roolin, kun Akavan seniorityöryhmä aloitti toimintansa.

Akavan seniorityöryhmä jatkaa Akavan senioriverkoston työtä. Seniorityöryhmän puheenjohtajana toimii OSJ:n puheenjohtaja **Erkki Kangasniemi**.

Seniorityöryhmä on Akavan hallituksen nimittämä elin. Työryhmään kuuluu tällä hetkellä 14 edustajaa Akavan eri liitoista.

Työryhmä käsittelee eläkeläisten edun-

valvonnan kysymyksiä. Akava määritteli seniorityöryhmän tehtäviksi esimerkiksi eläkepoliittisen ja sukupolvien välisen keskustelun käyminen.

Ensimmäisessä senioriverkoston yhteistapaamisessa kuultiin Akavan opiskelijoiden puheenjohtajan **Henna Pursiaisen** esitys siitä, miltä maailma näyttää nuorten silmin.

Akavan johtaja **Pekka Piispanen** kertoi sosiaaliturvauudistuksen (Toimi-hanke) ajankohtaiset kuulumiset ja Akavan johtava asiantuntija **Katri Ojala** puolestaan esiteli valmisteluja kunnallisen ja yksityisen sektorin eläkejärjestelmien yhdistämisestä.

Vuonna 2019 käsiteltäviä teemoja voisi-

vat olla sukupolvien välinen oikeudenmukaisuus, vaikuttaminen hallitusohjelmaan, sosiaaliturvauudistus (Toimi-hanke) ja sote-uudistus ja mahdollisesti neuvoteltavat eläkekysymykset.

Työryhmälle valittiin kokouksessa valmisteleva työvaliokunta, johon kuuluisivat työryhmän puheenjohtajan **Erkki Kangasniemen** lisäksi työryhmän varapuheenjohtaja **Markku Lemmetty** Suomen Lakimiesliitosta, **Mikko Anttila** Suomen Ekonomieista ja **Riitta Saikkonen** Yhteiskunta-alan korkeakoulutetuista.

Teksti ja kuva: Kirsti Lehtinen



Seniorityöryhmän asioita valmistellaan jatkossa työvaliokunnassa, johon kuuluvat vasemmalta oikealle lukien **Erkki Kangasniemi**, **Riitta Saikkonen**, **Markku Lemmetty** ja **Mikko Anttila**.

Eläkeläiset tissuttelevat pitkin viikkoa

Eläkeläiset käyttävät alkoholia aiempaa enemmän. Eläkeikäisillä alkoholinkäyttö on osa arkisia rutiineja ja jakautuu tasaisemmin viikon eri päville kuin nuoremmilla.

THL:n erikoistutkija **Christoffer Tigerstedt** kertoo, että etenkin miehet käyttävät alkoholia pääasiassa kotiympäristössä. Tigerstedtin mukaan on liian aikaisinta sanoa, onko alkoholinkäytön kasvu taitumassa ikäihmisillä.

Eläkeläiset juovat usein ja miehet useammin kuin naiset. Määrät ovat verrattain pieniä. Tissuttelu paljastuu usein, kun ikäihminen hakeutuu hoitoon vaikka epämääräisten kipujen vuoksi.

Tigerstedtin mukaan eläkeläisillä on oikeus käyttää alkoholia siinä missä nuoremmillakin, mutta alkoholin haitalliset vaikutukset korostuvat iän myötä.

Lähde: Länsi-Savo

Suomen työeläkevarat 204,7 mrd euroa syyskuun 2018 lopussa

Suomalaisia työeläkevaroja oli syyskuun 2018 lopussa 204,7 mrd. euroa, mikä on 2,7 mrd. euroa enemmän kuin vuoden toisella neljänneksellä. Tiedot käyvät ilmi Työeläkevakuuttajat Telan tilastoanalyysistä.

Eläkevarat nousivat uuteen huippuun vuoden 2018 kolmannen vuosineljänneksen aikana. Osakesijoitusten tuotot olivat keskimäärin 3,4 % reaalisesti syyskuun loppuun mennessä. Tämä siivitti työeläkevarojen kokonaistuottoja. Korkosijoitukset sen sijaan jäivät hieman pakkasen puolelle.

Kolmannen vuosineljänneksen aikana muutokset omaisuuslajien suhteellisissa osuuksissa olivat pieniä. Osake- ja osaketyyppisten sijoitusten osuus nousi 54,1 %:iin koko sijoitusvarallisuudesta, ja oli syyskuun lopussa 110,7 mrd. euroa. Korkosijoitusten osuus sen sijaan pieneni 37,7 %:iin ja oli 77,2 mrd. euroa. Kiinteistösijoitusten osuus (16,8 mrd. euroa; 8,2 %) pysyi lähes ennallaan. Syyskuun lopussa sijoitusvaroista kohdistui Suomeen 25,3 %, muualle euroalueelle 19,9 % ja euroalueen ulkopuolisiin maihin 54,8 %.

Lähde: TELA

Monet ikääntyneet yksinasuvat huolissaan ilman apua jäämisestä

Väestöliiton tutkimusprofessorin **Osmo Kontulan** mukaan useat ikääntyvät suomalaiset ovat huolissaan siitä, että kukaan ei auta heitä sitten, kun he itse eivät enää pysty tai jaksa hoitamaan asioitaan.

Suomessa on yli miljoona yksin asuvaa ikäihmistä, ja yli 40 prosenttia asuntokunnista on yhden hengen talouksia. Kontulan mukaan apua tarvitseville on tarjolla kotipalveluja, mutta monet pienituloiset yksinasuvat eivät kykene niitä käyttämään.

Kelan tutkijan **Anneli Miettisen** mukaan yksinasumisen yleistymisen itsessään ei ole negatiivinen asia, koska yksinasuvat ovat moninainen ryhmä. Ongelmaksi se muodostuu silloin, jos yksinasuminen ei ole oma valinta ja siihen yhdistyy esimerkiksi köyhyys tai mielenterveysongelmat.

Kontula ja Miettinen olivat mukana Yksin osana elinkaarta -hankkeessa, jossa selvitettiin yksinasuvien yhteiskunnallista asemaa. Heidän mukaansa pelkkä taloudellisen puolen huomioon ottaminen ei riitä poistamaan ongelmia etenkin ikääntyneiltä ja pienituloisilta yksinasuvilta.

Kontulan mukaan monia yksinasuvia voisi auttaa ihminen, johon voisi ottaa yhteyttä ja jolla olisi aikaa kuunnella ja auttaa pienissä asioissa. Miettinen toivoo, että yksinasuminen nähtäisiin tietyissä tilanteissa riskitekijänä julkisissa palveluissa, ja esimerkiksi työkyvyttömyyden ja yksinasumisen yhdistelmän olisi oltava hälytysmerkki. Hänen mukaansa on tunnistettava ryhmät, joille vaikeudet kasautuvat.

Lähde: STT

OSJ:n teemana ikääntyvien ravitseminen

OSJ:n vuoden 2019 teema liittyy ravitsemukseen. OSJ maksaa yhdistyksille projektivastusta, jotta ne voivat järjestää omille jäsenilleen ravitsemukseen liittyvää toimintaa, kuten luentoja, vierailuja tai vaikka kokkauskurssin. Kukin yhdistys päättää itsenäisesti, millaista toimintaa tarjoavat jäsenilleen.

Vuoden teema näkyy myös OSJ:n viestinnässä: Senioriopettaja-lehdessä ja järjestön sähköisillä alustoilla.

Kuva: Kirsti Lehtinen



Tuula Laine aloitti OSJ:n järjestösihteerinä vuoden alussa.

OSJ:n järjestösihteerinä aloitti Tuula Laine

OSJ:n hallitus valitsi joulukuun kokouksessaan järjestösihteeriksi filosofian maisteri Tuula Laineen.

Tuula Laine aloitti järjestösihteerinä tammikuun alussa 2019. Hän siirtyi OSJ:hin Vanhustyön keskusliiton tiedottajan tehtävästä.

Tuulalla on monipuolista osaamista järjestötyöstä, viestinnästä sekä verkosto- ja kehittämistyöstä. Hänellä on myös kansainvälistä työkokemusta ja monipuolinen kielitaito.

Järjestösihteerin tehtävä on OSJ:ssä uusi. Työtehtäviin kuuluu mm. tapahtumien ja tilaisuuksien järjestäminen, viestintään osallistuminen sekä järjestötyön kehittäminen.

Tuulan yhteystiedot löytyvät OSJ:n verkkosivuilta ja tämän lehden sivulta kaksi.

www.osj.fi



HYY:n hallitus ei ovia teljennyt

Senioriopettajassa 6/18 oli muistelu yhdestä lähihistorian myytistä, ns. Vanhan valtauksesta. Senioriopettajan arvoisille lukijoille täydennyksenä muutamia sivusta seuranneen silminnäkijän faktoja:

Ulkomaiden ylioppilasmellakat vuonna 1968 olivat nostaneet myös Suomesa odotuksia: miksi meillä ei tehdä mitään? Niinpä kun vihdoinkin täälläkin tapahtui jotain, julkisuus oli ennalta taattu.

Lähtölaukauksena toimi sinänsä vähäinen aikataulukysymys. Valmistauduttiin HYY:n 100-vuotisjuhliin, ja juhlasali piti järjestää kuntoon. Silloin eräät ryhmät, myöhemmin taistolaisiksi mainitut, ilmoittivat haluavansa pitää seminaarin juuri valmistelujen aikana ja nimenomaan juhlasalissa. Heille tarjottiin vaihtoehtoisia tiloja ja aikoja, mutta ne eivät kelvanneet.

Asiasta neuvotteli ja teki päätöksiä silloinen kiinteistöjohtaja; HYY:n hallitus ei käynyt ovia telkeämässä. Ryhmät "valtasivat" salin ja ripustivat ulos plakaatin vallankumouksen alkamisesta. Harkittiin jo juhlien siirtoa toiseen päivään, mutta ajanpuutteessa etsittiin vain uusi tila ja tiedotettiin kutsutuille. Hyvin meni tieto perille presidenttiä myöten. Tämä puheessaan viittasi tapahtuneeseen, siinä kaikki.

Kävin seuraavana päivänä salissa "vallankumousta" katsomassa. Sali oli sakeana tupakansavusta. Seinustoilla lojui väsähtäneitä sankoin joukoin, olutpullot kierivät lattialla. Pöydän takana yritti joku epätoivoisesti huudella mikrofoniiin: – Hei kuulnelkaa nyt edes vähän!

Sitten tussahti jostain lisää savua, huudettiin että se oli savupommi. Porukka al-

koi hitaasti valua ulos. – Olin aika pettynyt.

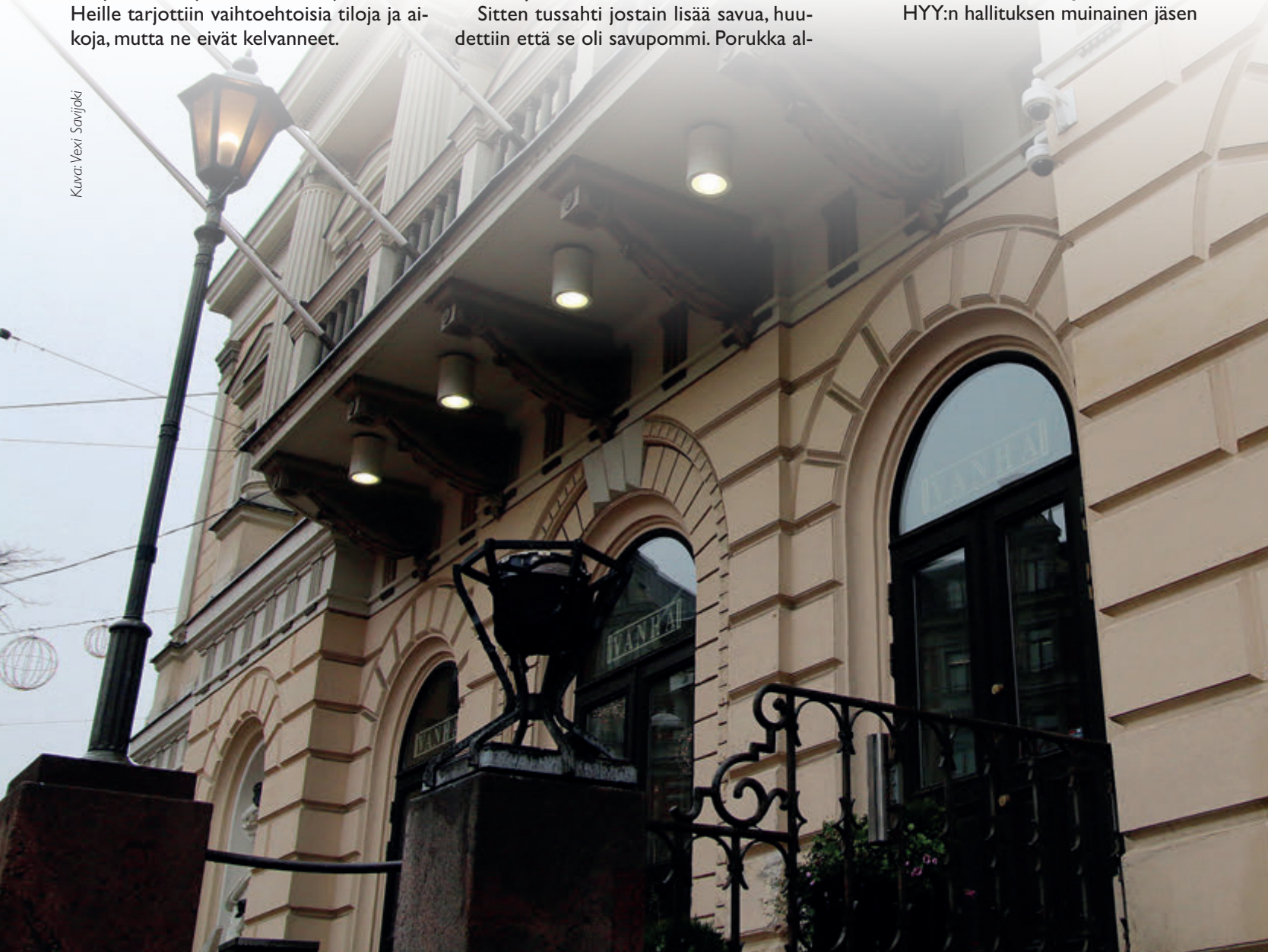
Ellei "valtauksen" liikkeellepanijoiden joukossa olisi ollut myöhempiä kulttuurivaikuttajia ja poliitikkoja, koko tapahtumaa tuskin muistettaisiin. Ainakaan opiskelijoiden tilannetta se ei mainittavasti kohentanut.

Todettakoon samalla, että HYY:n hallitus oli jo aiemmin ryhtynyt neuvottelemaan yliopiston edustajien kanssa opiskelijoiden vaikutusmahdollisuuksien lisäämisestä, jopa mies ja ääni -periaatteesta.

Mutta vanha ohjehan kuuluu: Jos legenda ja todellisuus ovat ristiriidassa, julkaise legenda. (Se myy.)

Marjatta Vasara

HYY:n hallituksen muinainen jäsen



Vuodenvaihteen muutoksia sosiaali- ja terveysalalla

Sosiaali-, terveys- ja vakuutusalalle tuli vuoden alussa useita muutoksia säädöksiin.

Sotilasvammalaki muuttuu

Sotilasvammalain muutoksen jälkeen entistä useampi sotainvalidi pääsee maksutomaan laitoshoidon. Suomen sodissa vuosina 1939–1945 vahingoittuneille tai sairastuneille, joiden haitta-aste on vähintään 10 prosenttia, korvataan uuden lain mukaan mahdollinen laitoshoido, vaikka tarve ei johtuisikaan sodanaikaisesta vammasta tai sairaudesta. Tällä hetkellä haitta-asteraja on laitoshoidossa 20 prosenttia.

Tulorekisteri käyttöön otto tuo muutoksia työeläkelakeihin

Tulotietojärjestelmän eli niin sanotun tulorekisterin ottaminen käyttöön aiheuttaa muutoksia työeläkelakeihin, työtaturma- ja ammattitautilainsäädäntöön sekä rikoslakiin.

Eläketurvan järjestämisen laiminlyönnistä seuraa laiminlyöntimaksu, jonka määrää eläkelaitoksen sijaan Valtiokonttori. Palkkatietoja koskevan työnantajan ilmoitusvelvollisuuden laiminlyönnin rangaistukset löytyvät tulevaisuudessa laissa tulotietojärjestelmästä.

Sotainvalidien puolisoiden etuudet ja vapaaehtoisten rintama-avustus entisellään

Sotainvalidien puolisoiden, leskien ja sotaleskien avokuntoutuksen enimmäishinta on 1050 euroa/kuntoutettava. Kotikuntoutuksena annettavan avokuntoutuksen enimmäishinta on 1575 euroa/kuntoutettava.

Kuntoutettavia arvellaan vuonna 2019 olevan 1800 henkilöä, joista sotalleskiä 13. Laitoksissa kuntoutus kestää enintään kaksi viikkoa ja päivä kuntoutusjakso enintään 15 päivää. Valtiokonttori valitsee kuntoutettavat hakemusten perusteella.

Työeläkevakuutusmaksut vuodeksi 2019

Vuonna 2019 työntekijän eläkelain mukainen keskimääräinen työeläkevakuutusmaksu on 24,4 prosenttia palkasta. Maatalousyrittäjän eläkelain mukainen perusprosentti ja yrittäjän eläkelain mukainen työeläkevakuutusmaksuprosentti on ensi vuonna alle 53-vuotiailla ja yli 62-vuotiailla 24,10 prosenttia ja 53–62 vuotta täyttä-

neilla 25,60 prosenttia. Maksuprosentit ovat samat kuin vuonna 2018.

Alle 53-vuotiaiden ja yli 62-vuotiaiden työntekijöiden eläkevakuutusmaksu on ensi vuonna 6,75 ja 53–62 vuotta täyttäneillä 8,25 prosenttia. Molemmat maksut ovat 0,40 prosenttiyksikköä korkeammat kuin vuonna 2018. Työnantajan keskimääräinen maksu on 17,35 prosenttia, mikä on 0,40 prosenttiyksikköä vähemmän kuin vuonna 2018.

Elinaikakerroin vuodeksi 2019

Elinaikakerroin on 0,95722. Elinaikakerroin pienentää vuonna 1957 syntyneiden vuonna 2019 tai sen jälkeen alkavia työeläkelain mukaisia vanhuuseläkkeitä 4,278 prosenttia. Elinaikakerroin pienentää myös vuonna 2019 alkavan työkyvyttömyyden perusteella myönnettäviä työeläkelakien mukaisia työkyvyttömyyseläkkeitä lukuun ottamatta niihin sisältyvää tulevan ajan eläkkeen osuutta, johon elinaikakerrointa ei sovelleta.

Elinaikakerroin vaikuttaa myös ensi vuonna myönnettäviin työeläkelakien mukaisiin perhe-eläkkeisiin, osittaisiin varhennettuihin vanhuuseläkkeisiin, työuraeläkkeisiin ja luopumistukiin.

Vuoden 2019 sairausvakuutusmaksut

Vakuutettujen sairaanhoitomaksu on 0,00 prosenttia kunnallisverotuksessa verotettavasta ansiotulosta vuonna 2019. Sairaanhoitomaksua ei peritty myöskään vuonna 2018. Valtion rahoitusosuus sairaanhoidovakuutuksen menoista kasvaa euromääräisesti vastaavasti. Verotettavista eläke- ja etuustuloista perittävä maksu on 1,61 prosenttia. Työntekijän sairausvakuutusmaksu on 0,77 prosenttia.

Työeläkeindeksi nousee noin 1,5 %

Palkkakertoimeksi vahvistettiin 1,417. Vuoteen 2018 verrattuna palkkakerroin nousee noin 1,9 prosenttia. Palkkakerrointa käytetään tulevan työeläkkeen laskennassa. Sillä tarkistetaan vuosiansiot eläkkeen alkamisvuoden tasoon. Palkkakertoimessa palkkojen muutoksen osuus on 80 prosenttia ja hintojen muutoksen 20 prosenttia.

Työeläkeindeksi on ensi vuonna 2585. Työeläkeindeksi nousee noin 1,5 prosenttia vuoteen 2018 verrattuna. Työeläkeindeksillä tarkistetaan maksussa olevat työeläkkeet. Työeläkeindeksiä laskettaessa palkkojen muutoksen osuus on 20 prosenttia ja hintojen muutoksen 80 prosenttia.

Eläkkeensaajan asumistuessa hyväksyttävät asumismenot nousevat

Eläkkeensaajan asumistuen määrään hyväksyttäviä asumismenojen enimmäismääriä korotetaan 1,8 prosenttia vuoden 2019 alusta. Kansaneläkelaitoksen tilastojen mukaan vuokra-asunnossa asuvien eläkeläisten vuokrat ovat nousseet vuoden 2017 syyskuusta vuoden 2018 syyskuuhun keskimäärin 1,8 prosenttia. Korotuksen jälkeen asumismenojen hyväksyttävät enimmäismäärät ovat I kuntaryhmässä 8 243 euroa, II kuntaryhmässä 7 581 euroa ja III kuntaryhmässä 6 651 euroa vuodessa.

Eläkeläisten asumistuen lämmitysnormit pysyvät ensi vuonna nykyisellään. Lämmitysmenoiksi hyväksytään ensi vuonnakin kuntaryhmän perusteella I, 27–1,55 euroa kuukaudessa neliömetriä kohden.

Asumismenoiksi hyväksyttävät vesikustannukset pysyvät myös ensi vuonna samoina kuin 2018 ja ovat 29,42 euroa kuukaudessa/henkilö. Asumistuen kunnossapitonnormia korotetaan yleisen kustannustason nousun mukaisesti 1,3 prosenttia. Korotuksen jälkeen kunnossapidosta korvaus on 42,85 euroa kuukaudessa.

Kuolemasta ilmoitettava viipymättä väestötietojärjestelmään

Terveystietojärjestelmän toimijoiden on ilmoitettava tieto henkilön kuolemasta väestötietojärjestelmään viipymättä kuoleman toteamisen jälkeen.

Tiedon voi tehdä teknisellä yhteydellä tai ilmoituksella maistraattiin. Jos kuolinpäivää ei kyetä määrittämään kuoleman toteamisen yhteydessä, tieto kuolemasta ilmoitetaan, kun kuolinpäivä on määritetty tai arvioitu. Väestötietojärjestelmästä tieto välittyy viranomaisille, kuten Kansaneläkelaitokselle ja Verohallinnolle, sekä yksityissektorin pankki- ja vakuutuslaitoksille.



*Potilaiden osallistuminen
palveluiden kehittämisessä
on kasvamassa.*





Tiede ja tieto muuttuvassa maailmassa



Mikael Rajaniemi

Katri Hamunen
LT, anestesiologian erikoislääkäri

Nyky-yhteiskunnassa tiedon hankkiminen ja välittäminen on kaikkien ulottuvilla eikä tieto enää ole asiantuntijoiden yksinoikeus. Asiantuntijuutta ja asiantuntijoiden asemaa haastavat niin poliitikot kuin maallikotkin. Tämä koskee myös terveyteen liittyviä asioita.

Jokaisen on mahdollista saada äänensä kuuluviin sosiaalisen median kautta. Asiaohjelmissa keskustelijoina on usein tieteen edustaja ja asiasta oman kokemuksen perusteella keskusteleva maallikko. Valitettavasti näissä keskusteluissa usein päädytään tilanteeseen, jossa nämä näkökulmat asettuvat vastakkain vaikka siitä ei pitäisi olla kyse.

Tieteellisen tutkimuksen menetelmien ja sääntöjen ymmärtäminen on välttämätön edellytys tulosten ymmärtämiselle ja asianmukaiselle soveltamiselle. Sairauksien ehkäisyn ja hoidon tulee perustua lääketieteelliseen näyttöön. Potilaan henkilökohdaiset arvot, toiveet, tarpeet ja tavoitteet oman terveytensä ja hoitonsa suhteen ovat tärkeä lähtökohta hoidon suunnittelulle.

Näiden kahden näkökulman yhteensovittaminen on päivittäinen haaste ja keskustelun aihe terveydenhuollossa. Tieteen kentän tulee jatkossakin pysyä asiaan koulutettujen ammattilaisten alueena. Potilaiden osallistuminen palveluiden kehittämisessä on ilahduttavasti kasvamassa.

Nämä kaksi näkökulmaa eivät ole toisiaan poissulkevia. Näyttöön perustuvan, potilaskeskeisen ja sujuvan hoidon kehittämiseen tarvitaan molemmat näkökulmat.

Lääketiede on jatkuvasti kehittyvä ala. Lääketieteellinen ymmärrys sairauksista on kuin suuri palapeli, joka rakentuu palanen kerrallaan. Palapelin koko ja muoto eivät ole kenenkään tiedossa. Tutkimuksissa etsitään uutta ja testataan hypoteeseja eli etsitään uusia paloja ja sovitellaan niitä kokonaisuuteen. Joskus yksittäinen pala tuo esille uuden kuvion, toisinaan taas aluksi hienolta näyttävä palanen ei lopulta sovikkaan kokonaisuuteen. Jokainen pala kuitenkin rakentaa ymmärrystämme kokonaisuudesta.

Tutkimusnäytön tasoa arvioidaan tutkimuksen menetelmien

ja tutkimusaineiston perusteella. Tutkimukset tehdään yleensä valikoiduissa potilasjoukossa ja kontrolloiduissa olosuhteissa. Saadut tulokset pätevät juuri näillä reunaehdoilla. Tutkimuksen löydöksen soveltaminen toisenlaiseen tai valikoimattomaan potilasjoukkoon tuo yhtälöön mukaan epävarmuuksia.

Suomessa käytössä olevia Käypä -hoito suosituksia tehtäessä arvioidaan näytön aste sen perusteella miten hyvin tutkimusasetelma soveltuu kyseisen asian selvittämiseen ja miten tulos on sovellettavissa suomalaiseen väestöön. Tämän arvioinnin pohjaksi ovat olemassa selkeät säännöt ja ohjeet.

Erityisen ongelmallisia ovat tilanteet, joissa joudutaan toimimaan ja antamaan suosituksia hoidosta vielä vallineen tiedon varassa. Joskus asiantuntijatkin ovat keskenään erimielisiä tutkimustulosten merkityksestä.

Meillä on jo esimerkki siitä, että näyttöön perustuvat hoitosuosituksukset ovat saaneet ankaraa kritiikkiä potilasjärjestöiltä. Potilaiden näkemyksen mukaan hoitosuosituksukset ovat olleet vääriä ja perustuneet tutkimuslöydösten virheelliseen tulkintaan. Terveysviranomaiset Suomessa ja ulkomailla ovat muuttaneet linjauksiaan potilasyhdistysten kannan perusteella. Vasta tulevaisuus näyttää totuuden.

Tieteen popularisointi on vaikea, mutta samalla tärkeä tehtävä. Jokainen meistä vastaa itse elintavoistaan ja terveyttään koskevista valinnoistaan. On sekä yksittäisen ihmisen että yhteiskunnan etu, että yksilö ymmärtää valintojensa merkityksen. Esimerkiksi tästä sopii hyvin marraskuussa alkanut keskustelu lasten tuhkarokkorokotuksista.

Turussa lääketieteen opiskelijat ovat perustaneet Vastalääkeri-nimisen yhdistyksen (www.vastalaa.fi), jonka tavoitteena on saada aikaan parempaa julkista keskustelua terveydestä. He haluavat tuottaa tutkimuksiin perustuvaa mutta helppotajuista tietoa terveydestä ja lääketieteestä, lisätä tietoisuutta näyttöön perustuvasta terveystiedosta ja synnyttää keskustelua kansalaisten ja asiantuntijoiden välillä. Toivotan intoa ja sitkeyttä nuorille kollegoille tässä tehtävässä!

Senioriopettaja

Opetusalan eläkeläisten jäsenlehti



◆ Kuusi kertaa vuodessa ◆

◆ Edunvalvontaa ◆ Tietoa jäseneduista ◆

◆ Virkistystä ◆ Kulttuuria ◆ Matkoja, retkiä ◆ Harrastuksia ◆

◆ Lukijoita yli 22 000 ◆



Julkaisija: Opetusalan Seniorijärjestö OSJ ry
Undervisningssektorns Seniororganisation rf



Senioriopettajan jäsenedut vuonna 2019

OTA TALTEEN!

Opetusalan Seniorijärjestö OSJ:n jäsenenä saat jäsenlehtemme Senioriopettajan kuusi kertaa vuodessa. Kaikki jäsenemme saavat myös OAJ:n taskukalenterin, ellei ole perunut kalenterin tuloa.

Lisäksi saat alennuksia esimerkiksi Teboil-huoltoasemilta, vakuutusmaksuista (Turva tai If), lehtitilauksista, hammashoidon maksuista, silmälaseista, kylpylöistä ja muutamista hotelleista.

Jäsenet voivat varata edullisesti myös Holiday Clubin lomaviikkoja.

Senioriopettaja-lehti

Opetusalan Seniorijärjestö OSJ ry julkaisee jäsenlehteä Senioriopettaja. Vuonna 2019 lehti ilmestyy kuusi kertaa, **ja se postitetaan Opettaja-lehden välissä.** Lehdestämme saat tietoa ajankohtaisista asioista ja tapahtumista sekä eläkeläisten edunvalvonnasta.

Alennuksia vakuutusmaksuista (Keskinäinen Vakuutusyhtiö Turva ja Vahinkovakuutus If)

OSJ:n jäsenen vakuutusedut poikkeavat OAJ:n jäsenen vakuutuseduista. OAJ:n jäsenyyteen sisältyvät vakuutukset **päätyvät heti eläkkeellejäämispäivänä.** Nämä vakuutukset ovat liittovakuutukseen sisältyvät vapaa-ajan tapaturma-, matka- ja matkatavaravakuutukset.

OSJ:n jäsen saa **alennuksia vakuutusmaksuista** kahdesta vakuutusyhtiöstä: Turvasta ja Ifistä. **Vakuutukset pitää kuitenkin ottaa itse.**

Turva tarjoaa alennuksia asiakkuusajan ja jäsenyyden perusteella. Eläkkeellä oleva voi ostaa jatkuvasti voimassa olevan matkavakuutuksen ilman terveys selvitystä (enintään 3 kuukautta kestävä matkalle). Jatkuva matkavakuutus myönnetään enintään 99-vuotiaalle. Se on voimassa 100-vuotiaaksi asti.

Turvan tarjoama alennus OSJ:n jäsenille on 10 %. Alennuksen saa vapaaehtoisista koti-, auto- ja henkilö vakuutuksista.

Turvassa saa omistaja-asiakasalennusta

asiakassuhteen keston perusteella. Yhden vuoden asiakassuhteen jälkeen omistaja-asiakasalennus on 5 %. Omistaja-asiakkuuden jatkuttua viisi vuotta omistaja-asiakasalennus nousee 7 %:iin ja kymmenen vuoden asiakkuuden jälkeen alennus on jo 10 %.

Kun keskittää vakuutuksensa Turvaan, saa uutena asiakkaana heti kättelyssä jäsenalennuksen lisäksi edellä mainitun 7 %:n omistaja-asiakasalennuksen eli säästää vapaaehtoisista vakuutuksista jopa 17 %.

Lisätietoa Turvan vakuutuksista saa Turvan asiakaspalvelusta arkipäivisin klo 8–18 numerossa 01019 5110. Lähimmän toimipaikan löytää kätevimmin osoitteesta www.turva.fi. Turva on myös tehnyt OSJ:n jäsenille oman verkkosivun: www.turva.fi/osj

If tarjoaa alennuksia vakuutusmaksuista If Etuohjelmassa – jopa 16 %. Jatkuvan matkavakuutuksen saa otettua ilman terveys selvitystä, jos käy työssä ollessaan sopimassa Ifissä.

Ifin Primus-henki- ja tapaturmavakuutuksen ottaneiden opettajien vakuutus pysyy voimassa, kun opettaja siirtyy eläkkeelle ja jatkaa OSJ:n jäsenenä.

Lisätietoa Ifin vakuutuksista saa Ifin internetsivuilta www.if.fi, Ifin konttoreista tai puhelinnumerosta 010 19 19 19 (pvm/mpm). Muista mainita asioidessasi, että olet Opetusalan Seniorijärjestön jäsen.

OAJ-taskukalenteri

Seuraavan vuoden OAJ-taskukalenteri

postitetaan jokaiselle jäsenellemme – paitsi niille, jotka ovat peruneet kalenterin tuloon – kotiosoitteeseen Opettaja-lehden mukana marraskuun alussa. Kalenteripostituksen mukana ei tule Senioriopettaja-lehteä, ainoastaan Opettaja-lehti.

Kalenterin tulo voit perua täyttämällä OSJ:n verkkosivuilla olevan lomakkeen (www.osj.fi/jäsenasiat/Peru_kalenteri) tai soittamalla toimistomme numeroon 020 748 9678.

Alennuksia Teboililta

Järjestön jäsenkortilla saa alennusta Teboil-asemilta, Teboil-huoltamoilta ja Teboil-automaattiasemilta lukuun ottamatta nettointapohjaisia Teboil Express -automaattiasemia. Jäsenkortissasi on Teboilin tunnus ja magneettiraita, johon on koodattu alennustiedot: bensiinistä ja dieselöljystä 2,1 snt/l, voiteluaineista 10 %, pesuista 5 %, autokemikaaleista 5 % sekä nestekaasutäytöstä 5 %.

Alennukset saa, kun antaa jäsenkortin kassalle tai syöttää sen automaattiin ennen varsinaista maksuvälinettä. (Voiteluainealennukset koskevat 10 litran tai sitä pienempiä astioita.) Lisätietoja saa Teboilin palvelunumerosta 020 470 0911.

Alennuksia ONNI-hampaasta

OSJ:n jäsenet saavat OAJ:n kautta itselleen ja perheenjäsenilleen etuja ONNI-hammaslääkäriketjun hammashoidosta.

Tutustumistarjouksena uusille asiakkaille 50 prosentin alennus ensimmäisestä hoitokäynnistä. Jatkuvana etuna 15 prosentin alennus kaikista normaalihintaisista hoidoista. Tarjolla ovat kaikki perus- ja erikoishammashoidon palvelut. Alennuksen saat käyttöösi näyttämällä OSJ:n jäsenkorttia. Muista ottaa jäsenkortti mukaan hammaslääkärikäynnille.

Osa 22 Onnihammasklinikasta toimii jo Oral Hammaslääkärit -nimellä ja jäsenetu on voimassa myös noilla klinikoilla.



Senioriopettajan

Varaa aika puhelimitse 09 7597 7320. Puhelinajanvaraus palvelee arkin klo 8–18 ja lauantaisin klo 8.30–14 välisenä aikana. Mainitse varatessasi, että OSJ:n jäsenille kuuluu sama jäsenetu kuin OAJ:n jäsenille. Katso lähin ONNI-hammas osoitteesta www.onniterveys.fi/hammas.

Alennuksia Otavamedian lehtitilauksista

OSJ:n jäsenet saavat OAJ:n kautta alennusta Otavamedian lehtitilauksista. Alennus lasketaan 12 kuukauden määräaikaistilauksen tilaushinnasta, ja sen saa vain uusista tilauksista. Lehtiä voi tilata sekä itselle että lahjaksi. Lehden voi tilata tilaajapalvelusta puh. 09 156 665 ma–pe 8–17. Alennushintaisia lehtiä tilattaessa pitää mainita, että OSJ:n jäseniä koskevat samat alennukset kuin OAJ:n jäseniä.

Alennuksia Sanoma Median lehdistä ja Oppi&ilo-verkkokaupan tuotteista

OSJ:n jäsenet saavat OAJ:n kautta jatkuvan tilausedun Sanoma Lifestyle lehdistä. Alennus on 40 prosenttia 12 kk:n määräaikaista tilausjaksoista ja 30 prosenttia Kids median lehtien 12 kk:n määräaikaista tilausjaksoista. Nämä hinnat ovat voimassa toistaiseksi. Etu koskee myös lahjatilauksia.

Lisäksi OSJ:n jäsenet saavat 15 prosentin alennuksen Sanoma Pron Oppi&ilo-verkkokaupan tuotteista, joihin kuuluu esimerkiksi pelejä sekä tekemiskortteja ja -kirjoja.

Etuja pääset käyttämään kirjautumalla OAJ:n sivuille www.oaj.fi.

OAJ:n virkistysalueet ja Holiday Club

Opetusalan Seniorijärjestö OSJ:n jäsenet voivat käyttää alla listattuja lomaetuja mainituin ehdoin. Tirvan ja Holiday Club -lomien varaukset tehdään OAJ:n omien varaussivujen kautta. Varaussivustoille voi kirjautua OAJ:n jäsensivujen kautta www.oaj.fi. OAJ:n jäsensivuilta löydät tarvittavat tunnukset, joilla kirjautut varaussivuille. Varaussivuilla varausohjeet, varaustilanne, hinnat, tietoa RCI-lomista jne.

Tirva

Opetusalan Seniorijärjestö OSJ:n jäsenet voivat käyttää OAJ:n Tirvan virkistysaluetta Valkealassa. Koulujen loma-aikoina työssä olevat opettajat ovat varauksissa etusijalla. Tirvan varaustilanteen näet varaussivuilla kohdasta Tirvan varaukset.

Holiday Club -omistusviikot

Senioriopettajat voivat varata myös vapaaksi jääneitä OAJ:n Holiday Club -lomaviikkoja arvontojen jälkeen. Viikot varataan kahdesti vuodessa ns. arvannon kautta. Keväällä varataan viikot 23–51 ja syksyllä varataan viikot 52–22. Seniorijäsenet saavat varaus-oikeuden Holiday Club -lomahuoneistoihin arvontojen jälkeen. OAJ:n omistamien Holiday Club -viikkojen vuokrat ovat alle puolet markkinahinnoista. OAJ:n Holiday Club -viikkojen varaustilanteen näet varaussivustoilta kohdasta Vapaat viikot.

RCI-lomat

Lomaile RCI:n kautta ympäri maailmaa! RCI-lomakeskuksia on maailmanlaajuisesti yli 5000. RCI:n kautta lomaviikon voi varata jopa 2 vuoden päähän. RCI-yhteyshenkilöiltä voi varata myös lennot ja autonvuokraukset – kaikki samasta paikasta. RCI:n lomakeskusluokitukset vastaavat 3–5 tähden tasoa, huoneistoissa on hyvä varustetaso, lähes kaikissa huoneistoissa oma keittomahdollisuus. RCI-lomien tarkempi esittely, hinnasto ja yhteystiedot löytyvät varaussivuilta kohdasta RCI.

Sekä Tirvan että Holiday Club -huoneistojen varauksiin tarvitset jäsennumerosi, joten jäsenkortti on hyvä varata esille.

Lomavarauksia hoitaa Holiday Club Yrityspalvelu, puh. 0300 870 903 (arkisin klo 9.00–15.00), sähköposti yrityspalvelu@holidayclub.fi.

Jäsenetuhintaan Opettaja-lehti

Opettaja-lehden vuosikerran voi tilata 30 euron jäsenetuhintaan koko vuodeksi. Vuonna 2019 lehti ilmestyy 22 kertaa. Tilauksia ottaa vastaan Tampereen Laserma Oy. Laserman yhteystiedot ovat seuraavat:

puh. 03 225 1948 ja sähköposti asiakaspalvelu@laserma.fi.

Alennuksia Elixiaista

OSJ:n jäsenet saavat OAJ:n kautta 20 prosentin alennuksen Elixian tarjoamista jäsenyyksistä niillä paikkakunnilla, joilla Elixialla on toimintapisteitä. Alennus annetaan lisätuotteista ja palveluista, jotka ylittävät alueellisen pohjahinnan. Edun saa esittämällä jäsenkortin.

Alennuksia Instrumentariumista ja Nisseniltä

Instru ja Nissen tarjoavat OAJ:n kautta OSJ:n jäsenille 25 prosentin alennuksen normaalihintaisista silmälasista. Optikon tekemän näöntarkastuksen ja silmälasimääräyksen saa veloituksetta. Normaalihintaisista aurinkolasista saa 15 prosentin alennuksen. Aurinkolasitarjous ei koske Oakleyn laseja. Alennusprosentit eivät koske voimassa olevia myymälöiden kampanjoita.

Tarjous on voimassa toistaiseksi kaikissa Instrumetariumin ja Nissenin myymälöissä. Edun saat käyttöön jäsenkorttia näyttämällä. Kannattaa myös mainita, että OAJ:n etu koskee myös senioreita.

Muita alennuksia Holiday Club -lomista

OSJ:n jäsenet saavat vähintään 15 % alennuksen päivän hinnoista Holiday Club -kylpylähotellien ja -loma-asuntojen varauksista. Kylpylälomaan sisältyy majoitus ja aamiaiset, loma-asuntoihin pyyhkeet, vuodevaatteet ja loppusiivous. Loma-asunnoissa minimimajoitus on 2 vrk. Edun saa kampanjakoodilla OSJ15.

Jäsenetu on voimassa kaikissa Suomen kohteissa: Caribia, Saimaa, Tampereen Kylpylä, Katinkulta, Kuusamon Tropiikki, Salla, Saariselkä, Airisto, Ellivuori, Hannunkivi, Himos, Kalajoki, Naantali, Punkaharju, Pyhä, Pyhäniemi, Ruka, Rönnsä, Tahko, Ylläs ja Ähtäri.

Varaukset ja varaustilanteet suoraan netistä holidayclub.fi. Loma-asuntojen va-

jäsenedut vuonna 2019

raukset myös puh. 030 68 600 ma–pe 8–18, la 10–15.

Holiday Club tarjoaa jäsenillemme myös hotellikohtaisia kausittaisia kampanjatarjouksia, joissa alennus on suurempi. Näistä ilmoitamme verkkosivujemme etusivulla kohdassa Ajankohtaista.

Alennuksia Imatran Kylpylöstä

OSJ:n jäsenet saavat Imatran Kylpylän perushintaisesta hotelli- ja loma-asuntomajoituksesta sekä majoitusvaraukseen yhteyteen varatusta, normaalihintaisesta puolihoito- tai täysihoitoateriasta alennusta arkisin 30 % ja viikonloppuisin pe–su 10 %. Majoituslennukset eivät koske Chalets- eikä Villas-huoneistoja. Alennukset ovat voimassa muina aikoina paitsi viikoilla 1–2, 8–10 ja 52. Kaikkiin hotelli- ja loma-asuntohintoihin sisältyy aina aamiainen ja Kylpylä Taikametsän käyttö.

Varaukset ja tiedustelut kylpylän myyntipalvelusta ma–pe klo 8–18 ja la klo 9–16, puh. 0300 870 502 tai sähköpostilla myynti@imatrankylpyla.fi. Varattaessa kannattaa mainita, että kyse on OAJ:n liittoedusta, joka koskee myös senioriopettajia. Lisätietoa saa osoitteesta www.imatrankylpyla.fi.

Naantalien ja Ruissalon kylpylä

OSJ:n jäsenet saavat seuraavat kylpyläedut:

Naantalien kylpylä: 2 vrk alk. 118 e/hlö, sis. majoituksen kahden hengen huoneessa, aamiaisen, sauna- ja allasosaston käytön. Voimassa 1.1.–31.5.2019 tunnukset OSJ. Ei ole voimassa viikolla 8.

Lisäksi OSJ:n jäsenet -15 %:n alennuksen päivän majoitushinnassa 31.12.2019 asti. Huoneita on rajoitettu määrä. Majoitushinnat sisältävät aamiaisen, vapaan saunan ja allasosaston sekä kuntosalin käytön.

Ruissalon kylpylä: 2 vrk alk. 98 e/hlö, sis. majoituksen kahden hengen huoneessa, aamiaisen, sauna- ja allasosaston sekä kuntosalin käytön. Voimassa 1.1.–31.5.2019 tunnukset OSJ. Ei ole voimassa viikolla 8.

Lisäksi OSJ:n jäsenet -15 %:n alennuksen päivän majoitushinnassa 31.12.2019 asti. Huoneita on rajoitettu määrä. Majoitushinnat sisältävät aamiaisen, vapaan saunan ja allasosaston sekä kuntosalin käytön.

Varaukset ja lisätiedot myyntipalvelusta: 02 4455100 ja info@naantalisp.fi tai info@ruissalospa.fi

A-lomat ry

A-lomat on akavalaisten liittojen yhteisjärjestö, jonka palvelut ovat myös senioreiden käytössä:

Member+ on A-lomien omistama jäsenetupalvelu. Rekisteröidy käyttäjäksi <https://www.memberplus.fi/>. Rekisteröitymisessä senioriopettajat voivat valita järjestöksi OAJ:n. Sivuja selatessa kannattaa kuitenkin muistaa, etteivät kaikki OAJ:n jäsenedut koske OSJ:n jäseniä.

Lomamökit, katso vaihtoehdot ja vuokraa edulliseen jäsenhintaan www.memberplus.fi

Suomen Hostellijärjestö

OSJ:n jäsenet saavat A-Lomien kautta Suomen Hostellijärjestön tarjoamat jäsenedut esittämällä jäsenkortin. Alennusta käytettäessä kannattaa mainita, että OSJ:n jäsenille kuuluvat samat edut kuin OAJ:n jäsenille. Varaamalla majoituksen jäsenten omasta Hostellit.fi -varausjärjestelmästä jäsenet saavat heti 10 % jäsenalennuksen majoituksesta kotimaan hostelleissa.

Lisäksi OSJ:n jäsenet voivat ostaa Kansainvälisen hostellikortin alennettuun hintaan 15 € (norm. 20 €).

Kansainvälisellä hostellikortilla saa vähintään 10 prosentin majoituslennuksen myös kaikissa HI-hostelleissa ulkomailla sekä useita matkailullisia etuja.

Hostellikortilla valittavana on noin 4000 hostellia lähes 90 maassa. Lisätietoja saa Hostellijärjestön verkkosivuilta www.hostellit.fi.

Viking Line

OSJ ry:n jäsenet saavat Akavan kautta Viking Linen risteilyt ja reittimatkat erikoishintaan.

Jäsenetuhintainen risteilyvaraus onnistuu tuotetunnuksella FKKRY ja reittimat-

kavaraus tuotetunnuksella FVRES joko nettisivujen kautta tai Viking Linen myyntipalvelusta, puh. 0600-41577.

Lisäksi on mahdollista käyttää myös kausittain voimassa olevia arvokuponkitarjouksia, etu kaudesta riippuen jopa 50 % päivän hinnasta, tuotetunnus FPKRY/FPREIT. Lisää tietoa: <http://www.vikingline.fi/akava>

Tallink Silja Oy

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

Club One asiakkaaksi liitytään osoitteessa www.clubone.fi/erikoisliittyminen. Liittyminen tapahtuu OSJ:n sopimusetunumerolla, joka on 39570. Mikäli olet jo Club One -jäsen, nykyinen kanta-asiakasnumerosi pysyy voimassa. Jos olet Bronze-tason asiakas, pääset Silver-tasolle.

Ilmoita Club One -kanta-asiakasnumerosi, maininta jäsenyydestäsi ja OSJ:n sopimusetunumero sähköpostitse osoitteeseen erikoisliittymiset@tallinksilja.com. Sinut rekisteröidään näin sopimusetuasiakkaaksi ja postitetaan tarvittaessa Silver-tason kortti. Huomioithan, että etu on henkilökohtainen ja kertaluonteinen. Lisätietoa tasomäärittämisestä saa osoitteesta www.clubone.fi.

Matkojen hintatiedot ja varaukset: puh. 0600 152 68, ma–pe 8–20, la 9–17, su 10–18 (1,75 €/vastattu puhelu + aina pvm/mpm). Tallink Silja pidättää oikeudet muutoksiin.

Jäseneduista saa lisää tietoa verkkosivuiltamme www.osj.fi/jäsenasiat/jäsenedut ja lisäksi toimistosta sähköpostitse osoitteesta seniorit@oaj.fi tai numerosta 020 748 9678.

Matkusta Turvallisin mielin

OAj:n jäsenilleen Turvasta ottama matkustajavakuutus päättyy liiton jäsenen jäädessä pysyvästi eläkkeelle, kuitenkin viimeistään sen vuoden lopussa, jonka aikana jäsen täyttää 68 vuotta. Kuinka tällöin varmistua siitä, että matkustajavakuutus suojaa reissuja jatkosakin? Ostaessasi matkustajavakuutuksen Turvasta saat OSJ:n jäsenenä merkittäviä etuja.

OSJ:N JÄSENILLE LISÄETUJA MATKUSTAJAVAKUUTUKSIIN

OSJ:n jäsenet saavat Turvan jatkuvista matkustajavakuutuksista 10 % liittoalennuksen. Turva myöntää jatkuvan tai määräaikaisen matkustajavakuutuksen enintään 99-vuotiaalle.

Liittoalennuksen lisäksi saat jatkuvasta matkustajavakuutuksesta omistaja-asiakkaan alennusta, jos keskität kodin vakuutuksesi Turvaan. Näin ollen alennuksesi voi nousta jopa 17 %:iin.

Kysy lisää asiakaspalvelustamme, puh. 010 195 110 tai lähimmästä toimipaikastamme. Voit lukea lisää jäseneduistasi myös netissä osoitteessa **turva.fi/OSJ**.

MATKUSTAJAVAKUUTUKSET PÄHKINÄNKUORESSA

Matkustajavakuutuksia on kahdenlaisia: Jatkuva matkustajavakuutus kannattaa ostaa, jos teet useampia matkoja vuodessa. Se on huoleton vaihtoehto, sillä silloin jokaista matkaa ei tarvitse vakuuttaa erikseen. Jos matkustat vähemmän, yksittäiselle matkalle ostettava määräaikainen matkustajavakuutus on hyvä vaihtoehto.

Jatkuva matkustajavakuutus

Turva myöntää jatkuvan matkustajavakuutuksen enintään 99-vuotiaalle OSJ:n jäsenelle. Vakuutus on voimassa sen vakuutuskauden loppuun, jonka aikana vakuutettu täyttää 100 vuotta. Jos yksittäisen matkan pituus on enintään 3 kuukautta, matkustajavakuutuksen myöntämiseen ei vaadita terveys selvitystä.

Määräaikainen matkustajavakuutus

Määräaikainen matkustajavakuutus voidaan myöntää enintään 99-vuotiaalle OSJ:n jäsenelle. Jos yksittäisen matkan pituus on enintään 3 kuukautta, matkustajavakuutuksen myöntämiseen ei vaadita terveys selvitystä.

Kuva: Matton



Kaipuu

Olen kauan kaivannut katsettasi,
hukkua halannut silmies syvään mereen;
nähdä hienoisen hymyn huulillasi
kuulla kuiskauksesi hiljaisen.

Nuoruutesi sai minut havahtumaan,
miten vanha, vanha ma olinkaan!
Kuin tuli poltti katseesi rinnassani.
Kunpa takaisin saisin nyt nuoruuteni!

Jospa sinut syliini sulkea saisin!
Ja lämmetä lämmöstä vartalosi!
Jospa huuleni huulilles painaa voisin,
ja juopua juomasta nuoruutesi!

Et kuullut sä mykkää huutoani,
lähdit länteen lasipalatsiisi.
Minä muutuin jälleen muumioksi
vuodet välilläimme kasvoivat aiooneiksi.

9.1.2011

Längtan

Jag har länge längtat efter din blick,
velat drunkna djupt i dina ögons hav;
drömt om ett leende på ansiktet ditt,
om en viskning knappt ens hörbar.

Du som var så ung, fick mig begripa
hur hopplöst gammal jag var!
Din ljuva blick brände het i min bröst.
Ack, om jag fick tillbaka min ungdom!

Om ens en gång jag fick famna dig,
bli varm i din heta omfamning!
Om en gång jag fick kyssa din ljuva mun,
bli berusad av din ungdom!

Du hörde aldrig mitt stumma skrik,
återvändande till ditt slott i väster.
Jag blev åter en mumie i sarkofagen min
Åren mellan oss övergick till eoner.

7.7.2013

Martti Piela

Täysrehtori

Veikko Huovisen luoman hahmon Konsta Pylkkäsen komparatiivinen lausuma oli, että on pöljä, emäpöljä ja täysrehtori? Joku on pohtinut, että ellei osaa työtä, voi ryhtyä opettajaksi ja jollei osaa opettaa, voi alkaa rehtoriksi. Rehtori tarkoittaa koulun johtajaa. Sana tulee latinankielestä rector = hallita.

Englantilaisia rehtoria merkitseviä sanoja ovat mm. principal, head, schoolmaster ja schoolmistress. Viimemainitun sanan loppuosalla on toinenkin merkitys. Voihan sitä rakastaa monia asioita vaikka työtään, kouluaan ja oppilaitaan. Rehtorin mieluisia tehtäviä on jakaa opintonsa päättävälle todistuksia ja lukion päättävälle valkolakkeja.

Kokemusteni mukaan rehtorit ovat vuosikymmenien myötä käyneet entistä mukavammiksi. Alaluokilla rehtorini olivat pääasiassa sodan käyneitä miehiä. Johtamismenetelmätkin olivat usein rintamilta peräisin. Rehtorit ottivat osaa myös opettamiseen ja tulivat siten tutuiksi. Rehtorin kansliaan mentiin vain kutsuttuina. Kanslia oli mielipiteiden vaihtopaikka. Omat mielipiteet vaihtuivat yleensä rehtorin mielipiteiksi. Kansliasta ulos tulleelta oli tapana kysyä, paljonko sait.

Rehtoreiden tärkeitä kasvatustehtäviä olivat oppilaiden pullakaupassa käyntien estäminen, välitunneilla sisällä pälyilevien uloshäätö ja pakkasella hattuomien oppilaitten vaaniminen. Näin me opimme koulussa ihmisten tavoille. Opiskeluaikoina rehtoria tapasi yhä harvemmin. Aina ei edes tiennyt, kuka milloinkin oli rehtorina. Vasta työelämässä oppi tuntemaan rehtoreita ja heidän tapojaan omina esimiehinä.

Naisvaltikka on murheenmerkki, se maakuntain häviö ennustaa, sanoi kanttori Sepeteus Aleksis Kiven Nummisuutareissa. Naisrehtoreista minulla on lähes pelkästään myönteistä sanottavaa niin omista kokemuksista kuin sivusta seuratenkin. Hyviä toimivia yhdistelmä ovat olleet myös muusikkorehtorit. Rehtorit ovat

työelämäaikani osoittautuneet mukaviksi myös yhteisissä yhdistyksissä ja vapaa-ajan harrastuksissa.

Hyvät rehtorit ovat kiven alla. Monet tuntemani rehtorit ovat jo kiven alla ja

pilven päällä. Joukoissa on opetus- ja kouluneuvoksia. Yksi rehtoreistani yleni aikoinaan yleisradion pääjohtajaksi.

Risto Nihtilä



Kuva: Marja-Leena Hyvärinen

Hyvä ystävä!

Torstaina 14. helmikuuta Tinon, Voiton ja Valentinin päivänä vietetään ystävänpäivää. Tuona päivänä on lupa hoitaa, helliä ja muistaa ystäviä ja rakkaita.

Länsimaaisessa kulttuurissa rakkaus jaetaan usein Platonin esittelemän kolmijaon mukaan: eros = eroottinen rakkaus, filia = veljellinen rakkaus ja agape = jumalallinen rakkaus. Neljäntenä rakkauden muotona voidaan mainita amor, romanttinen rakkaus.

Häissä nähdään eroottista rakkautta ja romanttista rakkautta. Se perustuu kahden rakastavaisen liittymiseen yhteen. Arkisessa kielessä puhutaan pihkaantumisesta. Eros voi joskus näyttää myös julmat puolensa. Eros-rakkaudella on äärimmäiset ulottuvuudet. Haluamme antaa ja saada rakkautta. Siksi riskieliin kannattaa antautua, muutoin turhautuneina voimme tulla kyynisiksi ja saada tyydytystä vain toisten epäonnesta rakkaudessa.

Filos on rakkautta ystävien välillä. Eros-rakkaus on vaikea laji. Sen sijaan filos-harjoituksia saamme melkein syntymästä lähtien. Ystäviä yhdistävät opinnot, työ, harrastukset, matkailu ja elämän kokemukset. Ystävyys voi olla elinikäinen. Tee toiselle se, jonka haluat myös itselle tapahtuvan. Tässä on kyse lähimmäisen rakkaudesta.

Luin vuosia sitten Paolo Coelhon kirjan Pyhiinvaellus. Siinä kirjailija aukaisee hyvin agabe-rakkauden muotoja. Hän kirjoittaa: ”Agabe on jumalallinen kipinä. Se, mitä ihmiset kutsuvat hyväksi onneksi. Tai, että agabe on kaikkinelevää rakkautta; Martin Luther King sanoi kerran, että kun Jeesus puhui vihollisten rakastamisesta, hän tarkoitti agapeta. Se on tunne, joka valtaa kaiken, tulvii sisään kaikista rakosista ja tekee kaikki hyökkäysyritykset turhiksi.”

Syvät ihmissuhteet kehittävät ystävyyttä. Filos voi johdattaa agapeen. Se on rakkauden jaloin muoto. Agape saavutetaan elämällä voimakkaasti tunteilla ja panemalla itsensä likoon toisten puolesta. Timantit syntyvät kovassa puristuksessa. Rakkaus kaiken voittaa, se on agape.

Jos kuunteli Nobelin rauhan palkinnon saaneen nuoren Malalan puhetta Nobel-juhlassa, ymmärtää, mitä on agape. Se on suurta kiitollisuutta maailmaa kohtaan ja syvä vastaisku maailman pahuuteen, koska vain siten maailma parantuu. Agape-rakkaus on kykenevä myös rakastamaan vihollista, koska vain siten pahan kierre voidaan purkaa ja rakentaa tilalle sietämistä, ymmärtämistä, auttamista, toivoa ja uskoa hyvyyden voittoon.

Ystävää voimme muistaa ystävänpäiväkorteilla, runoilla, tarjoiluilla ja lahjoilla.

Aikaisemmin etupäässä tytöt liimailivat kiitokuvia vihkoihin ja kirjoittivat runoja ystävien vihkoihin. Seuraavat kaksi ensimmäistä runoa ovat 30-luvulta tätini muistivihkosta ja viimeinen runo on perulaisen moschika-intiaanin Jose Moncadan runo.

Runo 1

Sinutkos mä unhoittaisin,
niin kuin taidat luulla.
Ennen tyyni veden pinta,
jäätty heinäkuulla.

Runo 2

Sun ystäväsi, armaasi,
mä aina olla tahtoisin.
En koskaan olla tahtoisin,
sulle uskon ja petturi.
Se oisi suurin iloni,
jos aina olisit luonani.
Jos kuolo sinut korjaisi,
niin murhe minut murtaisi.
Sinua myös rakastaa,
tahtoisin mä ainiaan.
En voisi minä milloinkaan,
sua ilman elää vaan.
Jos ystävä et olekaan,
niin lue joka toinen rivi vaan.

Jose Moncada:

Ystävyys

Ystäväni, sydämessäni tulvahtaa ilo,
kun näen Sinut.
Innostat, hyväksyt, repäiset edestäsi ennakkoluulot,
mielen sulkijat.
Sukulaisten on pakko vain väsyttää.
Vaatimus, velvoite, huoli, riita, kademieli.
Sinua Ystäväni, ilomielin arvostan.

14. helmikuuta muistuttaa meitä, että ystävyyttä täytyy ylläpitää ja hoitaa. Ystävyys punnitaan vaikeina aikoina. Siitä syystä ilahduta ystävää, kun se on mahdollista. Parasta ystävyys on silloin, kun tunnet me ystävämme hyvät ja huonot ominaisuudet ja siitä huolimatta olemme hyviä ystäviä.

Taina Kulusjärvi-Touray

Oulaisten ja Merijärven senioriopettajat juhlivat 10-vuotista taivaltaan

Viime marraskuussa tuli täyteen 10 vuotta siitä kun Veteraniopettajat – Veteranlärare ry teki aloitteen ja sen Pohjois-Suomen yhdyshenkilö **Lyyli Juntunen** kutsui koolle kokouksen, johon 28.11.2008 joukko oulaistalaisia ja merijärvisiä eläkkeellä olevia opettajia saapui keskustelemaan oman paikallisyhdistyksen perustamisesta.

Paikalle oli saapunut toistakymmentä opettajaa, jotka yksimielisesti totesivat oman yhdistyksen perustamisen olevan tarpeen. Yhdistyksen nimeksi tuli Oulaisten ja Merijärven senioriopettajat ry ja epäviralliseksi lyhenteeksi OMSO.

Tämä OSJ:n paikallisyhdistys on kulu-neena kymmenenä vuotena toiminut jäsentensä välisenä yhdyssiteenä ja järjestänyt heille monenlaista virkistys- ja harrastustoimintaa. Suosittuja ovat olleet vierailut teattereissa, konserteissa, taidenäyttelyissä ja museoissa. Myös luontoretkeille on

aina löytynyt innokkaita osallistujia.

Yhdistyksemme hallituksessa ja toiminnassa on laajalti edustettuna eri koulumuotojen senioriopettajia. Se on ilahduttavaa, koska näin syntyy uusia ystävyssuhteita entisten tuttavuuksien rinnalle. Myös avetit ovat olleet tervetulleita yhteisiin tapahtumiin. Kymmenen toimintavuoden aikana yhdistys on kasvanut ja nyt jäseniä on 47.

Oulaisten ja Merijärven senioriopettajat kokoontuivat 24.11.2018 juhlimaan 10-vuotista taivaltaan Oulaisiin Honkamajalle. Tilaisuuteen saapui kolmisenkymmentä henkilöä. Yhdistyksen puheenjohtaja **Pentti J. Voutilainen** toivotti vieraat tervetulleiksi.

Juhlan aluksi saimme kuulla Oulaisten Nuorisokuoron lauluryhmän esityksiä musiikkineuvos **Tapani Tirilän** johdolla. Kuulimme mm. hänen säveltämänsä ja sovittamansa joululaulun *Rauhaa, rakkaute-*

ta, jonka sanat ovat Pauli Ylitalon. Suurelle yleisölle laulu esitettiin Helsingin Musiikkitalossa 3.12. jouluisessa yhteislaulutilaisuudessa, jossa yleisöä laulatti Oulaisten Nuorisokuoro, joka oli valittu Yleisradion vuoden nuorisokuoroksi kaudeksi 2018–2019.

10-vuotistilaisuudessa lauluesityksen jälkeen nautimme herkullisen juhlapäivällisen kauniisti katetusta ja koristellusta pöydästä. Ruokailun jälkeen yhdistyksemme ”kättilönä” toiminut Lyyli Juntunen onnitteli juhlijaa yhdistystä ja muisteli sen alkuvaiheita. – Oman yhdistyksemme lisäksi Lyyli Juntunen on toiminut lähes kymmenen muun Pohjois-Pohjanmaalle syntyneen senioriopettajayhdistyksen ”kättilönä” ja tukihenkilönä.

Yhdistyksemme ensimmäisen puheenjohtajan **Aila Kankaan** ja silloisen hallituksen aloittama työ jatkuu nyt vireänä uudelle vuosikymmenelle. Nykyinen sihteeri **Anneli Häkkilä** muisteli historiikissa yhdistyksen 10-vuotista taivalta. Puheenjohtajan esittämä valokuvakatsaus vuosien varrelta palautti mieliin monen monta hauskaa tapahtumaa. Vapaan sanan aikana **Esko Suutari** lausui Hailuodon innoittamana kirjoittamansa runon *Syksy meren rannalla*. OAJ:n Oulaisten ja Merijärven paikallisosastosta **Markku Leppäjärvi** ja **Sinikka Vanha** esittivät niin ikään onnitelut yhdistyksellemme.

Joimme kakkukahvit iloisesti rupertellen ja ilta huipentui reippaaseen laulutuokioon. Tapani Tirilän johdolla lauloimme koululauluja sekä omilta kouluajoiltamme että työvuosiltamme. Ilta päättyi senioriopettajien omaan lauluun, jonka on sanoittanut Arvon mekin ansaitsemme -lauluun OSJ:n toiminnanjohtaja **Kirsti Lehtinen**.

Anneli Häkkilä, teksti ja kuva
Oulaisten ja Merijärven
senioriopettajat ry:n sihteeri

Juhlaruokaa nauttimassa etualalla yhdistyksen puheenjohtaja **Pentti J. Voutilainen**, **Matti Häkkilä** ja **Lyyli Juntunen**.



Elämää suurempia tunteita hyötykäytössä

Tunnistatko tämän kokemuksen? Olo on jotenkin hankala. Mieleen nousee tilanteita ja ratkaisuja, jotka eivät menneet hyvin. Mieli on samaa ja innoton. Viikonpäivät ovat toistensa kopioita. Niillä vain on eri nimet. Ankeus on laskeutunut elämän ylle kuin tuhkakilvi, vaikka mitään ikävää ei todellisuudessa ole tapahtunut.

Outo olo menee vähitellen itsestäänkin ohi. Mutta siihen on olemassa itsehoito, joka nopeuttaa prosessia. Sitä kannattaa kokeilla. Minua se on ainakin auttanut.

Otat esille tietyt DVD-elokuvat, joiden tehoon voit kokemuksesta luottaa. Hyviä vaihtoehtoja ovat ”Casablanca” ja ”Minun Afrikkani”. Myös ”Rakkautta ennen aamua” saattaa tehota nuoremmilla. Varaa termoskannuun makusi mukaista haudutettua teetä. English Rose on hyvä ja kamomillateekin toimii. Pane myös sauna lämpiämään.

Jos sinulla on puusauna ja puoliso, niin hän huolehtii lämmittämisestä, sillä itse et voi kesken prosessin lähteä lisäämään puita pesään. Muista varata nenäliinoja riittävästi. Suuret pehmeät kangasliinat ovat parhaita. Muu perhe, jos sellainen on kotosalla, voisi mielellään olla toisaalla omissa puuhissaan. Terapiatapahtuma kun on perin intiimi eikä oikein siedä ulkopuolisia katseilijoita. Se on yksilöterapiaa, mutta ehkä sitä voisi ryhmässäkin kokeilla, mutta osallistujilla pitäisi olla jokseenkin sama elokuvamaku.

Tunnelmaan pääsee paremmin, kun on vapaa-ajan asussa ja ehkä huopaan kietoutuneena, ikään kuin pesässä. Voit katsoa koko elokuvan, mutta pikaterapiassa mennään suoraan huippukohtiin.

Casablanca -filmissä **Ingrid Bergman**,

Ilsa ja **Humphrey Bogart**, Rick kohtaa Pariisissa. Eletään toisen maailmansodan kriittisiä päiviä. Saksalaiset ovat valtaamassa kaupunkia. Samanaikaisesti elämää suurempi rakkaus valtaa Ilsan ja ja Rickin traagisissa olosuhteissa.

Heillä kummallakin on jo takanaan elettyä elämää salaisuuksineen. He uskovat kuitenkin uuden onnen mahdollisuuteen. Ratkaiseva tapaaminen sovitaan Pariisin rautatieasemalle. Sieltä he jatkaisivat yhdessä eteenpäin. Mutta Ilsa ei tule. Rickin sydän murskautuu. Hän ei tiedä Ilsan salaisuutta, vaan luulee tulleensa petetyksi.

Tässä kohdassa itsehoito alkaa toimia. Kyynelvirta ryöpsähtää valloilleen. Mutta kaikki ei ole vielä suoritettu. Ilsan aviomies, suuri sotasankari on pelastettava saksalaisten kynsistä. Ilsa on lähdössä puolisonsa kanssa pakoon Pariisista. Ilsa valitsee velvollisuuden. Sydän karrella hän jättää elämää suuremman rakkautensa.

Kotisohvalla nenäliinat kastuvat kyynel-tsunamista, kun Rick sanoo karhealla äänellä Ilsalle. ”We`ll have Paris.”

Suu on niin kuiva jännityksestä, että nyt on nautittava teetä ja palttava vähitellen omaan elämään. Puolisokin huutelee, ehkä hie- man arkisin sanankääntein: ”Joko irtosi? Sauna alkaa olla valmis.” Sauna on itsehoidon oleellinen osa ja hyvä päätös. Se häivyttää silmistä itkupussit, rentouttaa koko olemusta ja raikastaa ulkonäköäkin.

Tilanne on ohi. Ilsa istuu saunan jälkeen sohvalla Rickinsä kanssa katsomassa myöhäisuuksia. Siemaillaan haudutettua teetä ja kaikki on hyvin.

Tuhkapilvi on hälvennyt taivaan tuuliin.

Arja Saarikoski
arjasaarikoski@gmail.com





Pekka Varismäki

Kohtaus sadun hovissa

Eräänä arkipäivänä kohtasin aivan sattumalta hoviväkeä. Seinäjoen tavaratalon ravintolassa oli kaunis pieni prinsessa, ehkä noin kuusivuotias. Kullankeltainen tukka, siniset silmät, iloinen hymy. Siis ilmielävä pieni prinsessa.

Uteliaana hän seikkaili tutustumassa muihin lounasvieraisiin. Viisas äiti seurasi tarkasti, mutta antoi lapsukaisen tehdä tutkimusretkiään.

Koko hovi näytti olevan liikkeellä. Pöytäni viereen pysähtyvä nuori, reippaasti alle kouluikäinen miehenalku. Ryhdyn keskusteluun ja ensitöikseni väitän, että minäpä tiedän sinun nimesi. Tietenkään en sitä ensikohtaamisella toki tiedä, mutta juoni onnistuu. Vieraani sanoo empimättä:

– Minä olen Kalle Juhani.

Kerron, että minä olen Pekka Matti. Mutta sitten väitän, etten usko, että sinä olet Kalle Juhani. Todellisuudessa sinä olet Prinssi Urhea, mutta se on salaisuus, ja sitä ei kerrota kenellekään, eihän?

Prinssi Urhea katsoo minuun hiukan epäuskoisena. Äitiä naurattaa viereisessä pöydässä. Kysyn Prinssi Urhealta, että mikäs on prinssin äiti? Satu on hänelle tuttu, empimättä hän sanoo, että se on kuningatar.

– Mitäs se kuningatar tekee?

– No se sanoo, että minä en saa mennä niin kauaksi ettei äiti näe minua, enkä saa mennä piiloon kun ollaan syömässä. Voin eksyä.

– Mitäs kuningas tekee?

– Se on työssä ja tienaa kultarahoja ja antaa kuningattarelle. Ja kuningatar saa ostaa kaupasta kaikkea mitä tarvitaan.

Lasten kasvatus on hyvin tärkeä ja vastuullinen asia. Me vanhemmat ja isovanhemmatkin joskus kasvatamme lapsemme tai lastenlapsemme, – joiden kasvatukseen ikävä kyllä pyrimme turhan innokkaasti ja liian usein sekaantumaan – samalla tavoin kuin meitä itseämme on aikoinaan kasvatettu.

Useimmiten se on oikein hyvä metodi. Mutta jos omassa kasvatuksessamme on aikoinaan ollut periaatteena se, että ellei lapsi tottele, niin vitsa viuhuu ja hän saa rangaistuksen. Silloin siirrämme tämän väkivallan eteenpäin. Teollamme viestimme, että kosto on aivan oikein.

Onneksi nyky-yhteiskunta on neuvolatoimintoinen muuttunut niin, että lasten kasvatus pelolla ja uhkauksilla on lailla kielletty. Lapsi voidaan ääritapauksissa jopa ottaa yhteiskunnan haltuun.

Palataanpa Prinssi Urheaan. Hän on unelma sadun maasta, jossa kaikki on hyvin, jossa kaikki auttavat toisiaan ja jossa paha saa palkkansa.

Minusta tuntuu, että sadut ovat syntyneet juuri unelmista. Miksi? Siksi, että ilman unelmia ei synny kehitystä, ilman unelmaa ei keksitä sähköä eikä junia, että ilman unelmia kaikki polkee paikallaan.

Hirvittävästä unelmista historia myös kertoo silloin, kun joku saa päähönsä hankkia maalleen eli itselleen lisää alueita, valtaa ja kuviteltua kunniaa.

Unelmiin kuuluvat myös pettymykset. Vaarana on jäädä niitä märehäntämään, hakemaan syyllisiä ja lakata unelmoimasta.

Ihmiskunnan historia on täynnä näitä unelmia, itsekkäitä mutta myös niitä, jotka ovat jättäneet unelmoijansa historian lehdille ihmiskunnan suurina hyväntekijöinä.

Hyvä lukijani. Älä luovuta, jos unelmasi eivät toteudu heti tai eivät koskaan. Unelmat ovat kuitenkin niitä, jotka tekevät ihmisen elämän elämisen arvoiseksi, ainutlaatuisen hyväksi ja tärkeäksi.

Tulet omalla paikallasi Prinssi Rohkeaksi!

Pekka Varismäki
Ylistaro

Kuva: Mikael Rajaniemi



Riitta Ristola

Uusi vuosi vie ajatukset niin tulevaan kuin menneeseenkin. Ruokataloudessa aletaan jo alkuvuodesta käyttää enemmän edellisenä kesänä pakastimeen kerättyjä luonnon antimia. Manteli-puolukkapiirakkaan tarvitset melko paljon puolukoita, jotka tuovat leivonnaiseen pirteän maun. Jos haluat siitä makeampaa, voit päälle lorauttaa vähän vaahterasirappia.

Yleensä tammikuussa on pakkasia, silloin maistuu lämmin keitto. Kasvissosekitossa olen käyttänyt pakastettuja kukkakaaleja, porkkanasoseen olen ostanut valmiina, vaikka voi sen itsekin tehdä.

Toivotan hyvää alkanutta vuotta kaikille lukijoilleni!

Manteli-puolukkapiirakka

n. 16 annosta

150 g leivontamargariinia tai voita
3 dl AB-piimää
2 dl sokeria
4,5 dl vehnä jauhoja
1,5 tl leivinjauhetta
0,5 tl soodaa
8 dl puolukoita (pakaste)
2 rkl sokeria
2 rkl perunajauhoja

Pinnalle

1 ps (80 g) mantelijauhetta
1 dl kookoshiutaleita
0,5 dl sokeria
2 rkl mantelilikööriä (tai vettä + 2–3 tippaa manteliaromia)

Sulata rasva ja anna sen hieman jäähtyä. Sekoita rasva, piimä ja sokeri kulhossa. Lisää jauhot, joihin on sekoitettu leivinjauhe ja sooda. Sekoita taikaiseksi taikinaksi.

Levitä tarina leivinpaperin päälle uunipellille.

Sekoita marjojen joukkoon sokeri ja perunajauhot. Ripottele marjat taikinan päälle ja paista 200 asteessa 10 minuuttia.

Sekoita mantelijauhe, kookoshiutaleet, sokeri ja neste keskenään. Ripottele manteliseos marjojen päälle. Jatka paistamista 200 asteessa 20–25 minuuttia.

Koskenlaskijan kasvissosekeitto

n. 5 annosta

1 sipuli
0,5 rkl öljyä
400–500 g kukkakaalia (pakaste)
1 pussi (500g) porkkanasoseita
7 dl vettä
1 pkt (250 g) Koskenlaskija-sulatejuustoa, (voimakas)
1 tl suolaa
riipaus mustapippuria
tuoretta basilikaa tai persiljaa

Hienonna sipuli ja kuullota rasvassa kattilassa. Lisää joukkoon kukkakaalit ja vesi.

Keitä noin 10 minuuttia ja soseuta sauvasekoittimella.

Lisää keittoon porkkanasose ja paloiteltu sulatejuusto pieninä nokareina. Mausta suolalla ja pippurilla. Kuumenna kiehuvaaksi ja hämmennä taikaiseksi.

Ripottele keiton pinnalle hienonnettua basilikaa.

Tarjoa lisäksi leipää.

Kuva: Matton



Lupsakoita loruja

Ritva Kokkola
Limonaattia ja silliä
Runoja lapsille
Sidottu, 48 sivua
Nodbooks, 2017

*Veteen potut heitin, puikulaiset keitin.
 Mitä uupuu?
 Voita sekä silliä!
 Ehkä nippu tiliä!
 Onpa hyvää!
 Lautaselle lissään.
 Tällaista en saakaan missään.*

Runokokoelmassaan lapsille senioriopettaja Ritva Kokkola leikittelee ja hulluttelee estottomasti sanoilla. Sanat pulppuilevat iloisesti. Runoissa löytyy kuitenkin opettajan ote, kuten perunan, voin, sillin ja tillin makujen liitosta. Hän tarjoilee hauskaasti ja mieleenpainuvasti tietoa kasveista, eläimistä, ilmansuunnista, merkityksistä. Tulevat oman lapsuuteni runot ja lorut mieleen. Runon poljennolla on toki siirretty tietoa ammoisista ajoista. Sen tiedämme varsin hyvin Kalevalastakin.

Kirjan käsitellyn valokuvan tyypiset kuvat elävöittävät sivuja ja antavat mahdollisuuden keskusteluun runosta, johon kuva tuo oman lisänsä. Kuvituksesta ei tosin löydy kirjassa mainintaa.

Tämän runokirjan ohella Ritva Kokkola on kirjoittanut useita muitakin lasten ja nuorten kirjoja kuten esimerkiksi neljä Ansku ja Armas -lastenkirjaa, joissa on hauska ja pedagoginen ote. Hän osaa vetää oikeasta narusta, jotta saa eri ikäiset lapset oppimaan.

Ritva Kokkolan kirjallinen tuotos ei jää vain lasten ja nuorten kirjoihin, vaan hän on kirjoittanut lisäksi mm. kolumneja, rikosromaaneita, romaaneita, novelleja ja runoja.

Aktiivinen ja monessa mukana oleva kemiläinen sanataituri on jäsenenä Suomen Kirjailijaliitossa, Suomen Nuorisokirjailijoissa, Suomen Dekariseurassa, Lapin Kirjallisuusseurassa OSJ:ssä.

Kirjaa on saatavissa kirjastoista ja se maksaa kirjakaupoissa 20 euron kahta puolta.

Anneli Rajaniemi



Runoja naisen elämästä

Ritva Kokkola
Angelina Jolien huulet
Nidottu, 102 sivua
Atrain&Nord kustannusliike, 2018

Ritva Kokkola on kirjoittanut runokirjan naisen elämästä. Hänen modernia runoutta edustavat runonsa kertovat eri ikäisistä naisista, heidän vaatimuksistaan, haaveistaan ja peloistaan. Läsnä on rakkauden mahdollisuus. Runot kuvaavat vahvasti myös vanhenemista, menetystä, eroa ja kuolemaa.

Kuten kirjan takakannen esittelyssä sanotaan, tekstin ote on toteavan feministinen. Sanat eivät hyökkää eivätkä sodi. Hän ei alleviivaa naisen epäoikeudenmukaista kohtelua.

Vuonna 2018 naisen asema nousi merkittäväksi aiheeksi Me too -kampanjan ansiosta eri tiedotusvälineissä. Ritva Kokkola oli siten ajan hermolla runokirjallaan naisen elämästä.

Kirjan nimi Angelina Jolien huulet johtaa ajatukset suoraan runojen feministiseen luonteeseen. Näyttelijätär joutui nuorena pilkan ja koulukiusauksen kohteeksi täyteläisten huultensa vuoksi. Myöhemmin häntä jumaloitiin niiden tähden ja plastiikkakirurgit tekevät rahaa muovatesaan samanlaisia hänen ihailijoilleen.

Kokkola käsittelee myös uskontojen mielivaltaista otetta naisen arkeen esimerkiksi seuraavasti:

*Pyhä äiti
 jumalan synnyttäjä
 nainen
 joka ei saa astua esiripun toiselle puolelle
 jumalan pyhimpään
 poikansa saliin*

paitsi jos on siivooja
 Teoksen viimeinen runo kuvaa kuolemaa ja siirtymistä ajasta ikuisuuteen sairaalassa letkuihin kytkettynä, monitorin viivan toteamana. Exitus.:
Levolle lasken luojani

*monitorista näkyy kuinka pulssi laskee
 laskee laskee
 armias ole suojani
 laskee laskee laskee
 jos sijaltain en
 laskee laskee laskee laskee
 nousisi nousisi nousisi
 ota ota ota
 onko minulla tämä yhteys
 suora yhteys ylös
 nolla*

Suosittelen lämpimästi tämän ajatuksia herättävän runokirjan lukemista. Teos on lainattavissa suurimmissa kirjastoissa. Verkkokaupasta ostettaessa sen hinta vaihtelee 20 euron kahta puolta.

Anneli Rajaniemi



Runollinen kasvutarina

Pirkko Arola
Tuuliköynnös
Nidottu, 153 sivua
Kustannusosakeyhtiö Hai, 2018

Opettajana ja pappina toiminut Pirkko Arola on tuottanut aiemmin lauluja, runoja ja aforismeja. Nyt julkaistu Tuuliköynnös on hänen ensimmäisen proosateoksensa. Kirja on päähenkilön, Esterin kasvutarina lapsuudesta ja nuoruudesta aina kypsään keski-ikään saakka. Tapahtumamaisena muuttuu ajan myötä Tampereelta Helsinkiin, piipahdetaan Edinburghissa, palataan Puu-Pasilaan ja Suomenlinnaan ja lopulta jälleen Tampereelle.

Tapahtumapaikoista kirjailija kertoo tarkat ja mielenkiintoiset havaintonsa.

Johtavana lankana tarinassa kulkevat kuvat, kuvitukset ja ennen kaikkea Tampereen tuomionkirkon kuuluisa Hugo Simbergin maalaus haavoittuneesta enkelistä. Tähän maalaukseen palataan kirjassa uudestaan ja uudestaan. Maalauksen symbolinen merkitys päähenkilön Esterin elämän kehityksessä on merkittävä.

Samoin tärkeä on Erätie Tampereella, josta kirjailija aloittaa kertomuksensa ja jonne palataan loppuvaiheissa. Nuoren naisen kasvutarina on kerrottu mielenkiintoisesti, ajan tapahtumia seuraten. Esterin avioituminen, miehen Tuuren äkillinen mukaan tulo naisen elämään, avioliiton vaikeudet, onnistumiset ja käsittämättömät epäonnistumiset tuovat hetkittäin mieleen Jotunin Huojuvan Talon. Tämä kirja on kuitenkin lopulta valoisa, meille kaikille uskoa antava. Esterin lapsen, Aarnen kasvutarina sisältää Esterin ehkä kadotettujen mahdollisuuksien toteutumisen.

Lukiessani teosta ajattelin, että tämän kirjan on tosiaankin kirjoittanut runoilija ja aforistien tekijä, niin lyhyisiä ja ajatuksia herättäviä ilmauksia teksti sisältää. Myönnän, että aluksi en oikein päässyt kerronnan sisään, mutta luettuani kirjan loppuun totesin, että tämä on uusi kaivattu tapa kertoa romaaneissa mielenkiintoinen tarina.

Lopuksi oletan, että päähenkilön lopputeksteissä saama lääkäriaseman kirje, joka hautautuu Aamulehden kanssa keittiön hyllylle ennakoivat jatkoon Esterin tarinalle. Näin ainakin toivon.

Kirjaa voi tilata kirjoittajalta pirkkoarola@gmail.com tai 040 560 1374. Hinta 15 €, johon lisätään 2 € postikulua.

Osmo Ukkonen

Lähtöloitsu

*eli mietteitä vuosikymmenten varrelta Syväkankaan-
Kulmankylän koulusta ja kouluelämästä yleisemminkin*

Ol' syksy -70 tuot' ajastaikaa,
kun alkoi ääni "meikän" kaikkaa
sopukoiss' tään rakennuksen
takan' monen monen uksen.

Muu opekaarti kokenutta varsin
mutt' ujouteni tuota pikaa karsin.
Meill' kurinpidoss' silloin yhteistuuma
ei jonkin teemavuoden hetken huuma.

Kas Jorma, Kalle olit rehtoreina
kuin ökytilain vahvoin' pehtoreina.
Ja koulun johto heillä näpeissään
mukset kurittomat usein häpeissään.

Syöpyi mieleen myös Raakel Ollonen
tuo kasvattaja persoonallinen.
Hän täyttä asiata usein haastoi,
mutt' aniharvoin hiuksiansa raastoi.

Toi peruskoulu meill' tuulet uudet
ja kuten luultiin myös "mukavuudet".
Kuuluitko "ryhmään" ope-nyhjä,
vai olitko "alkio" joukossa TYHJÄ?

Läht' vanhoi vapaalle saatoss' vuosien,
saapui noviisit kera uusien kuosien.
Nous' teemaksi tärkeeksi yhteistyö,
joss' koti ja koulu kättä lyö.

Siin onnistuttiin vain tietyin osin,
vaikk' pyrkyä ollut ois kyllin tosin.
Myös media väärästi asenteit' open,
hän joutuikin usein "osalle mopen".

Myöt' vuosien muuttui myös koululait,
mukana pysytkö, "punalankaako" hait?
Tul' maistereista nyt oikeita opeja,
oliks' vanhat "räähkät" pelkkiä snobeja.

Meni opetkin lakkoon keväällä kerran,
kun luottamus petti lupauksiin herran.
Tulosta tuli, palkka, arvostus nousi,
joukko kun suuntaan samaan sousi.

Kas esivalta openkin palkoista säästi,
se hetkeksi itsensä pulmista päästi.
Ei open ja opin puute juur' vaivanneet,
eik' päättäjät opeja luokkiin kaivanneet.

Vuostuhat vaihtuu, ja tähän on tultu,
kouluun käy monikin perheensä kultu.
On "senaatill'" vastuu, valinnan hetki
muutoin käy Hölmölään kansamme retki.

Koulukiusausko viime vuosien trendi,
kun sisintä kalvaa, et ole frendi.
Toimia tarvitaan, puheet ei riitä,
muutoin ei selvitä ongelmast' siitä.

Aatoksii näitä nousi mull' mieleen,
siis kritisoiikaa, mik' meni pieleen.
Nää mietteeni teille täss' julki toin,
kun silmäyksen aikaan menneeseen loin.

Maininnatta jäi monta asiaa, nimeä,
myös sopraano ääneltään kovin kimeä.
Jos puutteet nää, ystävät, teitä loukkaa,
pyydän; "armahtakaa tätä eläkehoukkaa!"

Koht' itse kanss' "Ritun" vapaalle liidän,
teit' kollegat menneist' lämpimäst' kiitän.
Työss' käyttänyt järkee oon talonpojan,
se vienyt on yli monen "syvänkin ojan".

Pian keppikymmen meikäleist' vuotta,
mutt' terveeseen järkeen aion yhä luottaa.
Kun sisua, sydäntä teilläkin riittää,
sen havaita voitte:
TYÖ TEKIJÄÄ KIITTÄÄ.

Kemissä 10.1.2000
Taisto Matinlassi



Aina parhaassa iässä Kuntoloma Tanhuvaarassa 18.–22.3.2019 (ma–pe)

Senioriopettajilla on mahdollisuus osallistua kuntolomaan Tanhuvaaran Urheiluopistolla Savonlinnassa. Tarjolla on liikunnallisia elämyksiä upeissa maisemissa mm. monipuolista jumppaa ja tanssia, ulkoliikuntaa, seniori-ikäisten pelejä, luentoja ja muuta mukavaa. Liikuntaa tukee hyvä ruoka (täysihoito) ja leppoiset yhteiset illat. Yhtenä iltana loman aikana myös rantasaunailta. Tulopäivänä on tulokahvi (klo 14.00) ja päivällinen, lähtöpäivänä aamiainen ja lounas.

Hinta 315 €/hlö kahden hengen huoneessa (aveceilta sama hinta), yhden hengen huoneissa 35 €/vrk.

Ilmoittautumiset 15.2.2019 mennessä Tanhuvaaraan puh. 044 715 0408 tai jaana.tervonen@tanhuvaara.fi. Tanhuvaaran Urheiluopisto, Moinsalmentie 1042, 57230 Savonlinna, puh: 015 582 0000 info@tanhuvaara.fi

Hyvän olon viikko Kisakalliossa 8.–12.4.2019

Senioriopettajilla on hyvä tilaisuus osallistua hyvän olon viikkoon Kisakalliossa. Ohjelmassa on monipuolista jumppaa, rentoutusta, venyttelyä, vesijumppaa, tanssia, tietoisuuksia, kuntosaliharjoittelua, seniori-ikäisten pelejä aivotoimintaa unohtamatta, senioricurlingia ja monenlaista muuta hyvän mielen tuovaa liikuntaa. Lisäksi viikkoon kuuluu lauluilta ja rantasaunassa saunomista.

Tulopäivänä on info viikon ohjelmasta klo 13.

Hinta 309 €

Hinta sisältää majoituksen kahden hengen huoneessa, täysihoidon ja monipuolisen ohjelman. Avcit maksavat saman hinnan.

Ilmoittautumiset 3.3.2019 mennessä Kisakallioon.

Yhteystiedot ovat seuraavat:

Kisakallion Urheiluopisto, Kisakalliontie 248, 08360 Lohja
Virpi Palmen puh. 040 455 2852
sähköposti: virpi.palmen@kisakallio.fi

Vuosikokouksia

Länsi-Pohjan senioriopettajat ry:n

SÄÄNTÖMÄÄRÄINEN VUOSIKOKOUS Ke 27.02.2019 klo 13:00, Tornion kaupungintalon valtuustosalissa 9. krs. Ruokailemme kaupungintalon ravintolassa ennen kokousta klo 12.30–13.00 (vapaaehtoinen). Ruokailun vuoksi ilmoittaudu Rajalle tai Marjalle Pe 22.2.2019 mennessä. Maksu ravintolan kassalle.

Tervetuloa!

Hallitus

Vuosikokouksen jälkeen hallituksen JÄRJESTÄYTYMISKOKOUS, 2/2019

Jyväskylän senioriopettajat ry:n

vuosikokous pidetään maanantaina **25.2.2019 klo 14.00** NNKY:n tiloissa, Puistotori 4. Kahvitarjoilu. Tervetuloa!

Hallitus

Pohjoisen Keski-Suomen senioriopettajat ry:n

vuosikokous pidetään **ti 12.2.2019 klo 13** Saarijärven kaupungintalon Rahkola-salissa. Käsitellään sääntömääräiset asiat. Kahvitarjoilu. Tervetuloa!

Hallitus

Jokilaaksojen senioriopettajat ry:n

sääntömääräinen vuosikokous pidetään **pe 15.2.2019 klo 14.00–16.00** Kaustisella Kraatarimuseolla Pajalantie 16, 69600 Kaustinen. Tervetuloa!

Hallitus

Raahen Seudun Senioriopettajat ry:n

sääntömääräinen vuosikokous pidetään **torstaina 14.2.2019 klo 12.30** Kreivinajassa. Käsitellään sääntömääräiset vuosikokousasiat. Ystävänäpäiväkahvit tarjotaan kokouksen alussa. Tervetuloa!

Hallitus

Turun seudun senioriopettajat ry:n

vuosikokous pidetään **maanantaina 25.2. klo 14.00** alkaen Auriassa, Aurakatu 18. Käsitellään sääntömääräiset asiat ja valitaan edustajat OSJ:n vuosikokoukseen Helsingissä maanantaina 29.4. Kahvitarjoilu klo 13.30. Tarjoilun vuoksi toivomme ilmoittautumiset 19.2. mennessä Eija Ketolalle ilmo.tso@gmail.com tai 050 528 1783. Tervetuloa!

Hallitus

Hämeenlinnan Seudun Senioriopettajat ry.

HSSO:n sääntömääräinen vuosikokous pidetään **ke 20.2.2019 klo 10** Kumppanuustalon auditoriossa (II kerros), osoite Kirjastokatu 1, 13100 Hämeenlinna. Kokouksessa käsitellään sääntöjen 7 §:ssä mainitut asiat ja valitaan edustajat OSJ:n vuosikokoukseen. Ennen vuosikokousta klo 9.30 HSSO tarjoaa kahvit ja vuosikokouksen jälkeen Pekka Lunnikivi laulattaa osallistujia. Tervetuloa!

Hallitus

Porvoon senioriopettajat ry.

Yhdistyksemme sääntömääräinen vuosikokous pidetään Yhdistyskeskuksen salissa ISOMITTA, Kaivokatu 37 Porvoo (WSOY:n talo), **tiistaina 26.2.2019 klo 14.00**. Kokouksessa käsitellään sääntömääräiset asiat. Kahvitarjoilu. Tervetuloa!

Hallitus

Kuopion seudun senioriopettajat ry.

Yhdistyksen vuosikokous torstaina **14.2.2019 klo 13** OA:n alue-toimistossa, Kirkkokatu 33 B. Kokouksessa käsitellään sääntömääräiset asiat. Kahvitarjoilu. Tervetuloa!

Hallitus

Senioritorilla voivat Opetusalan Seniorijärjestö OSJ:n jäsenet lyhyesti ilmoittaa ilmaiseksi, saman ilmoituksen kuitenkin korkeintaan kaksi kertaa saman kalenterivuoden aikana. Lähetä teksti päätoimittajalle, yhteystiedot ovat lehden sivulla 2.

Myydään

Kiinteistö Oy Katinkullan Golfharjun viikon 39 hallintaan oikeuttava osake 20. B. 03, 2h + k + s, 62.0 m². **Kiinteistö Oy Katinkullan niemen viikon 50** hallintaan oikeuttava osake 13. A. 5, 2h + k + s + parvi, 52.0 m² + 17.0 m². Samassa yhteydessä myydään **Katinkullan Palloiluhallin osake D. A. 50**, joka oikeuttaa käyttämään kylpylää **viikolla 50**. Myydään edullisesti. Yhteyttä voi ottaa puhelimitse 050 433 6954.

Myydään **Kiinteistö Oy Ylläksen Lomaviikoista Äkäshotellin** lähettyiltä (matkaa 700 m) kelohonkaporitalosta **viikko 31**. Makuupaikkoja 6. Pinta-ala 44 m² + parvi 16 m². RCI:n korkein luokitus (punainen). Puh. 050 560 6437.

Ostetaan

Löytyykö keltään seniorilta vielä vanhaa **opettajan sormusta**? Ostaisin sen mielelläni kohtuullisella hinnalla. Puh. 044 375 8453/Tapio.

Vuokralle annetaan

Tampereen Tammelassa valoisa **hyvä yksio** 28 m², ylin 7. krs. Vakuus 2 kk. p. 045 342 0845.

Vuokrattavana **viikko-osake Holiday Club Pyhäniemestä viikolle 4**. Kelomökki rantarivistä 77 m², 3 mh, olohuone, keittiö, pesuhuone ja sauna. Vuodepaikat 8 hengelle. Täysi varustelu. Viikon vuokra perjantaista perjantaihin 500 €. Viikko-osake voidaan myös myydä edullisesti. Yhteydenotto plsari@outlook.com tai p. 0400 677 334.

Ylläsjärvellä viihtyisiä **6 hengen kelomökki** lähellä kylpylää ja palveluja. Täydellisesti varustettu, kohtuulliset hinnat. Pihasta pääsee latuverkostoon ja rinteeseen. Myös joulua vapaa vielä. P. 040 504 5616.

Vuokralle annetaan **Ylläkseltä Äkäshotellin lähettyiltä** (matkaa 700 m) kelohonkaporitalosta **viikko 31**. Makuupaikkoja 6. Pinta-ala 44 m² + parvi 16 m². RCI:n korkein luokitus (punainen). Puh. 050 560 6437.

Kodikas, siisti **kaksio+ lasitettu parveke** kauniilla ja rauhallisella alueella **Espanjan Torrevejassa**. Hyvin varustellussa asunnossa on uusittu mm. keittiö ja kylpyhuone. Kaikki koneet on uusittu. Alueella on iso uima-allas, uima-allasbaari, tenniskenttä ja kirkko. Kauppa ja ravintoloita lähellä. Puh. 040 504 4497.

Annan vuokralle **Kuusamosta Holiday Club viikko-osakkeen**i, Kuusamon Tähti, kylpylähötelin ja hiihtolatuojen viereltä ajalle **16.3.–23.3.2019**. Laadukas loma-asunto, 68 m², jossa 2 mh, oh, keittiö, sauna, 2 wc, nettiyhteys, lukolinen ulkovarasto ja sähköpistoke autolle. Vuodepaikat ja liinavaatteet 6:lle. Koneellistettu keittiö, astiasto 6:lle. Pyykinpesukone ja kuivauskaappi. Kodikkaasti sisustettu olohuone (takka, digi-tv ym.). Loppusiivous sisältyy hintaan. Lisätietoja p. 050 528 5960.

Viikko 10 Levillä. Huoneisto 4–6:lle E-Rakassa. Täysi varustus, skibussi-pysäkki ja ladut vieressä. Vuokra 670 euroa. Puh. 040 590 3646.

Koepapereista ynnä muista lasten suista poimittuja elämän totuuksia

Ympäristöoppia alaluokassa:
Bakteereita täytyy katsoa horoskoopilla.

Mitä kukko tekee aamulla, kun se herää?
– Se munii.

Minkä tähden kissalla on viikset?
– Kun on pimeä, niin se kulkee viiksillänsä.

Uskontotunnilla on käskyjen kuulustelua.
– Mitä tarkoittaa se, ettei saa sanoa väärää todistusta lähimmäisest?
– Ettei saa potkaista toista.

Mitä köyhä leski teki uhriarkun ohi kulkiessaan?
– Löysi pussin pohjasta kaks penniä.

Minkälainen on viaton ihminen?
– Sillä ei oo käsiä eikä jalkoja.

Mitä me aivoilla teemme?
– Aivastamme.

Puhutaan aapiskukosta, joka munii ahkeran lapsen aapisen väliin.
– Ei se muni. Ihminen sinne munii.

Mitä vuorityön tuotteita saadaan Uralilta?
– Kultaa, kuparia ja palttinaa.

Mitä kivilajia ovat useimmat Suomen kalliot?
– Kraniitti, kneissi, muistopatsaita, talojen kivilajaksia.



Oppilas kirjoittaa aineessaan:
– Luulin opettajani olevan komia rouva, mutta hän olikin vain nuori neiti.

Opetusaineena ovat adjektiivien vertailuasteet.
– Kauniin komparatiivi on ruma.

Miksi nimitetään opettajainvalmistuslaitoksia?
– Serenadeiksi.

Vielä korjaus

Joulunumerossa ollut kuvatekstin korjaus kohdistui tietenkin lehden numeroon 5/2018 eikä 5/2019 ja Lämmin lähimmäinen runon on kirjoittanut **Paula Leskinen** eikä Leskelä.

Toimitus

SENIORIOPETTAJA-LEHDEN LUKIJAMATKA: LEIGON JÄRVIMUSIIKKIFESTIVAALIT 1.–4.8.2019

*Leigon järvimusiikkifestivaalit Otepäässä, lähellä Tarttoa, Virossa on unohtumaton elämys.
Elokuun illan pimetessä musiikin lisäksi tulet, valot ja savut luovat ainutlaatuisen tunnelman.*

Alustava matkaohjelma:

Torstai 1.8.2019 Laivamatka Helsingistä Tallinnaan M/S Finlandialla klo 09.00–11.15. Matkan ajan kokoustila käytössä, jossa tarjolla pientä välipalaa. Opas vastassa satamassa, josta matka jatkuu Tarttoon ja kuljetus hotelliin. Majoittuminen ja illallinen.

Perjantai 2.8.2019

Aamiainen hotellissa. Kaupunkikiertä Tartossa ja vieraillaan myös Viron kansallismuseossa. Osa kierroksesta tehdään kävellen. Lounas kaupungilla. Kuljetus hotellilta Leigon tilalle, jossa konsertti. (Istumapaikat. Parkkipaikalta konserttipaikalle noin 500 m kävely) Tartosta matkaa Leigoon noin 35 kilometriä. Konsertin jälkeen paluukuljetus Tarttoon.

Lauantai 3.8.2019

Aamiainen hotellissa. Lähtö oppaan johdolla vierailulle 1749 perustettuun Cantervillan kartanoon. Kartano toimii nykyisin hotellina. Lounas päivän aikana. Cantervillasta kuljetus Leigoon, jossa konsertti. (istumapaikat). Konsertin jälkeen kuljetus hotellille.

Sunnuntai 4.8.2019

Aamiainen hotellissa. Huoneiden luovutus. Matkalla Tallinnaan vieraillaan Põltsamaalla viinikellarissa, jossa viininmaistajaiset. Keittolounas matkalla. Viking XPRS lähtee Tallinnasta klo 16.30. Helsinkiin saavutaan klo 19.00.

Matkan hinta 438 €/hlö kahden hengen huoneessa (minimi 20 henkilöä)

Lisämaksu yhden hengen huoneesta 115 €. Yksinmatkustavan on varattava yhden hengen huone.

Hintaan sisältyy

- laivamatkat kansipaikoin Helsinki–Tallinna–Helsinki
- kokoustila laivalla menomatkalla (sis. pientä suolaista ja makeaa)
- aamiaisbuffet laivalla menomatkalla
- ohjelmassa mainitut kuljetukset
- majoitus kahden hengen huoneessa 3 vrk
- päivittäin aamiainen hotellissa
- 3 x lounas, joista yksi keittolounas
- illallinen
- opastettu kiertoajelu Tartossa sekä vierailu kansallismuseoon
- opastettu retki Cantervillan kartanoon
- viininmaistajaiset
- 2 x konserttilippu
- suomea puhuvan oppaan palvelut retkien aikana sekä Tallinnasta Tarttoon ja takaisin kuljetuksien ajan

Lisämaksusta

- hytit laivalla, esim. B4-hytti: 36 €/hytti/suunta
- ruokailut Leigossa: Piknik-kori: 12 €/hlö, ravintolateltan ruokailu 15 €–16 €/hlö. Lisäpalvelut tilattava etukäteen!

Laiva-aikataulu

Helsinki–Tallinna	Eckerö Linen M/S Finlandia	klo 09.00–11.15
Tallinna–Helsinki	Viking XPRS	klo 16.30–19.00

Majoitus Hotelli Draakonissa*** Raekoja Plats 2, 51003 Tartu.

Puh. +372 744 2045. www.draakon.ee

Hotelli sijaitsee Tarton ydinkeskustassa raatihuoneentorin vieressä. Vanha, historiallinen rakennus 1600–1700-luvulta. Hotellissa yhteensä 40 huonetta, joissa wc, kylpy/suihku, hiustenkuivaaja, TV ja puhelin. Huoneiden koko ja muoto vaihtelee ja huoneissa kokolatiamatot. Hotellissa lisäksi ravintola ja olutkellari.

Matkustusdokumentit

Suomen kansalaisella on oltava matkalla mukana koko matkan ajan voimassa oleva passi tai EU-henkilökortti.

Matka ei sovellu liikuntarajoitteisille.

Vastuullinen matkanjärjestäjä

Valmismatkapaketin vastuullisena matkanjärjestäjänä toimii Suomen Matka-Agentit Oy.

Vakuutus

Suosittellemme kaikille matkan aikana voimassaolevaa matkavakuutusta ja sen voimassaolon tarkistusta jo matkavarausta tehtäessä.

Varaukset ja lisätiedot:

Matka-Agentit, puhelin 010 321 2800, helsinki@matka-agentit.fi



SENIORIOPETTAJA-LEHDEN GOLFMATKAT



VILNA 23.–26.4.2019

tiistai–perjantai, 4 matkapäivää, 3 yötä

Vilnius Grand Resort 5*

20 min ajomatkan päässä keskustasta oleva tyylikäs golfhotelli. Hotellin oma 18-reikäinen kenttä on yksi Baltian kauneimpia. Hotellissa Spa, useita ravintoloita, kahvila. Tilavissa huoneissa ilmastointi ja wifi.

Lennot (aikataulu sitoumuksetta):

23.4.2019	Helsinki–Vilna AY 1101	7.45–9.00
26.4.2019	Vilna–Helsinki AY 1106	18.05–19.20

Matkan hinta: 650 €/hlö golfarit
480 €/hlö ei-golfarit

Hintaan sisältyy:

- edestakainen lento turistiluokassa Hki–Vilna
- 3 yön majoitus jaetussa kahden hengen huoneessa
- edestakainen kuljetus Vilnassa lentoasemahotelli
- 3 kierrosta hotellin kentällä (golfarit)
- 1 kpl/23 kg ja golfareilla bägi lennolla
- puolihoito hotellissa (aamiainen, illallinen)
- rajoittamaton saunaosaston käyttö hotellissa sen aukioloaikoina

Lisämaksusta: yhden hengen huone 110 €/3 yötä

Varaukset viimeistään 15.2.2019, paikkoja rajoitetusti.
Perimme palvelumaksun 12 €/varaus.



MALLORCA 19.–26.10.2019

lauantai–lauantai, 8 matkapäivää, 7 yötä

Be Live Collection Son Antem, Lluçmajor 5*

Hotelli sijaitsee 7,5 km Lluçmajorin keskustasta, 11 km vesipuistosta, 14,5 km akvaariosta, 16 km Palma de Mallorcan lentokentältä ja 25 km Bellverin linnasta.

Hotellissa on wifi, 24 tunnin vastaanotto, ravintola, baari, uima-allas, sisäuima-allas, kuntosali, sauna, turkkilainen sauna ja spa.

Golfkentät Golf Son Amten East ja West ovat kävelymatkan, Golf Maoris lyhyen ajomatkan päässä.

Lennot (aikataulu sitoumuksetta):

19.10.2019	D8 524 Helsinki–Palma	14.45–17.45
26.10.2019	D8 525 Palma–Helsinki	18.25–23.25

Matkan hinta: 1740 €/hlö golfarit
1298 €/hlö ei-golfarit

Hintaan sisältyy:

- edestakainen lento Hki–Palma turistiluokassa
- 7 yön majoitus jaetussa kahden hengen huoneessa
- bussikuljetus lentoasema-hotelli Mallorcalla
- 5 kierrosta golfkentillä,
- kuljetus hotellista Golf Maoris-golfkentälle 1 päivänä
- hotelliaamiainen
- 1 kpl/20 kg ja golfareilla bägi lennolla

Lisämaksusta:

- yhden hengen huone 360 €/7 yötä
- puolihoito (aamiainen ja illallinen) 170 €/7 pv

Varaukset viimeistään 26.7.2019, paikkoja rajoitetusti.
Perimme palvelumaksun 12 €/varaus.

Varaukset: Matkavekka, Tuula Toura, tuula.toura@matkavekka.fi
tai 020 1204 083 (arkisin 08.00–16.00)

Vastuullinen matkanjärjestäjä:
Matkavekka – TravelCo Nordic A/S

TŠEkin LÄNSI- JA ETELÄ-BÖÖMI

23.–28.9.2019

Valloittava matka halki Länsi- ja Etelä-Böömin kulttuurimaisemien vie sinut Tšekin kauneimpiin kaupunkeihin. Upea keskiaikainen Český Krumlov loistaa UNESCO:n maailmanperintökohteena. Český Budějovice lumoo sinut goottilais-, renessanssi- ja barokkityylisillä rakennuksillaan. Kiehtovat linnat, upeat puutarhat, ja sykähdyttävät maalaismaisemat saattavat sinut matkalle menneestä maailmasta nykypäivään.

23.9. – Tervetuloa Tšekkiin!

Finnairin iltalento Prahaan, jossa suomenkielinen opas on vastassa. Lentokentältä lähdemme kohti Plzeňiä. Matkalla nautimme illallisen tunnelmallisessa ravintolassa Žebrákin kylässä. Plzeňissä majoitumme Primavera***-hotelliin.

24.9. – Urquell, Kratochvilin linnakartano ja Holašovicen perinnekylä

Aamiaisen jälkeen lähdemme tutustumaan tšekkiläisen oluen perinteisiin ja vierailemme maan suurimmalla Plzeňský Prazdroj -panimolla, joka valmistaa maailmankuulua Pilsner Urquell-olutta. Tutustumme oluen valmistuksen historiaan ja nykypäivään, toki myös maistamme olutta.

Lounaan nautimme Soběsukyn kylässä. Iltapäivällä vierailemme Kratochvilin linnakartanossa, joka edustaa tyyliltään renessanssia. Kartano toimi mm. Rožmberkin perheen kesäpalatsina. Tutustumme kartanon upeisiin huoneisiin ja alkuperäisiin historiallisiin kalusteisiin.

Jatkamme Holašovicen UNESCO:n suojelemaan perinnekyliään, jossa tutustumme böömiläiseen maalaisbarokkiin. Perinnekyllän jälkeen jatkamme pikkuteitä pitkin Český Krumloviin, ja majoitumme Pension Gardena***-hotelliin. Yhteisen illallisen nautimme kaupungilla.

25.9. – Český Krumlov tutuksi

Aamiaisen jälkeen kävelemme tämän upean UNESCO:n maailmanperintölistalla olevan keskiaikaisen kaupungin vanhassa keskustassa ja myös Český Krumlovin linnan puutarhassa. Kuulemme tarinoita kaupungin historiasta ja nykypäivästä. Kävelykierroksen päätteeksi nautimme lounaan. Iltapäivä ja ilta on vapaata omatoimiseen ohjelmaan ja kaupunkiin tutustumiseen.

26.9. – Český Krumlov

Aamiaisen hotellissa. Tämä päivä on aikaa hiukan rauhoittua ja hengähtää, tutustua kaupunkiin omaan tahtiin ja nauttia idyllisestä ilmapiiristä. Päivällä opas vie halukkaat linnan barokkipuutarhaan piknikille, tarjolla pientä purtavaa ja juotavaa. Illalla nautimme yhteisen illallisen.

27.9. – Hlubokán linna

Aamiaisen jälkeen lähdemme kohti Český Budějovicen kaupunkia. Matkalla tutustumme Hlubokán linnaan, joka on UNESCO:n maailmanperintökohde, ja sitä pidetään yhtenä kauneimmista Tšekin linnoista. Nautimme lounaan Hlubokán kylässä, jonka jälkeen jatkamme Český Budějoviceen.

Ennen hotelliin saapumista pyrimme järjestämään vierailun paikalliseen kouluun suomenkielisen opettajan johdolla (kouluvierailu vahvistuu myöhemmin).

Majoittuminen Clarion Congress Český Budějovice****-hotelliin. Illansuussa teemme kävelykierroksen ja tutustumme mielenkiintoiseen keski- ja barokkiaikaiseen arkkitehtuuriin kaupungin aukion läheisyydessä. Buffet-illallisen nautimme hotellissa.

28.9. – Tábor ja Praha

Aamiaisen, jonka jälkeen lähdemme ajamaan kohti Prahaa. Matkalla pysähdymme Táborin keskiaikaisessa linnoituskaupungissa. Teemme lyhyen kävelykierroksen ja näemme mm. kansallissankari Jan Žižkan muistomerkit. Lounaan syömmme hiukan ennen Prahaa Průhonicein kylässä. Prahaan saavuttua teemme lyhyen kävelykierroksen historiallisessa Vanhassakaupungissa. Vanhankaupungin kujien tunnelma on vertaansa vailla – se on koettava itse! Hiukan omaa aikaa ennen kuin lähdemme kohti lentokenttää ja Finnairin iltalennolla kohti Helsinkiä.

Hotellit:

23.–24.9. Plzeň, hotelli Primavera*** Viihtyisä hotelli rauhallisella alueella keskustan läheisyydessä.

24.–27.9. Český Krumlov, Pension Gardena*** Pieni kodikas perhepensionaatti Český Krumlovin historiallisen keskustan laidalla. Vanhankaupungin aukiolle n. 3–5 min kävelymatka.

27.–28.9. Český Budějovice, Clarion Congress Český Budějovice**** Tasokas hotelli Český Budějovicen keskustassa vain muutaman askeleen päässä historiallisesta keskustasta.

Lennot / Finnair:

23.9.2019	Helsinki–Praha	17:25–18:45	AY1223
28.9.2019	Praha–Helsinki	19:30–22:35	AY1224

Hinta: 1115 €/henkilö/ kahden hengen huoneessa

Hintaan sisältyy:

Finnairin lennot Helsinki–Praha–Helsinki, lentokenttämaksut, 5 yön majoitus: 1 yö Plzeňissä, 3 yötä Český Krumlovissa ja 1 yö Český Budějovicessä, matkaohjelman mukaiset ateriat, yhteensä 5 aamiaista, 4 lounasta ja 3 illallista (sis. 2 ruokalajia ja 2 juomaa) ja 1 buffet-illallinen (ei sis. juomia), matkaohjelman mukaiset kuljetukset, retket ja sisäänpääsymaksut, suomenkielisen oppaan palvelut.

Lisämaksusta: yhden hengen huone 100 EUR, muut ateriat ja ruokajuomat kuin ohjelmassa mainitut.

Matkaohjelma sitoumuksetta. Pidätämme oikeuden muutoksiin. Matkan toteutuminen edellyttää minimiosallistujamäärää.

Matkanjärjestäjä ja varaukset: OK-Matkat Oy, 09 2510 2050.

