

Senioriopettaja

Nro 6/2020

18.12.2020

*Hyvää
joulua!*



**Alueilla tapahtunutta
Jouluisia tarinoita ja runoja
Lähde ehdokkaaksi kuntavaaliin!**

HUHVAA JA RAUHAALLISTA JOULUNAIKAA
KAIKILLE LEHDEN LUKIJOILLE.



Tässä numerossa

- 4 Lähde kuntavaaliehdokkaaksi
8 Edunvalvontavaltakirja
10–11 Turun yhdistyksen 10-vuotisjuhlat
12 OSJ:n ja St1:n yhteistyö
14 Joulunovelli: Etäjoulu
15 Jouluruno: Pikku tuvan tunnelmaa
20–21 Maallistuminen muuttaa tapakulttuuria
22 Oppikirjojen kulkukauppias
23 Pukin kulkupelit

Vakiosivut

- | 3 Pääkirjoitus | 5 Puheenjohtaja | 6–7 Ajassa | 9 Surffiina
| 13 Lääkärin lausumia | 16–18 Uutisia alueilta | 19 Pakina
| 24 Saarikoski | 25 Seniorikokki | 26 Kotimaan kuntolomat
| 27 Ristikko | 29 Rakas paikkani

Julkaisija: Opetusalan Seniorijärjestö OSJ ry
Undervisningssektorns Seniororganisation rf

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

Va. toiminnanjohtaja
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
Facebook ja
Twitter @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 22 300 kpl
ISSN 1798-6885

Toimitusneuvosto:

Marja-Terttu Halpio-Huttunen (pj), 044 293 2839
mthalpio@gmail.com
Erkki Kangasniemi
erkki.kangasniemi@gmail.com
Kari-Veli Lehtonen, 050 582 3105
Saila Rintee, 044 560 0505
saila-rintee@gmail.com
Juhani Suopanki, 0500 644 920
juhani.suopanki@gmail.com
Anneli Rajaniemi (siht.) päätoimittaja

Taitto: Tuula Koivula ja Anneli Rajaniemi

Kirjapaino:

PunaMusta/Forssa,
Esko Aaltosen katu 2, 30100 Forssa
puh. 010 230 8400
asiakaspalvelu.forssa@punamusta.com

Lehti julkaisee OSJ ry:n jäsenten pikkuilmoituksia maksutta.

Tilauhinta sisältyy jäsenmaksuun.

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

21. vuosikerta

Ilmestymisaikataulu 2021

Numero	Aineisto	Ilmestyy
1	16.12.2020	29.1.2021
2	17.2.2021	26.3.2021
3	14.4.2021	21.5.2021
4	18.8.2021	24.9.2021
5	15.9.2021	22.10.2021
6	10.11.2021	17.12.2021



Painotuotteet
4041-0619

Kansi

Lyhty tuo
tunnelmaa
jouluun
Kuva: Matton



Alueilla tapahtunutta
Jouluisia tarinoita ja runoja
Lähde ehdokkaaksi kuntavaaliin!

Joulu perhepiirissä

Olemme tottuneet viettämään joulua perheen, isovanhempien ja muiden läheisten kanssa. Tämä jouluna perinteiset tavat ovat koetuksella, sillä meitä on kehoitettu viettämään tämä keskitalven suuri juhla vain perhepiirissä, niiden henkilöiden kesken, joiden kanssa elämme ja aherramme muutenkin. Syynä kehoitukseen on pelko koronaviruksen leviämistä kotimaassa matkustamisen ja tapaamisten välityksellä.

Joulun valmistelu yhdessä on mukavaa. Se virittää mieleemme toiveikkuteen. Kodin laittaminen juhla-asuun irrottaa meidät arjesta. Juhlhimmea joulua miten tahansa, joulu on yhdessäolon ja hyvän mielen aikaa. Siitä saamme voimia ja virtaa elämäämme vuoden lyhyimpinä päivinä. Toivottavasti voimme olla kaiken keskellä terveinä.

Uutisista olemme saaneet kuulla tai lehdistä lukea, että koronarokotetta saadaan pian Suomeen. Rokote-erät ovat jaettavissa maan eri osiin pian vuoden vaihteen jälkeen. Vasta sitten paikallisesti organisoituna rokottaminen voidaan aloittaa esimerkiksi terveyskeskuksissa.

Silti on arvioitu, että tauti saadaan taltumaan aikaisintaan ensi vuoden kesällä.

Ei pidä kuitenkaan masentua, vaikka aikaa kuluukin. Tämä koronan vastustaminen on osoittautunut pikemminkin pitkän matkan juoksuksi, ellei suorastaan covid-19 -maratoniksi, joskin haluaisimme päästä tästä kaikesta eroon mitä pikimmin.

Moni on kyllästynyt, kun tautitilanne ja sairastuvuusluvut ovat keikkuneet uutisten kärjessä jo lähes vuoden. Kyllästymisestä on seurannut välinpitämättömyyttä. Hankalaksi koettuja kasvomaskeja ei ole haluttu käyttää tai kädet ovat unohtuneet pestä. Niinpä tauti on päässyt ryöpsähtelemään milloin missäkin päin Suomea. Kyseessä ei ole vain pääkaupunkiseudun vitsaus. Toivottavasti asenneilmapiiri säilyy hyvänä taudin voittamiseksi koko maassa.

Kiitän yhteisistä vuosista Senioriopettaja-lehden parissa. Jätän päätoimittajan tehtävät vuoden vaihteessa ja siirryn viettämään ansaittuja eläkepäiviä.

On ollut mieluista työskennellä leh-



den parissa ja mielenkiintoista kehittää sitä. Jätän kapulan seuraajalleni niin kuin viestijuoksun vaihdossa: saattaen, ettei kapula putoa.

Toivotan terveyttä, hyvää ja rauhallista joulun aikaa läheistenne kanssa sekä toiveikasta ja menestyksekkästä uutta vuotta.

Anneli Rajaniemi
päätoimittaja

Julen i familjekretsens

Vi har vant oss vid att fira julen med familjen, far- och morföräldrarna och andra närstående personer. Denna jul utsätts våra traditioner för prövningar då vi har uppmanats att fira denna midvinterns stora fest enbart inom familjen med de personer vi annars också lever och verkar med. Orsaken till uppmaningen är rädslan för att coronaviruset sprids via resor och kontakter i hemlandet.

Att förbereda julen tillsammans är trevligt. Det får vårt sinne att bli förhoppningsfullt. Att pryda våra hem i festdräkt lösgör oss från vardagen. Hur vi än firar julen betyder den gemenskap och en tid av god anda. Av detta får vi kraft under årets kortaste dagar. Förhoppningsvis får vi mitt i allt detta hålla oss friska.

Vi har på nyheterna fått höra och vi har läst i tidningarna att vi snart kommer att få ett coronavaccin till Finland. Vaccineringsdoserna finns att ge i de olika delarna av landet genast efter nyår. Först därefter kan man genom lokal organisering börja med vaccineringarna vid till exempel hälsocentralerna. Trots detta

har man beräknat att man tidigast under sommaren kan övervinna sjukdomen.

Man bör dock inte bli deprimerad trots att tid förflyter. Att motstå coronan har närmast visat sig vara som att springa ett långdistanslopp eller snarare sagt covid-19 – maraton fastän vi gärna önskar att vi skulle bli av med allt detta med det snaraste.

Många har fått nog av att sjukdomssituationen och statistiken har funnits i nyheternas topp redan nästan ett år. Denna leda har lett till likgiltighet. Man har inte velat använda de besvärliga ansiktsmaskerna eller man har glömt att tvätta händerna. Så har också sjukdomen kunnat sprida litet här och där i Finland. Detta är inte bara huvudstadsregionens gissel. Förhoppningsvis bevaras inställningen och andan god för att kunna besegra sjukdomen i hela landet.

Jag tackar för de gemensamma åren som Senioriopettaja-tidningens chefredaktör. Jag lämnar uppgiften som chefredaktör till min efterträdare vid årsskiftet och övergår till att fira förtjänta pensionsdagar.

Det har varit trevligt att arbeta med tidningen och intressant att utveckla den. Jag överlämnar nu stafettpinnen till min efterträdare så som vid bytet i ett stafettlopp genom att följa med ett stycke så att pinnen inte faller.

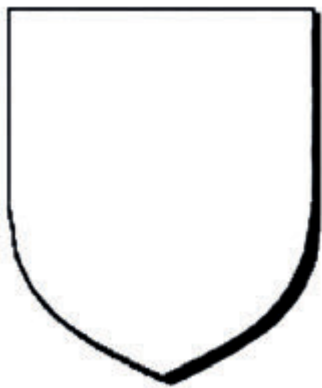
Jag önskar er god hälsa, en God och Fridfull Jul med era nära samt ett framgångsrikt Gott Nytt År!

Anneli Rajaniemi
chefredaktör

Ulla Bäck
översättning

Jag vill också för min del tacka för den tid jag har haft förmånen att översätta ledaren till svenska. Det har varit lärorikt på flera sätt. Jag har hållits uppdaterad om det som händer i samhället och min finska har förbättrats. Hoppas att OSJ har intresse av att överlämna min stafettpinne till en efterträdare.
God Jul och Gott Nytt År





LÄHDE EHDOKKAAKSI Kuntavaalit 18.4.2021

Nyt näyttää todennäköiseltä, että hyvinvointialueet syntyvät. Ne järjestävät muutaman vuoden kuluttua sosiaali- ja terveydenhoidon sekä pelastuspalvelut. Nykyisille kunnille jää siirtymänkin jälkeen runsaasti asukkaidensa lähipalvelujen järjestämiseen liittyviä tehtäviä. Kunnanvaltuusto päättää ja antaa rahaa päivähoitoon, koulutukseen, vapaa-aikaan, liikuntaan, kulttuuriin, paikallisteihin, harrastuksiin ja moneen muuhunkin asiaan.

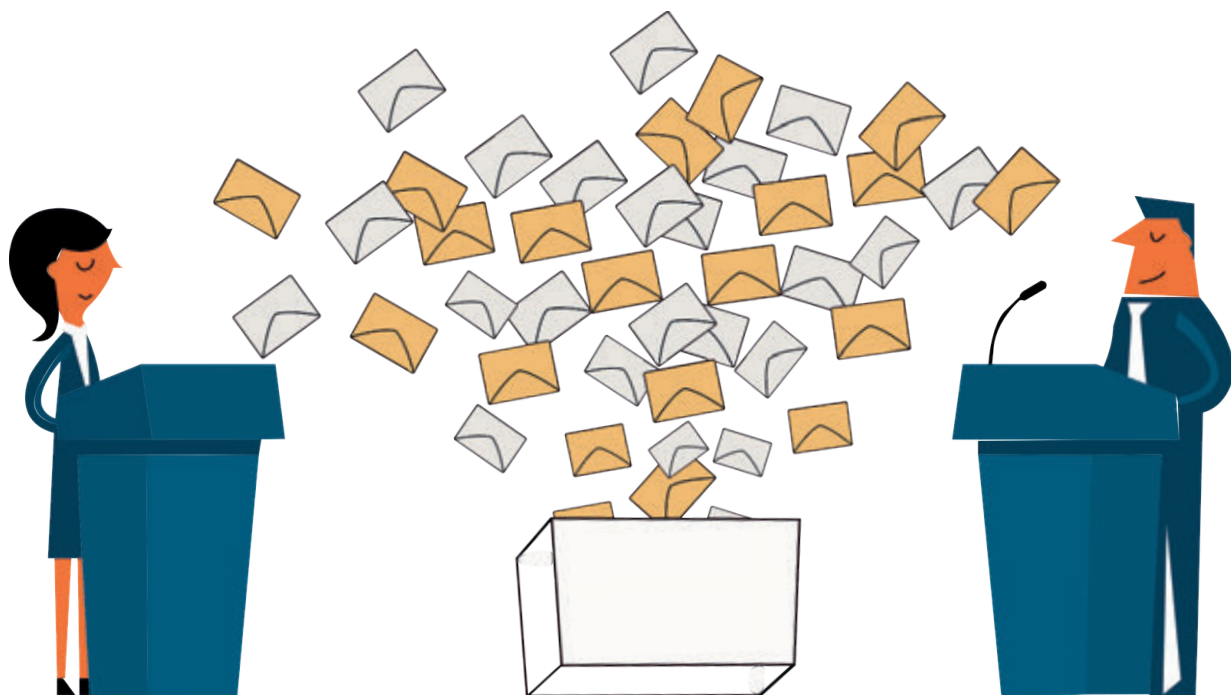
Ehdokkaat pitää nimetä maaliskuun 9. päivään mennessä. Kuntavaalit pidetään ensi vuoden **huhtikuun 18. päivä**, ja äänet lasketaan nopeasti. Tulos on selvillä samana iltana.

Lähde ehdokkaaksi, jos et ole sitä jo tehnyt. Kaikki puolueet haluavat ehdokaslistoilleen mie-

hiä, naisia, nuoria, ammatissa olevia ja eläkeläisiä. Puolueilla on vaikeuksia löytää ehdokkaita. Auta heitä ja ilmoittaudu.

Sinulla on varmasti omalla paikkakunnallasi jokin epäkohta, jonka haluaisit korjata. Yleisöosaston kirjoitus nimimerkillä "yksi kaikkien puolesta" ei johda mihinkään. Kannattaa mennä mukaan poliittiseen toimintaan. Saat vaikutusvaltaa ryhtymällä ehdokkaaksi. Vaikka et tulisi valituksi, niin sinua kuitenkin kuunnellaan ja jopa kuullaan, kun olet ollut ehdokkaana.

Kaikki puolueet ajavat eläkeläisten asiaa. Puolue kannattaa valita siten, että se vastaa pääpiirteittäin arvojesi ja mielipiteitäsi. On hyvä tiedostaa, että puolueet nimeävät edustajat vanhustoneuvostoon. Olemalla ehdokkaana voit vaikuttaa.



Vanhenemista ja ikäsyrjintää



Kuva: Tuula Laine

Useimmiten ikäsyrjinnällä tarkoitetaan vanhempien työntekijöiden syrjimistä työelämässä. Se ilmenee sekä työnhaussa että työpaikoilla. Esimerkiksi moni yli 50-vuotias nainen sanoo kokeneensa syrjintää työpaikalla. Tämä syrjintä on vahvasti ristiriidassa pidempien työuratavoitteiden kanssa.

Keväällä hallitus määräsi yli 70-vuotiaat pysymään kotona koronauhan takia.

Monet seniorit raivostuivat, koska eivät todellakaan tunneneet itseään vanhuksiksi, joita pitää holhota. On toki selvää, että tämä virus on suuri riski kaikille huonokuntoisille.

Vanhuksista puhutaan julkisuudessa yleensä yhtenä ryhmänä, vaikka erot ovat valtavat samanikäisten henkilöiden välillä. Muutamassa vuosikymmenessä on ikääntymisessä tapahtunut hyvin merkittävä muutos. Tutkijat vertasivat nykyisten 75–80-vuotiaiden älyllistä ja fyysistä toimintakykyä parikymmentä vuotta sitten eläneisiin vastaavan ikäisiin ihmisiin. Ero oli todella suuri kaikilla alueilla.

Erityisen suuri ero oli 80-vuotta täyttäneillä. Tässä voisi mainita esimerkkinä vaikkapa Yhdysvaltojen presidentinvaalit. Monet kärkiehdokkaat olivat lähes 80-vuotiaita. Vaalit voittanut **Joe Biden** on 77-vuotias.

Ikävuodet eivät todellakaan kerro riittävästi vanhenemisen tilanteesta.

Elimistön toimintakyky voi erota jopa kymmeniä vuosia samanikäisillä ihmisillä.

Ulkoinen olemus ja kasvot antavat joidenkin tutkijoiden mukaan arvioita ikääntymisen vaiheesta. Tähän ulkoiseen kuvaan vaikuttaa runsas auringon ottaminen. Ryppyinen iho voi johtua myös perintötekijöistä, eikä se ole välttämätöntä merkki ennenaikaisesta vanhenemisestä.

Monet tekijät nopeuttavat osaltaan ikääntymistä. Näitä ovat esimerkiksi vähäinen liikunta, yli- ja alipaino sekä erityisesti tupakointi. Myös runsas alkoholin käyttö vanhentaa.

Fyysisen ja niin sanotun älyllisen suoriutuskyvyn muutokset menevät joskus aivan eri tahtiin. Jollain hyvin huonokuntoisen näköisellä vanhuksella voi olla timantin terävä muisti ja äly. Joskus hyvässä fyysisessä kunnossa olevalla voi muisti tuottaa suuria vaikeuksia.

Meistä itsestä riippuu todella paljon se, miten vanhana pidämme itseämme. Me voimme vaikuttaa eri tavoin valtavasti siihen, miten nopeasti toimintakykymme huononee. Toki erilaisiin sairauksiin emme aina voi mitenkään vaikuttaa.

Liikkukaa ja nukkukaa riittävästi, syökää terveellisesti ja pitäkää yllä kohtuullisen terveitä elämäntapoja muutoinkin. Näin saatte siirrettyä omaa toimintakykyänne vuosia eteenpäin. Sanotaan, että ikä on vain numeroita. Se pitää todellakin paikkansa.

Toivotan teille kaikille oikein hyvää joulua sekä terveyttä ja menestystä vuodeksi 2021!

Kauniaisissa 17.11.2020

Erkki Kangasniemi
puheenjohtaja
erkki.kangasniemi@gmail.com

Valtaosa suomalaisista ei tunne eläkkeiden hintalappua

Vain 13 prosenttia suomalaisista tietää, kuinka paljon tuloista maksetaan eläkemaksuja. 29 prosenttia aliarvioi maksun. Tulokset ilmenevät Eläketurvakeskuksen (ETK) uudesta eläketurvan tuntemista kartoittavasta kyselytutkimuksesta.

Tutkimuksen mukaan korkeakoulutetut, yrittäjät ja korkeimpaan tuloluokkaan kuuluvat tietävät eläkemaksun tason oikein muita useammin. Naiset, perusasteen koulutustaustaiset, eläkeläiset sekä alimpiin tuloryhmiin kuuluvat osaavat muita harvemmin arvioida eläkemaksun tasoa.

Eläkemaksu on keskimäärin 24,4 prosenttia palkasta. Maksun suuruus koskettaa kaikkia työeläkejärjestelmän piirissä olevia suomalaisia iästä riippumatta. Kuitenkin vain ani harva tietää vastauksen edes suunnilleen oikein. Tämä mietityttää tutkijaa.

– Eläkkeiden rahoituksen leijonanosa kerätään eläkemaksuilla. Keskustelu eläkkeiden rahoituksesta on vaikeaa, jos eläkemaksun suuruusluokka tunnetaan heikosti, ekonomisti **Sanna Tenhunen** toteaa.

Tenhunen arvioi, että heikkoa osaamista selittää osaltaan palkkakuitti. Suomessa palkansaajan palkkakuitilla näkyy vain työntekijän palkasta perittävä eläkemaksu, mutta työnantajan maksua ei kuitissa näy. Työntekijän maksu on vain osa hänen koko eläkemaksustaan. Hänen työnantajansa hoitaa sekä työntekijän että työnantajan osuuksien maksamisen työeläkelaitokselle.

– Sen sijaan yrittäjät maksavat maksunsa kokonaan itse, heille työeläkemaksun suuruus ilmenee selkeämmin. He myös erottuvat ryhmänä, joka tietää eläkemaksun tason oikein muita useammin.

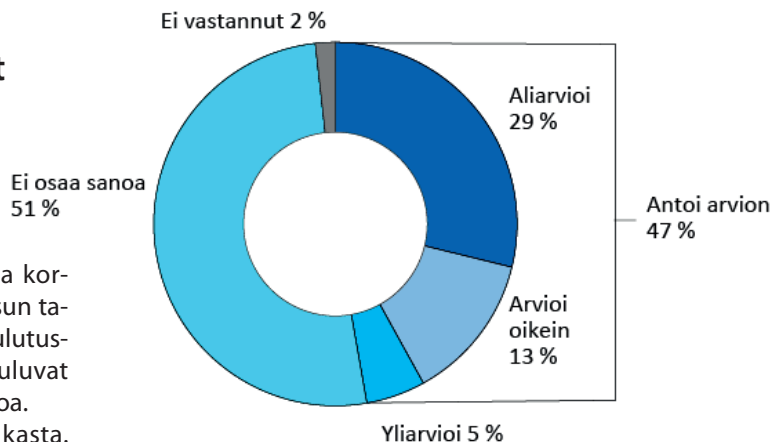
Tutkimuksessa oikeaksi arvioksi on laskettu ne vastaukset, joissa eläkemaksu arvioidaan korkeintaan viiden prosenttiyksikön päähän oikeasta tasosta (19–29 prosenttiin).

Eläkeikä tunnetaan parhaiten

Tutkimusosaston päällikön **Susan Kuivalaisen** mukaan aiemmat tutkimustulokset ovat osoittaneet, että huomattava osa suomalaisista kokee tuntevansa eläketurvaa huonosti tai melko huonosti. Nyt julkaistu tutkimus kertoo, mitä faktoja suomalaiset tuntevat oikeasti. Samalla tutkimus paljastaa eläketiedon puutteita sekä virheellisiä käsityksiä.

– Toisaalta emme voi myöskään olettaa kaikkien tietävän kaikkea. Eläketurva kiinnostaa eri tavalla eri ikäisiä ja eri elämäntilanteissa olevia henkilöitä. Esimerkiksi työttömät tuntevat muita paremmin oikeuden osittaiseen vanhuuseläkkeeseen, Kuivalainen sanoo.

Kuinka suuri on keskimääräinen ansioista ja yrittäjän työtuloista maksettava eläkemaksu?



Lähde: Eläketurvakeskus

Parhaiten suomalaisilla on tiedossa vanhuuseläkkeen ikäraja. ETK:n tutkimukseen osallistuneista lähes kolme neljästä tietää, että vanhuuseläkkeen ikäraja ei ole sama kaikille. Vanhuuseläkeikä muuttui ikäluokakohtaiseksi vuoden 2017 eläkeuudistuksessa.

Heikoiten suomalaisten tunnistavat lastenhoidon ja opiskelun vaikutuksen eläketurvaan. Keskimäärin vastaajat tunsivat 2,4 väitettä oikein.

ETK:n tutkimuksen aineisto kerättiin lomakyselyllä syysjoulukuussa 2019. Kyselyyn vastasi 1757 iältään 25–67-vuotiaasta suomalaista.

FAKTA:

Työeläkkeet rahoitetaan työeläkevakuutusmaksuilla

Työeläkkeet rahoitetaan pääasiassa työnantajien, työntekijöiden ja yrittäjien maksamilla työeläkevakuutusmaksuilla. Eläkerahastoinnin ja sijoitustoiminnan tarkoituksena on vakauttaa tulevia eläkemaksuja eläkemenojen kasvaessa.

Vuonna 2020 yksityisalojen eläkemaksu on keskimäärin 24,4 prosenttia palkasta.

Työntekijän osuus tästä on alle 53-vuotiailla ja 63 vuotta täyttäneillä työntekijöillä 7,15 prosenttia ja 53–62-vuotiailla 8,65 prosenttia. Työnantajan maksuosuus on keskimäärin 16,95 prosenttia. Työnantajan maksuosuutta alennettiin keväällä tilapäisesti 2,6 prosenttiyksikköä pandemian aiheuttaman talouskriisin vuoksi.

Yrittäjien ja maatalousyrittäjien maksamat eläkemaksut pohjautuvat yrittäjien vakuutettuihin työtuloihin. Alle 53-vuotiailla eläkemaksu 24,10 prosenttia ja 53–62-vuotiailla 25,60 prosenttia.

Työeläkkeet nousevat 0,5 prosenttia vuoden 2021 alussa

Työeläkeindeksi korottaa työeläkkeitä 0,5 prosenttia vuodenvaiheessa. Työeläkeindeksillä tarkistetaan maksussa olevat työeläkkeet. Työeläkeindeksiä laskettaessa palkkojen muutoksen osuus on 20 prosenttia ja hintojen muutoksen 80 prosenttia.

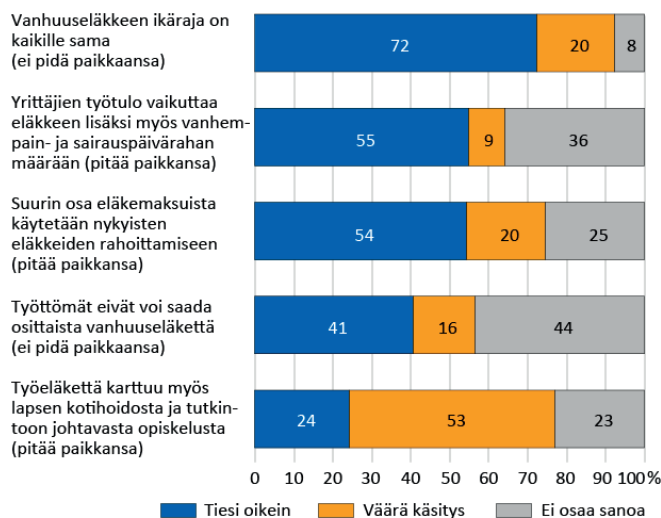
Palkkakerroin nousee vuoteen 2020 verrattuna noin 1,3 prosenttia. Palkkakerrointa käytetään tulevan työeläkkeen laskennassa. Sillä tarkistetaan vuosiansiot eläkkeen alkamisvuoden tasoon. Palkkakertoimessa palkkojen muutoksen osuus on 80 prosenttia ja hintojen muutoksen 20 prosenttia.

Työeläkeindeksiin on sidottu yksityisten alojen työeläkelakien mukaiset maksussa olevat ansio- ja perhe-eläkkeet sekä julkisten alojen eläkejärjestelmien mukaiset maksussa olevat ansio- ja perhe-eläkkeet, sotilasvammalain mukaiset erät korvaukset sekä luopumiseläkkeet ja luopumistuet.

Työeläkeindeksin mukaisesti tarkistetaan myös muun muassa Kansaneläkelaitoksen kuntoutusetuuksista ja kuntoutusrahaetuksista annetun lain mukainen vuodenvaihteen yli maksussa oleva kuntoutusraha lukuun ottamatta 34 §:n mukaista eläkkeensaajan kuntoutusrahaa, valtion virkamieslain mukainen toistuva korvaus, liikennevakuutuslain, potilasvakuutuslain ja ympäristövahinkovakuutuksesta annetun lain mukaiset maksussa olevat jatkuvat korvaukset sekä työtapaturma- ja ammattitautilain, maatalousyrittäjän työtapaturma- ja ammattitautilain, sotilastapaturman ja palvelussairauden korvaamisesta annetun lain mukaiset maksussa olevat eläkkeet ja erät muut korvaukset kuten jatkuvana maksettavat haittarahat.

Palkkakertoimella tarkistetaan työeläkettä laskettaessa eläkkeen perusteena oleva ansiot ja työeläkelaeissa säädetty tulorajat laskentahetken tasoon.

Eläkejärjestelmän yksityiskohtien tunteminen



Lähde: Eläketurvakeskus

Lisäksi osittaisen varhennetun vanhuuseläkkeen jälkeen maksettavaa muuta eläkettä tai osittaisen varhennetun vanhuuseläkkeen jälkimmäistä eläkeosuutta laskettaessa osittaisen varhennetun vanhuuseläkkeen perusteen vielä myöntämättä oleva eläkeosuus tarkistetaan palkkakertoimella eläkkeen alkamisvuoden tasoon.

Palkkakerrointa käytetään myös muun muassa omaishoidon tuen vähimmäismäärän sekä perhehoitolain mukaisen palkkion määrittämisessä.

Sosiaali- ja terveysministeriö vahvisti työeläkeindeksin ja palkkakertoimen vuodeksi 2021 lokakuun lopulla 2020.

Educa 2021 siirtyy verkkoon

Pohjoismaiden johtava opetus- ja kasvatusalan tapahtuma, Educa, siirtyy vuoden 2022 tammikuuhun. Vuoden 2021 tammikuussa järjestetään Educa verkossa -tapahtuma, jossa toteutetaan sekä kotimainen että kansainvälinen ohjelmakokonaisuus. Tapahtuman virtuaalisilta ohjelmalavoilta välitetään osa Educaan 2021 suunnitellusta ohjelmasta 29.–30.1.2021. Tapahtumaan pääsee mukaan vaikka omalta kotisohvalta.

Ohjelma ja osallistumisohjeet löytyvät osoitteesta: <https://educa.messukeskus.com/>

OSJ:n tarkoitus on olla mukana Educassa jälleen vuonna 2022 eikä se osallistu näytteilleasettajana Educa verkossa -tapahtumaan.

Työeläkevarat toipumassa koronanotkahduksen jälkeen

Työeläkevakuuttajat Tela kertoo, että koronaepidemian aiheuttama notkahdus työeläkevaroihin on melkein saatu kurottua umpeen Suomessa. Pandemian takia varat supistuivat huomattavasti maaliskuussa. Tilanne on saatu palautumaan lähes samalle tasolle kuin ennen pandemiaa. Elpymiseen vaikuttivat eniten osakemarkkinat, joissa varoja on lähes puolet. Työeläkevaroja oli syyskuun lopussa 210 miljardia euroa. Talouden ja työllisyyden kehityksellä on merkitystä kuitenkin työeläkkeiden rahoitukseen. Korona aiheuttaa myös edelleen epävarmuutta työeläkevakuuttajien sijoituksiin, Telasta kerrotaan.

Edunvalvontavaltakirja on tulevaisuuden turva

Kuinka omat tai läheisesi asiat tulevat hoidetuksi, jos toimintakyky heikkenee? Kuinka oma tahto tulee toteutetuksi, jos itse ei enää osaa ilmaista mielipidettä? Tekemällä edunvalvontavaltakirjan varmistat oman tahtosi toteutumisen ja läheistesi toimintaedellytykset.



Yleinen käsitys on väärä, että puolisoilla tai perheenjäsenellä olisi automaattisesti oikeus hoitaa läheisensä asioita. Onnettomuuden kohdatessa tai sairastuessa monelle tulee ikävänä yllätyksenä, se ettei esimerkiksi puolison pankkitilille enää pääse tavanomaisella valtuutuksella hoitamaan asioita.

Kuinka asiat hoituvat, jos toimintakyky on mennyt?

Jos toimintakyky on alentunut ja lääkäri toteaa, että käsillä on edunvalvonnan tarve, asioiden järjestämiseen on kaksi tapaa. Viranomainen (digi- ja väestötietovirasto) joko vahvistaa ennakolta tehdyn *edunvalvontavaltakirjan* tai määrää *edunvalvojan*. Kummassakin tapauksessa asioiden hoitamiseen annetaan valtuudet toiselle ihmiselle.

Perinteinen edunvalvonta, johon liittyy mm. kirjanpitovelvollisuus, on työläs järjestelmä etenkin edunvalvojan kannalta. Jos edunvalvojan toimeen halukkaita läheisiä ei ole, määrätään maksullinen, yleinen edunvalvoja.

Vaihtoehto on tehdä oma-aloittei-

sesti edunvalvontavaltakirja, joka on määrämuotoinen juridinen asiakirja. Edunvalvontavaltuutuksen antaja valitsee oman luottohenkilönsä edunvalvontavaltuutetuksi.

Edunvalvontavaltakirjasta hyötyy valtakirjan tekijä, mutta myös edunvalvontavaltuutettuna toimiva läheinen. Valtuutettuna toimiminen on arjessa joustavampaa ja taloudellisesti edullisempaa kuin edunvalvojana toimiminen.

Mistä edunvalvontavaltakirjalla voi määrätä ja milloin se tulee voimaan?

Edunvalvontavaltakirjalla voi määrätä, kuka omia asioita hoitaa ja millä tavalla, jos toisten apua myöhemmin tarvitaan. Siinä voi myös antaa ohjeita siitä, millaista elämää valtuuttaja haluaa viettää.

Edunvalvontavaltakirja ei tule voimaan heti. Valtuutettu voi toimia edunvalvontavaltakirjan nojalla vasta, kun viranomainen on sen hakemuksesta vahvistanut. Kun käsillä on hetki, että valtuuttaja tarvitsee apua asioiden-

sa hoitamiseen, valtuutettu toimittaa edunvalvontavaltakirjan viranomaisen (digi- ja väestötietovirasto) vahvistettavaksi lääkärinlausunnon kera.

Oikea aika tehdä edunvalvontavaltakirja on nyt

Oikea hetki tehdä edunvalvontavaltakirja on silloin, kun kaikki on hyvin. Jokaisella täysi-ikäisellä tulisi olla edunvalvontavaltakirja. Viimeistään, kun saa diagnoosin tai toimintakyky alkaa heiketä, on aika laittaa paperit kuntoon.

Edunvalvontavaltakirjan tekeminen edellyttää, että sen tekijä pystyy ymmärtämään asiakirjan merkityksen. Jos edunvalvontavaltakirjan tekijä on iäkäs tai on saanut sairausdiagnoosin, on järkevää hankkia tuore lääkärinlausunto ymmärryskyvystä edunvalvontavaltakirjan liitteeksi. Näin varmistetaan, että viranomainen myöhemmin vahvistaa valtakirjan.



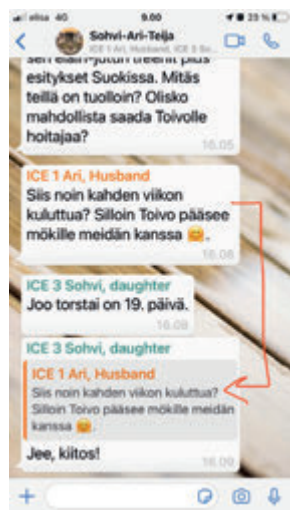
Ulla Rask

OTM, FM, Lexly Oy

Lexly Oy on perhevarallisuus- ja jäämistöoikeuteen erikoistunut lakitoimisto.

EDUNVALVONTAVALTAKIRJA...

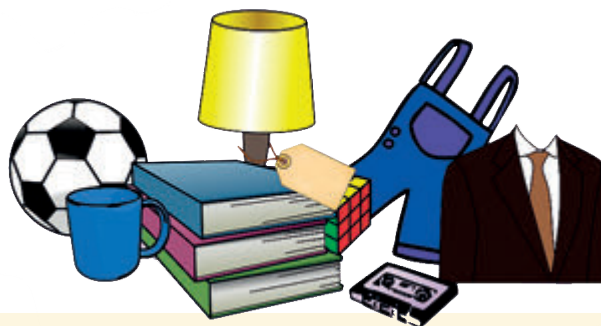
- ...on **juridinen yleisvaltakirja** (edunvalvontavaltuutus), jolla määrätään kuka saa päättää puolestasi sekä talousasioista että henkilöä koskevista asioista, jos et itse pysty.
- ...tulee tehdä ennakolta – silloin, kun on täysissä sielun ja ruumiin voimissa.
- ...on kuin vakuutus – sitä ei välttämättä tarvita, mutta jos tarvitaan, se on kallisarvoinen.
- ...tulee tehdä lain määräämässä muodossa, allekirjoittaa ja todistaa.
- ...kannattaa tehdä yksilöllisin määräyksin, jotka ovat tekijänsä tahdon mukaisia.



#digivinkki:

WhatsApp-keskusteluryhmissä on välillä hankala nähdä mihin aiempaan viestiin vastaus liittyy. Näin vastaat kätevästi juuri tiettyyn viestiin: Avaa WhatsApp-keskustelu > Etsi viesti, johon haluat vastata > Pyyhkäise tätä viestiä vasemmalta oikealle > Kirjoita oma viestisi ja se liitetään juuri haluamaasi kommenttiin.

Alkuperäinen viesti näkyy vastauksesi yläosassa eikä sekoitu mihinkään muuhun aiempaan kommenttiin. Tämä taito kannattaa opettaa myös ystävälle!



Av, yv, jono -nettikirppiksen salakieli tutuksi

Nettikirpputorit ovat kätevä ja usein edullinen tapa kierrättää tavaraa. Sinne voi laittaa sekä myynti-, että "halutaan ostaa"-ilmoituksia. Kirpputoreja löytyy eri teemoilla: osa keskittyy tiettyyn tuotemerkkiin, osa tietyn aikakauden tuotteisiin, tai yhteen kategoriaan, esimerkiksi valaisimiin. Toiset ryhmät ovat Facebookissa, toiset toimivat verkossa kuten Tori.fi.

– Välttämökä, kun luet ryhmän säännöt, tutustut tavallisiin lyhenteisiin ja käyttädyt muita kohtaan netissäkin kunnioittavasti, neuvoa Surffiina. Muiden kauppoihin ei sovi sekaantua, esimerkiksi kommentoida hintoja tai kaupata toisen myyjän keskusteluketjuun omaa tuotetta.

Lue nettikirppiksen säännöt. Eri kirpputoreilla on erilaisia sääntöjä mm. varausajoista. Osa FB-kirpputoriryhmistä on paikallisia eli tavarahan haku/luovutus tulee silloin tehdä juuri ko. alueella, vaikka kaupan kohteena oleva tuote olisi naapurikaupunginosassa.

Kohteliasta on vastata nopeasti ja pitää kiinni sovituksista. Jos perut varauksen, tee se nopeasti ja kerro syy peruuttamiseen. Tuotetta haettaessa voit perua kaupan, jos tuote ei vastaa kuvausta. Samoin, jos myyjä ei toimita tuotetta sovituksessa aikataulussa.

Pääset helpommalla, kun mainitset ilmoituksessasi heti kaupattavan tuotteen koon ja hinnan, oli kyseessä sitten huonekalu tai vaate. Mahdollisista virheistä tai kolhuista kannattaa kertoa rehellisesti kuvin ja sanoin. Näin varmasti välttävät peruuntuneet kaupat.

Maalaisjärki ja fiksua varovaisuutta kannattaa aina kauppota tehdessä. Surffiina ei ostaisi ainakaan kalliimpaa tuotetta näkemättä. Jos epäilyksesi herää, voit tarkistaa onko kaupantekijäosapuolesta netissä mitään epäilyttävää mainintaa. Jos olet tullut huijatuksi nettikaupoissa, ota yhteyttä myyjään, ryhmän tai sivuston ylläpitäjään ja tarvittaessa poliisiin.

Hyviä kauppota!

Vakiintuneita lyhenteitä

Vaikka nettikirppiksen termistö on vakiintunut, sitä ei ole pakko käyttää, mutta oma aikomus on kerrottava selvästi. Tässä tavallisemmin käytettyjä lyhenteitä:

Av = Alustava varaus. Ostaja haluaa ehkä tietää tuotteesta lisää esimerkiksi selityksellä "Av, mittaan mahtuuko tilaan". Tarkista ryhmän säännöistä onko varausaika määritetty.

Hp = Hintapyyntö, myyjän haluama hinta.

Jono = Jos joku ehti jo varata tuotteen, voi asettua jonoon.

MMM tai mmm = Myynissä myös muualla.

Spk = Tuotteen hinta sisältää postikulut.

Up = Kirjoittamalla up, uppaus tai nosto, myynti-ilmoitus nousee Facebook-ryhmän listalla ylimmäiseksi. Toiset nostavat ilmoitustaan kirjoittaen jonkun erikoismerkin. Tarkista onko säännöissä kerrottu, saako nostoja tehdä ja kuinka monta kertaa viikossa ilmoitustaan voi nostaa.

Vapautan = Vapauttaa varauksen tai alustavan varauksen (av).

Yp = Ylläpito, ylläpitäjä. Ryhmällä voi olla monta ylläpitäjää, jotka vastaavat ryhmän toimivuudesta ja säännöistä.

Yv = Yksityisviesti, ostaja ilmoittaa myyjälle siirtyvänsä yksityisviestittelyyn. Tämä kannattaa ilmoittaa, jotta myyjä osaa odottaa viestiä.

Lähetä digitaalheisia kysymyksiä ja toiveita osoitteella **seniorit@osj.fi** niin Surffiina vastaa.

Palsta on osa OSJ:n digiteemavuoden yhteistyötä Vanhustyön keskusliiton SeniorSurf-toiminnan kanssa.



Turun Seudun Senioriopettajat



Turun Seudun Senioriopettajat ry. saavutti 10 vuoden iän ke-väällä 25.5.2020, jolloin piti myös juhlia saavutusta. Mutta kaikkien hyvin tietämästä syystä juhlia jouduttiin siirtämään ja vihdoinkin 28.9.2020 ne saatiin pidetyksi Turun Aitiopaikassa hiukan ennen kuin rajoitukset taas tiukkenivat.



Juhlapuheen piti OAJ:n ja Akavan entinen puheenjohtaja Voitto Ranne. Puheessaan hän kertasi sekä OAJ:n että Senioriopettajien syntyhistoriaa.



Juhlalounaaksi nautittiin paahdettua lohta kasvis-peruna-paistoksen ja yrttivaahdon kera.



Useat yhdistykset esittivät tervehdyksensä tilaisuudessa. Vuorossa OSJ:n va. toiminnanjohtaja Tuula Laine ja tervehdyksen vastaanottajana yhdistyksen nykyinen puheenjohtaja Helkky Vesterinen.



TSSO:n ensimmäinen puheenjohtaja Mirjam Sandell esitteli tilaisuudessa julkaistun yhdistyksen historiikkiin.



Ohjelman sujuvasta eteenpäin menosta vastasi juontajana toiminut Harri Toukoniitty.

täyttivät 10 vuotta



Juhlavasta ohjelmasta vastasi mm. lauluyhtye NeliVeto, joka viihdytti komealla stemmalaulullaan.



Huomionosoituksia jaettiin sekä perustajajäsenille että toiminnassa aktiivisesti pitkään mukana olleille.

Opetusalan Seniorijärjestö ja St1 aloittavat yhteistyön – jäsenille luvassa merkittäviä etuja

Kotimainen energiayhtiö St1 ja Opetusalan Seniorijärjestö OSJ aloittavat yhteistyön vuonna 2021. OSJ:n jäsenille yhteistyö näyttäytyy ensimmäisenä uusien jäsenkorttien muodossa: jäsenet saavat vuoden 2020 lopussa uudet jäsenkortit, jotka sisältävät St1:n tankkausedun. Jäsenkortillasi saat etua polttoaineesta St1-asemilta ja palvelevilta Shell-asemilta sekä vaihtuvia tuote-etuja HelmiSimpukoista.

St1 on suomalainen energiayhtiö, joka panostaa vahvasti uusiutuvaan energiaan ja konkreettisiin ympäristötekoihin. Polttoaineiden myynnin ja jakelun lisäksi tuotamme jätettä polttoainetta sekä maasta lämpöä.

– Tuottamamme puhdas energia ei ole yhden firman tekemää, vaan sen tekemisessä ovat mukana St1:n yhteistyökumppanit, työntekijät ja asiakkaat, kertoo **Katriina Tikkala**,

korttiyhteistyökumppanuudet, St1:ltä.

– OSJ on valinnut yhteistyökumppanikseen St1:n, koska se on vastuullinen ja kotimainen toimija. Halusimme valita eettisesti ja ympäristön kannalta niin kestävän vaihtoehdon kuin suinkin oli mahdollista, OSJ:n järjestösihteeri **Tuula Laine** kertoo.

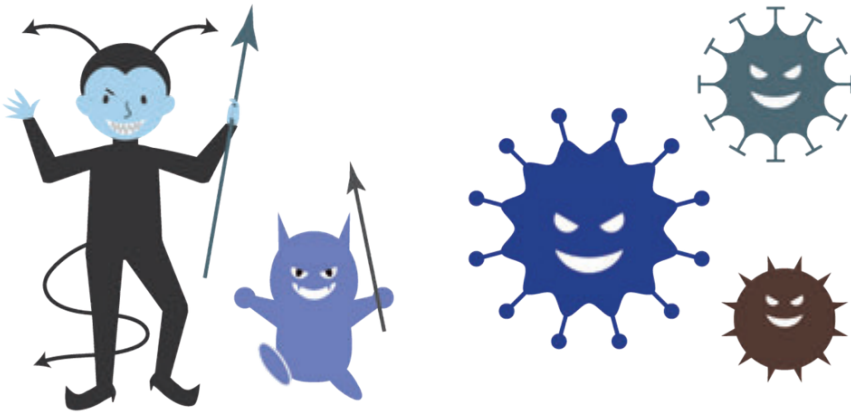
Jäsenkortin hyödyntäminen on helppo ja kannustava ilmastoteko. – Tankkaamalla ja asioimalla St1:llä olet mukana edistämässä investointeja uusiutuvaan energiaan. Samalla tuet myös suomalaista työtä ja olet mukana puhtaamman huomisen rakentamisessa, Katriina Tikkala iloitsee.

Kirjoittaja: **St1**

Kuva: **Eerik Riekkinen**, Ivalo Creative Agency Oy



St1 investoi tutkimukseen ja kehitykseen globaalien energiahaasteiden ratkaisemiseksi.



Kuva: Mikael Rajaniemi

Katri Hamunen
LT, anesthesiologian erikoislääkäri

Bakteerit, virukset ja muut

Korona on ollut tämän vuoden sana. Korona on yksi esimerkki viruksen aiheuttamasta tarttuvasta sairaudesta. Infektiotaudit eli mikrobien aiheuttamat tarttuvat sairaudet ovat hyvin yleisiä. Infektioita voivat aiheuttaa bakteerit, virukset, loiset ja sienet. Taudinaiheuttajat vaikuttavat taudinkuviin ja vaihtelevat suuresti lievista ja nopeasti ohimenevistä hyvin vakaviin ja henkeä uhkaaviin tulehduksiin. Kaikista äkillisistä sairauksista joka viides on viruksen aiheuttama nuhakuume eli tavallinen flunssa.

Bakteerit, sienet ja alkueläimet ovat yksisoluisia elollisia organismeja. Virusten puolestaan katsotaan olevan elottomia, koska niillä ei ole solurakennetta eikä aineenvaihduntaa. Virukset voivat lisääntyä vain isäntäsoluissa. Liioittelematta voi sanoa, että mikrobeja on kaikkialla maailmassa. Luonnon ja ihmisen kannalta mikrobit ovat myös monin tavoin tarpeellisia ja hyödyllisiä.

Vain osa mikrobeista aiheuttaa ihmiselle sairauksia. Suurin osa päivittäin iholle tai limakalvoille tulevista mikrobeista eivät aiheuta sairautta terveille. Mikrobit vaihtelevat sen suhteen, miten herkästi tartunta johtaa sairauteen ja miten vakavan sairauden tartunta aiheuttaa. Sairauden syntyminen riippuu tartunnassa saatujen mikrobien määrästä, sairauden syntyyn tarvittavasta mikrobimäärästä, kyseisen mikrobien taudinaiheuttamiskyvystä ja henkilön yksilöllisestä vastustuskyvystä. Sairaudet, lääkkeet sekä perinnölliset tekijät vaikuttavat vastustuskykyyn. Puutteellisesta vastustuskyvystä kärsivillä henkilöillä mikrobit, jotka eivät normaalisti aiheuta sairauksia, voivat sairastuttaa vakavastikin. Mikrobista toiseen siirtyvä uusi geeniaines voi tehdä viattomastakin mikrobikannasta tautia aiheuttavan tai vastustuskykyisen lääkkeitä.

Viime kuukausina esillä ollut R-luku kuvaa mikrobien aiheuttaman sairauden yleistä leviämiskykyä. Se kuvaa sitä, miten monta uutta henkilöä yksi sairastunut keskimäärin

käytännössä tartuttaa ympäristössään. Tähän vaikuttavat tulehduskohta ja mikrobien erittyminen ympäristöön, kyseisen sairauden aiheuttavan mikrobien taudinaiheuttamiskyky ja säilyminen elävänä ja tartuttamiskykyisenä. Altistuneiden henkilöiden yksilöllinen alttius vaikuttaa myös infektion leviämiseen.

Bakteeritauteja voidaan hoitaa antibiooteilla kuten penisilliinillä. Bakteeri vaikuttaa siihen, mitä antibioottia käytetään. Suomessa on käytössä noin 80 eri antibioottia. Antibioottien kehitys on tehnyt mahdolliseksi vaikeiden infektioiden hoidon sekä monien vaativien leikkausten tekemisen ilman tulehduskomplikaatioita. Yleensä antibiootti voidaan valita taudinkuvan mukaan. Vakavammissa tapauksissa selvitetään bakteeri ja sen herkkyys antibiooteille viljelemällä potilaasta otetun näytteen bakteereja. Antibioottien löyhäkäyttö on johtanut antibiooteille vastustuskykyisten kantojen kehittymiseen. Tämä on vakava maailmanlaajuinen uhka. Ainoa tapa torjua tätä ongelmaa on antibioottien harkittu käyttö.

Antibiootit eivät tehoa viruksiin. Muutamia virustauteihin on kuitenkin olemassa tehokas lääkehoito. Tällaisia ovat HI-virusinfektio, influenssa, herpesvirusinfektio, hepatiitti B ja C -virusinfektiot sekä vesirokko ja vyöruusu. Antibiootit eivät tehoa myöskään sieni-infektioihin. Sieni-infektioihin on omia lääkkeitään pinnallisia ja syviä sieni-infektioita varten. Useisiin tärkeisiin bakteeri- ja virustauteihin on tehokas rokote. Sieni-infektioita vastaan ei ole rokotteita.

Tätä kirjoitettaessa on raportoitu lupaavista tuloksista koronavirusta vastaan kehitettävistä rokotteista. Tuleva vuosi näyttää saammeko rokotteesta tepsivän keinon koronapandemian taltuttamiseen.

Näissä odottavissa tunnelmissa toivotan Senioriopettajan lukijoille hyvää joulunodotusta.

Etäjoulu

Marraskuun alusta lähtien aloin odottaa joulua.

Muistelin jouluja, jolloin maa oli lumivalkoinen ja puut huurteisia. Marraskuu on ollut ennätyksellisen lämmin, pihassamme kukkivat voikukat, lemmikit ja kissankellot aivan kuin kertoen minulle, että talvi meni jo, nyt on hämärän keväen vuoro.

En minä luonnon sanomaan uskonut, mutta joulukuu jatkui sateisena, pimeänä ja muistikuviani rikkovana. Ja kaiken muutoksen huippuna oli vieraaksemme asettunut näkymätön uhka, koronavirus. Tai tavallaan näkyihän se, ihmiset kulivat maskit kasvoillaan ja välttivät kättelyjä sekä halauksia.

Jouluaattona vaimo herätti minut reaalia maailmaan toteamalla lehden lukunsa lomasta:

– Nyt ne vielä muistuttavat, että ei edes joulun viettoon kokoonnuttaisi perhekunnittain. Korona kun leviää eniten juuri perhetapaamisissa. Minä niin toivoin, että olisi saatu maahan joulutapaamisrauhaa.

En osannut sanoa vaimon toiveajatteluun mitään. Totesin vain, että kaksinhan tässä jo pitkään on eletty. Ja onhan meillä kaikki joulun rakenteet kunnossa. Olet tehnyt jouluruoat lähes valmiiksi, joulukuusi seisoo tuolla terassilla, pirtti on siisti ja puhtoinen, pihamaa vain ei ole valkoinen. Mutta se ei johdu koronasta.

Vaimo siirtyi keittiön puolelle ja aloitti ilmeisesti perinteisen joulupuuron keittämisen. Kuuntelin hetken tuttuja keittiöäänämiä, mutta sitten kuuluikin jotain tavallisuudesta poikkeavaa.

– Minä onneton olen unohtanut mantelit. Kuule, voisitko sinä käydä pikaisesti hakemassa tuosta lähikaupasta kuorituja manteleita. Ehtisit vielä.

Olin oppinut, että konditionaalissa esitetty toive merkitsee preesensissä tapahtuvaa toteuttamista.

– Totta kai.

– Ja muista pistää maski kasvoille heti ulkona.

Vastenmielisesti laitoin ulkona maskin kasvoilleni. Arvasin oikein, että jo muutaman askelen jälkeen silmälasini höyrystyivät, ilmeisesti en koskaan opi oikeaa maskitekniikkaa. Ensimmäisestä kadunylityksestä selvisin hyvin, mutta samalla alkoi jouluinen vesisade. Seuraava kadun ylitys ei onnistunut. Kompastuin kadun reunaan, kaaduin maahan ja tunsin nilkassani valtavan kivun.

– Miten teille kävi? Sattuiko?

Yritin nousta pystyyn, mutta nilkka ei suostunut yhteistyöhön. Kysyjä ehdotti ambulanssia, mutta minä kerroin soittavani vaimolleni.

Vaimo oli hetken päästä vierelläni. Jouluaavulialta ihmisiä oli kerääntynyt ympärilleni ja yleisin kuulemani kannustus oli "että pitikin sattua vielä jouluaattona".

Keskussairaalassa minut ohjattiin päivystykseen ja istuin pyörätuolissa odotellen tilanteen kehittymistä. Terveystenhoitaja kertoi, että jalkani kuvataan mahdollisimman pian



Kuva: Marja-Leena Hyvärinen

ja lääkäri tekee sitten hoitosuunnitelman. Kehotin vaimoani lähtemään kotiin, selviäisin hoitajien avulla yksinkin.

– Ai niin, ne mantelit jäivät kyllä nyt ostamatta.

– No jos minä lähden. Pidä minut ajan tasalla. Tulen hakemaan sinut sitten kotiin, sillä emme me kai joudu viettämään kirjaimellista etäjoulua.

– Varmasti tulen.

Sairaalan odotustiloissa soi hiljainen joulumusiikki. Huoneet ja käytävät oli koristeltu mieltä rauhoittavilla joulu-koristeilla. Pääsin pitkän odottelun jälkeen kuvaukseen ja kuvauksen jälkeisen odotuksen jälkeen lääkäri otti minut vastaan.

– Jaa että maskikompurointi. Onneksi nilkassa ei ole murtumia, kunnollinen lihasrevähtymä sentään. Laitetaan siihen tukeva lasikuitulasta ja pääsette vielä tänään kotiin. Kaikkea se korona saa aikaiseksi.

Vaimo tuli hakemaan minua, kynärsauvojen avulla klenkkasin autoon ja autosta kotiovelle. Harvoin jouluaterian tuoksu oli tuntunut niin kutsuvan hyvältä. Huoneistosamme soi kauneimpien joululaulujen kokoelma, terassille koristellun joulukuusen kynttilät välkkyivät lievässä tuulessa.

Päivän tapahtumien kertaaminen ei vienyt paljoakaan aikaa, annoimme hyvin pian tilaa kotiimme laskeutuvalla joulutunnelmalle.

Tunsimme, että joulun rauhoittava sanoma oli käsin kosketeltavan lähellä.

Emme sittenkään viettäneet etäjoulua.

Osmo Ukkonen
eläkeope, kirjailija
Mikkeli

Tuokio pikku tuvassa

Takana metsän naapuritalot,
tänne kutsuivat jouluvalot.
Pakenin melua, rauhattomuutta,
kaipasin lepoa, hiljaisuutta.

Reippaasti astuin pikku tupaan,
tuokion täällä itsellein lupaan.
Ovella aistin tutun tunnelman:
sopusoinnussa ovat jin ja jang.

Räsymatto keskellä lattiaa,
kiikkutuoli odottaa keinujaa.
Syliinsä haluan istahtaa,
unelmiini voin uinahtaa.

Lähellä hehkuu leivinuuni
tehokas, vaikkei suuren suuri.
Joulutähden nään erilaisen,
sen valot - vihreän, punaisen.

Kello seinällä hiljaa raksuttaa,
se elämänkulusta muistuttaa.
Hämärä kurkkii ikkunasta,
vaikka on iltapäivä vasta.

Lumous hetkessä häviää,
auton ääni kun hyrähtää.
Liekö ollutkin pelkkää unta,
ulkona alkanut sataa lunta.

Lämpöä säilön sisälleni,
pyynnön lähetän Isälleni.
Haikeus herkistää mielen,
kyyneleitäni salaa nielen.



Kuva: Matton

Paula Leskinen



Syksyn toimintaa alueilla

Minkälaista paikallistoimintaa eri puolilla Suomea on tänä syksynä ollut tarjolla koronatilanteen edelleen jatkuessa?

Pyysimme yhdistyksiä kertomaan kuvin ja sanoin syksyn kohokohdista.

Koonnut: **Tuula Laine**



KESKI-KARJALASSA TUTUSTUTTIIN VIININVILJELYN SALOIHIN

Keski-Karjalan senioriopettajat tutustuivat syyskuussa viininviljelyyn Ukonniemen viinitilalla Kesälahdella. Vierailulla päästiin myös maistelevaan viinejä. Yhdistyksen puheenjohtaja Riitta Kojo kertoi syksyn sujuneen kaiken kaikkiaan mukavasti, koronan vuoksi ei ollut jouduttu perumaan yhtään tilaisuutta.

Kesälahden auringossa kypsyvät rypäleet tallentuivat Helena Ritvanen-Nousiaisen puhelimeen.

Kuva: Riitta Kojo



DIGITAIKOKO KARTTUIVAT LÄNSI-UUDELLAMAALLA

Lohjalla kokoonnuttiin lokakuun lopulla yhteiseen digituokioon, jossa teemoina olivat mm. ajankohtaiset sovellukset korona-aikana, sähköiset palvelut ja digituki. Yhteistyössä Apuomena ry:n Kansalaistoiminnan keskuksen kanssa järjestettyyn digituokioon osallistui parikymmentä Länsi-Uudenmaan senioriopettajat ry:n jäsentä. Yhdistyksen puheenjohtaja Harry Myllymäen mukaan koronatilanne verotti osallistujia jonkin verran, mutta pienemmällä joukolla oli mahdollista pureutua sitäkin perusteellisemmin osallistujien esittämiin digikysymyksiin.

Länsi-Uudenmaan senioriopettajat ry:n puheenjohtaja Harry Myllymäki toivotti osallistujat tervetulleiksi digituokioon.

Kuva: Boris Hurme, Mediaomena, Apuomena ry.



HELSINGIN SENIORIOPETTAJAT RETKEILIVÄT ULKOSAARISTOSSA

Utön majakkasaaren ainutlaatuinen luonto ja historia houkutteli syyskuussa 16 rohkeaa senioriopettajaa nousemaan laivaan ja suuntaamaan tuulta ja sadetta uhmaten Suomen eteläisimmälle asutulle saarelle. Retkellä tutustuttiin mm. jääkauden jättämään mahtavaan kiviharjuun ja majakkakirkkoon.

Utön retkellä päästiin tutkimaan saaren luontoa opastetulla kävelyllä.

Kuva: Arja Ahonen.



JUNIORISENIORIT KOKOONTUIVAT JOENSUUSSA

Joensuun seudun senioriopettajat tapasivat yhdistyksen uusia jäseniä lokakuussa Kukkolan kodalla. Mukana olivat myös Martat, jotka esittelivät ikäihmisille suunnattua Virkee-hankettaan ja tarjosivat herkulliset retkievää.

JOSSOn puheenjohtaja Marja Paavonkallio ja sihteeri Irma Riekkinen kertovat yhdistyksen toiminnasta ja kuuntelevat junioriseniorien ideoita ja toiveita.
Kuva: Taimi Neuvonen



PATSASTREFFIT VETIVÄT VAASASSA

Vaasan Seudun Senioriopettajat ovat tänä syksynä kokoontuneet ulkoillen. Lokakuun alussa ohjelmassa oli pat-saskävely yhdistyksen jäsenen kuvataiteen opettaja Aimo Nybergin opastuksella. Yhdistyksen puheenjohtaja Merja-Helena Kärkkäinen kertoi treffien onnistuneen mainiosti: Sää suosi, oli mukava tavata kollegoja ja kuulla mielenkiintoista tarinaa. Turvavälit pidettiin ja ohjeita noudatettiin. Kyllä kelpasi!

Aimo Nyberg kertoo lepäävän Merkuriuksen patsaasta senioriopettajille Setterbergin puistossa Vaasassa.
Kuva: Merja-Helena Kärkkäinen



IMATRALLA VIETETTIIN SYKSYÄ MONIPUOLISESTI LIIKKUEN

Imatran Seudun Senioriopettajat ovat syksyn aikana mm. senioritanssineet, vesijumpanneet ja keilailleet. Yhdistyksen puheenjohtaja Mauri Inkisen mukaan paljon tapahtumia on jouduttu perumaan, mutta syyskuussa toteutui retki Savi-taipaleelle, jossa tutustuttiin mm. Kärnäkosken linnoitukseen ja sen historiaan.

Retkellä lounastettiin kauniissa Olkkolan kartanossa Kuolimojärven rannalla haitarimusiikista nauttien.
Kuva: Mauri Inkinen



Kirsikkapuistosta haettiin uskoa tulevaisuuteen

**Lappeenranta sai koronakesänä ko-
mean muistomerkin: kaupungin ar-
boretum laajeni yli sadalla kirsikka-
puulla.**

Syyskuun aurinkoinen sää helli lähes 70 kaupunkilaista, jotka olivat tulleet Lappeenrannan Arboretumiin istuttamaan järjestöjensä ja yhdistystensä lahjoittamia puita. Arboretum on perustettu 1980 ja vuosien saatossa se on laajentunut lähes 15 hehtaarin suuruiseksi puulajipuistoksi.

Aluksi piti tovi hillitä työhaluja, kun kaupunginjohtaja **Kimmo Jarva** tervehti lapiokansaa ja kaupunginpuutarhuri **Hannu Tolonen** antoi työohjeita.

Lapiot upposivat maahan kevyesti, sillä puutarhaosaston työntekijät olivat kaivaneet ennalta puille kuopat ja täyttäneet ne muhevalla mullalla. Into puiston rakentamiseksi oli suuri, niinpä lähialueen kasvitarkhoista ja myymälöistä olivat rusokirsikat loppuneet nopeasti, kun puiston perustamisesta oli keväällä ilmoitettu.

Lappeenrannan seudun senioriopettajayhdistys oli lahjoittanut puistoon viisi puuta. Ne istutettiin varmaan ottein arboretumin multaan.

Tulevana keväänä kirsikkapuisto laajenee, kun puita istutetaan lisää. Toivottavasti silloin korona on vain katkera muisto, ensimmäiset kirsikat kukkivat ja muistamme syksyn, jolloin toivoa paremmasta keväästä vahvistettiin kirsikkapuistoa istuttamalla.

Teksti ja kuvat: **Seppo Maukonen**



Kaupunginpuutarhuri Hannu Tolonen hoiti järjestelyt ja opasti työhön.



Puheenjohtajamme Harri Aartelo ja puutarhaosaston Mikael Tolonen voivat katsoa tyytyväisinä työnsä tulosta: hyvä tuli.



Kuukausi istutuksen jälkeen ruska valtaa ruskokirsikan.



Kokkolan senioriopettajien digikurssi

Kokkolan senioriopettajat saivat viimein päätökseen tammikuussa alkaneen senioreiden digikurssin, joka jouduttiin keskeyttämään maaliskuussa tunnetusta syystä. Kaikki halukkaat pääsivät mukaan kurssille, joka oli innostava ja hyödyllinen. Myös jatkossa tarvitsisimme tällaista kurssia, jossa opettajalta sai kysyä mitä vain ja saim-

me heti asiantuntevan vastauksen. Kurssin anti oli tietenkin paitsi opittuja digitaitoja, myös mukavaa yhdessäoloa tutussa porukassa. Kurssi oli opetushallituksen rahoittama ja meille osallistujille ilmainen. Lisää tällaista!

Elisa Maunumäki

Tietotekniikkaa

Lapsena ja nuorena tietokoneet olivat minulle massiivisia, kokonaisia tehdashalleja täyttäviä koneita, joista tulostui reällisiä paperisuikaleita kuin mankelista kelaten. Myöhemmin alkoi tulla erilaisia pelikoneita, joissa pystyi näppäilemällä liikuttamaan vaikkapa isoa gorillaa erilaisilla tasoilla. **Donkey Kong** ja muut hyppelypelit olivat jonkinlainen tietokoneiden esivaihe? Lopulta markkinoille tuli **Commodore 64**. Sitä myytiin Suomessakin kymmeniä tuhansia. Laitteessa oli jo oikean tietokoneen makua. Olihan se toki pelikone, mutta ensimmäistä kertaa saattoi itse kokeilla näppäimistöä, jolla sai aikaan ihmeitä.

Kun mietin omaa historiaani tietokonemaailmassa, täytyy siirtyä 80-luvulle ja Savonlinnaan. Aikaan, jolloin gradutyöt värkättiin käsikäyttöisillä kirjoituskoneilla ja korjaukset kohti lopullista opinnäytettä tehtiin "liimaa ja leikkaa" -periaatteella.

Kerran löysin paikalliselta kirpputorilta käytetyn sähkökirjoituskoneen. Olin siirtynyt opiskelukavereihini verrattuna tähtitieteellisen tekniseen etulyöntiasemaan. Kirjoittaminen sujui nopsasti, mutta edelleen piti hyväksytyt osat työstä leikata irti paperista ja liimata uusien luomuksien väliin.

Kun gradutyö oli valmis, eräs pankissa työskentelevä tuttu lupasi kirjoittaa lopullisen version ja printata sen ulos. Se vasta oli ihmeellistä! Koneessa oli paperirulla, jonka eteni sivuissa olevien reikien avulla. Äänikin oli juhlava "triiit triiit", kun printterin kirjasinosio liikkui edestakaisin.

Ihan ongelmitta tuokaan ei sujunut, sillä ihmetellessä tulostusta paperirullan väliin tippui kampa. Tulostus keskeytyi ja hiukset, (joita silloin vielä oli runsaasti tummina ja kiharina) melkein harmaantuivat säikähdyksestä. Lopulta siitäkkin selvittiin kunnialla ja sain ammattiin oikeuttavat paperit haltuuni.

Tuoreena maisterina pääsin kaksiolettajaiseen maalaiskouluun. Tuoreena koulunjohtajana hankin opehuoneeseen **Commodore 128** -tietokoneen. Kyllä kai sillä oli jotakin käyttöä koulutyössä, mutta rehellisyyden nimissä täytyy tunnustaa, että vähän! Kirjoitusohjelmat olivat kovin alkeellisia ja niissä piti kirjoitella kaikenlaisia koodeja tekstin väliin saadakseen aikaan kunnollista tekstiä!

Ajat muuttuivat ja koneet paranivat. Kirjoittaminenkin kävi helpommaksi ja kätevämmäksi. Pelitkin muuttuivat **Pacmanista, Tetriksestä ja pokerista** yhä hienommiksi. Jopa niin hienoiksi, että ne menettivät minusta kiinnostavuutensa. Enää niihin käytettävä aika on itselläni minimaalista, vai kutsutaanko tuota ilmiötä aikuistumiseksi?

Tietokoneen käytössä toimii samat oppimisen lainalaisuudet kuten "oppi kantapään kautta!" Siitä muutama esimerkki omasta taaperruksestani.

Jo alkuaikoina yksi tärkeä opetus oli: muista tallentaa tekemäsi! Olin saanut kustantajan kanssa aikaan sopimuksen ensimmäisestä kirjastani **Juksu ja valkeat koripallotossut**. Tarina oli kirjoitettu kaikki sanat tavuttamalla, mikä on yllättävän vaikeaa tai ainakin hidasta. No urakka alkoi olla loppuvaiheessa, oli enää kahdeksan sivua kirjoittamatta. Olin fiksuna



ihmisenä kirjoittanut ja tallentanut tuotosta yhdelle lerpulle, vai liekö ollut korppu, kun se viheliäinen tallenne hajosi!

Yritin saada pelastetuksi jotakin, mutta ainoa keino oli aloittaa alusta. Kirjan julkaisuajankohta muuttui myöhäisemmäksi!

Taas myöhemmin olin näyttämässä kuudennen luokan oppilaille, miten kätevä laite tietokone on. Luokka oli kerääntynyt ympärilleni. Esittelin heille, miten näppärää on käyttää hakuohjelmaa. En enää muista oliko se Altavista, vai joku muu. Kysyin, mistä haluaisitte tietoa. Oppilaan halusivat tietoa Spice Girls -yhtyeestä. Naputin nimen hakukoneeseen ja Bingo! Ruudulle hypähti paljon girlssejä. Suurin osa hyvinkin epäsaadyllyisissä asuissa, jos edes heillä oli vaatteita. Opin ainakin sen, että varmista aina etukäteen, mitä opetat.

Työelämässä tietotekniikka muuttui minulle jokapäiväiseksi. Itse koneet ovat muuttuneet jättiläisistä taskukokoisiksi. Ei elämä senioriopenakaan ole ilman tietotekniikkaa. Kehitys on nopeaa, mutta pyritään kaikki roikkumaan siinä mukana niin hyvin kuin kykenemme. Vierivät kivet eivät sammaloidu, emme siis mekään senioriystäväni!

Matt Caine

Matt Caine nimimerkin takaa löytyy lappeenrantalainen emeritusopettaja Matti Matikainen.

Tapakulttuuri monimuotoistuu maallistumisen myötä

Yhteiskunnan maallistuminen muuttaa tapakulttuuriamme, jolloin elämän käännekohtia vietetään ilman kirkollisia toimituksia.

Avoliitot, nimiäiset, siviilivihkimiset, uusperheet, exät ja nyxät, koulun elämäkatsomustiedot ja vaihtoehtotilaisuudet, nuoren Protu-leirit ja alokkaan sotilasvakuutukset ovat nykypäivää. Myös siviilihautajaiset yleistyvät hiljaa perässä.

Tässä kaikessa on totuttautumista seniorikansalaisille kenties niin oman suvun kuin ystävienkin piirissä, perhejuhlissa ja laajemmin. Ei ole kohteliasta ihmetellä vauvan nimiäisissä, missä pappi viiptyy. Maallistumisen trendi ilmeisesti jatkuu Suomessa samoin kuin muissa Pohjoismaissa ja Länsi-Euroopassa.

ELÄMÄN KÄÄNNEKOHTIA vietetään uskonottomasti. Avoliitot ovat hyvin yleisiä, ja seurustelukumppani tuodaan usein näytille perhejuhlisiin ennen kuin on muutettu yhteen. Tupaantuliaiset voivat olla sukulaisille ja kaveripiirille erikseen. Monessa perheessä esikoinen on syntynyt jo avoliiton aikana. Toisissa perheissä lasten hankkiminen viiptyy viipymistään – joko omasta tahdosta tai tahtomatta.

Vauvan nimiäiset voidaan pitää kotona tai isommassa tilassa. Siviiliseremoniaan voi hankkia myös juhlapuhujan, mutta yleisimmin puhujia riittää perhepiiristä. Monet kuitenkin tilaavat Pro-Seremonioista kivoja todistuksia siviilikummeille ja isovanhemmille annettavaksi.

Avoliittotakin solmitaan, ja tilastojen mukaan siviilivihkimisten osuus niistä on liki 60 prosenttia. Siviilivihkimisen saa myös virka-ajan ja -paikan ulkopuolelle, hääjuhlan yhteyteen. Useimmiten vihkiminen hoidetaan virastossa etukäteen, vaikka varsinainen hääjuhla olisi kuinka komia kotona, kartanossa, työväentalolla tai rannalla.

Yhä useammat päiväkotilapsen perheet valitsevat ei-uskonnollisen vaihtoehdon, jos vanhempien eteen asetetaan valinta, osallistuuko lapsi uskonnollisiin tilaisuuksiin vai uskonnollisesti sitouttamattomaan ohjelmaan. Sama tilanne

on esiopetuksessa ja peruskoulussa. ”Pikkukirkko” tai ”koululaisjumalanpalvelus” ei ole pakollinen.

Opetushallituksen ohjeissa todetaan, että varhaiskasvatuksen/perusopetuksen järjestäjä voi päätyä myös siihen, että toimikauden/lukuvuoden ohjelmaan ei sisällytetä uskonnollisia tilaisuuksia ja toimituksia. Koronakeväänä tämä toteutuikin. Mikäli tuohon ratkaisuun tartutaan, henkilöstön ei tarvitse järjestää ja valvoa kahta rinnakkaista ohjelmaa eikä huoltajien tarvitse tehdä valintaa, jonka osa kokee arkaluontoisen tiedon yksityisyyden suojan kannalta kiusallisena.

Peruskoulussa uskontokuntiin kuulumattomien oppilaiden ensisijainen katsomusaine on elämäkatsomustieto eikä uskonto. Osa uskonottomista vanhemmista on kokenut elämäkatsomustiedon opetusjärjestelyt eka luokalla niin haasteellisenä, että ET:n sijaan katsomusaineeksi on otettu uskonto. ET:ssä on hieman alle 10 prosenttia oppilaista. Uskonnosta voi kuitenkin vaihtaa ET-opetukseen peruskoulun aikana, jos on siihen oikeutettu.

Elämäkatsomustiedon avaamista kaikille valittavissa olevaksi katsomusaineeksi uskonnon rinnalla eli kirkon jäsenten ET-kiellon poistamista on vaadittu monelta taholta. Lukiolainenkaan ei voi nyt suorittaa opinnoissaan ET:n pakollisia kursseja, jos on kirkon jäsen. Peruskoulun ja lukion todistuksesta ei tätä nykyä ilmene, onko suorittanut uskonnon tai elämäkatsomustiedon opinnot.

Nuorille katsomuksellisesti tunnustukseton Protu-leiri (eli Prometheus-leiri) on vaihtoehtona kirkon rippileirille. Siihen osallistuu vuosittain hieman yli 1000 nuorta, ja on myös muita leirejä, jotka soveltuvat 15-vuotiaillekin. Jotkut käyvät sekä Protun että riparin.

Osa uskontokuntiin kuulumattomista nuorista ei osallistu millekään leirille, mutta vanhemmat ja isovanhemmat juhlistavat nuoren ”aikuistumista” myös tavanomaista paremmilla lahjoilla. Myös nuoren ikioma matka yhdessä isovanhempien kanssa voi olla erityinen kokemus, olipa varsinainen synttäripäivä sitten alku- tai loppuvuodesta.

Varusmiespalveluksessa nuori joutuu jo alokkaana päättämään, osallistuuko kirkolliseen ohjelmaan vai sille vaihtoehtoiseen ohjelmaan. Alokaskauden lopussa annetaan joko uskonnollisesti sitoutumaton sotilasvakuutus ”kunniani ja omantuntoni kautta” tai uskonnollisesti julistuksellinen sotilasvala ”kaikkivaltiaan ja kaikkietävän edessä”. Isovanhempien, setien, enojen ja tätien on hyvä muistaa, että kumpikin vaihtoehto on yhtä arvokas.

SIVIILIHAUTAJAISTEN YLEISTYMINEN on osa hautauskulttuurin monimuotoistumista. Siviilihautajaiset eivät päällisin puolin eroa kovin paljoa kirkollisesta siunaustilaisuudesta paitsi, että papin tilalla on uskonnoton hautapuhuja. Puhujia kysytään esimerkiksi siviilijärjestöjen palvelukes-



kuksesta Pro-Seremonioista.

Hautajaisiin kuuluvat yleisesti ensin jäähyväis-/saattotilaisuus, jossa vainaja on arkussa, ja sen jälkeen muistotilaisuus, joka perinteisesti on samana päivänä tai pian jäähyväis- tai saattotilaisuuden jälkeen. Tästä perinteisestä kaavasta saatetaan poiketa, mikäli hautausmaan kappelia ei saa käyttää siviilihautajaisiin tai sitä ei haluta käyttää.

Hautaustoimilaki säättää yleisen hautaustoimen seurakuntien hautausmaiden hoitoon. Siihen myönnetään rahoitusta valtion budjetista. Kun laki ei säädä hautausmaiden tai krematorioiden kappeleista, tilanne niiden osalta on Suomessa kaksinainen. Monien seurakuntien hautausmaiden kappeleita voidaan käyttää siviilihautajaistilaisuuksiin, mutta yhtä monien seurakuntien kappeleissa sitä ei sallita.

Mikäli kappelia ei ole voitu käyttää, lähiomaiset ovat saattaneet hyvästellä vainajan esimerkiksi sairaalan hiljenty-mishuoneessa, ja vasta muistotilaisuudessa ja mahdollisesti sitä edeltävässä uurnanlaskutilaisuudessa on enemmän hautajaisväkeä.

Arkkuhautauksissa saattotilaisuus puheineen ja lauluneen voidaan pitää haudalla. Kun vainaja tuhkataan, voidaan hautajaistilaisuus, jossa vainaja on arkussa, pitää myös hautausmaan ulkopuolella, mutta se ei ole kovin yleistä.

Varsinkin kaupungeissa tuhkausten osuus on kasvanut. Tuhka voidaan sirotella myös hautausmaiden ulkopuolella maa- tai vesialueen omistajan luvalla. Merikaupunki Kotkassa jo yli 10 prosenttia vainajista päätyy tuhkana mereen.

Joskus uskonnoton vainajan omaiset saattavat pyytää pappia pitämään siunaustilaisuuden kappelissa. Hautaustoimilaki kuitenkin velvoittaa toimittamaan hautauksen vainajan vakaumusta kunnioittaen, joten pappi ei voi suorittaa siunausta vain sen takia että se olisi omaisista kätevää.

Hautaustoimistoista, Pro-Seremonioilta sekä Vapaa-ajattelijain liiton yhdistyksiltä ja Humanistiliitolta voi saada neu-

voja siviilihautajaisten käytännön järjestelyihin. Helsingissä on Hietaniemen tunnustukseton krematorion kappeli, jota käytetään myös espoolaisten ja vantaalaisten vainajien hautajaistilaisuuksiin ennen tuhkausta.

Huom! Maallistuminen ilmenee ennen muuta kantasuomalaisessa väestössä. Samaan aikaan tapahtuu monikulttuuristumista; islaminuskoisten määrä on lisääntynyt. Kuitenkin huomattava osa maahanmuuttajistakin on maallistuneita, joten uskontoa tai katsomusta ei voi päätellä ulkonäöstä.

Esa Ylikoski

FM, yhdenvertaisuusasioiden neuvottelukunnan jäsen, eläkkeellä Humanistisesta ammattikorkeakoulusta.

TIETOISKU

Suomen ev.-lut. kirkon jäsenosuus oli vuoden 2019 lopussa 68,6 % ja alittanee ensi vuonna 2/3:n ”määräenemistön”. Helsingissä jäsenosuus oli 51,0 % ja 50 % alittanee ensi talven aikana.

Lasten kastaminen ev.-lut. kirkon jäsenyyteen on vähentynyt viime vuosina niin, että kastettujen osuus kaikista vuonna 2019 syntyneistä lapsista oli 62,1 %.

Statfin-tilaston mukaan vuonna 2019 niistä heteropareista, joissa mies oli Suomen kansalainen, vihittiin 42,2 % ”kirkollisesti”.

Siviilihautajaisia voidaan pitää esimerkiksi Helsingin, Vantaan, Kirkkonummen, Hyvinkään, Riihimäen, Tampereen ja Turun seurakuntien hautausmaiden kappeleissa, mutta siviilihautajaisia ei saa pitää esimerkiksi Espoon, Keravan, Järvenpään, Tuusulan, Lahden, Lappeenrannan, Jyväskylän ja Porin seurakuntien hautausmaiden kappeleissa.

Alla on tarkempia lukuja. Tiedot on koottu kirkon jäsentilastoista (<https://www.kirkontilastot.fi/>) sekä Tilastokeskuksen väestötilastoista (<http://www.stat.fi/til/vrm.html>). Tietoja saa lainata vapaasti.

Vuosiluku, kastettujen määrä, kaikkien syntyneiden suomalaisten määrä, kastettujen osuus kaikista syntyneistä suomalaisista:		
2006:	49 527 / 58 840	(84,17 %)
2007:	49 325 / 58 729	(83,99 %)
2008:	49 068 / 59 530	(82,43 %)
2009:	48 494 / 60 430	(80,25 %)
2010:	48 347 / 60 980	(79,28 %)
2011:	46 723 / 59 961	(77,92 %)
2012:	44 774 / 59 493	(75,26 %)
2013:	43 719 / 58 134	(75,20 %)
2014:	41 340 / 57 232	(72,23 %)
2015:	38 746 / 55 472	(69,84 %)
2016:	36 586 / 52 814	(69,27 %)
2017:	33 747 / 50 321	(67,06 %)
2018:	30 892 / 47 577	(64,93 %)
2019:	28 352 / 45 613	(62,16 %)

Vuosiluku, kastettujen määrä, kuolleiden kirkon jäsenten määrä, näiden erotus:		
2006:	49 527 / 41 228	(8 299)
2007:	49 325 / 42 170	(7 155)
2008:	49 068 / 41 862	(7 206)
2009:	48 494 / 42 511	(5 983)
2010:	48 347 / 43 195	(5 152)
2011:	46 723 / 42 794	(3 929)
2012:	44 774 / 42 704	(2 070)
2013:	43 719 / 44 070	(- 351)
2014:	41 340 / 43 830	(- 2 490)
2015:	38 746 / 44 002	(- 5 256)
2016:	36 586 / 44 774	(- 8 188)
2017:	33 747 / 44 325	(- 10 578)
2018:	30 892 / 44 706	(- 13 814)
2019:	28 352 / 43 856	(- 15 504)



Juhani
Suopanki.

Miten palasin oppikirjanesittelijästä erityisopettajaksi. Juhani Suopanki kertoo siitä, kuinka hän palasi tien päältä koulumaailmaan. Hän tutki prosessia aikoinaan gradussaan.

Tapasin graduohjaajani syksyllä 2006 ja tapaamisen aiheena oli miten saada yli 10 vuotta kesken-eräisenä levänneen graduni vihdoin-kin valmiiksi. Tapaaminen oli lyhyt ja ytimekäs. Aiempi graduaineistoni ”opettajien mielipiteitä oppikirjojen kehittämisestä” oli vanhentunutta. Keskustelun aikana sain rohkaisun kir-

joittaa omista kokemuksistani oppikirjaedustajana.

Ohjaajani totesi, että sinähän olet ollut yli 25 vuotta oppikirjabisneksessä ja tavannut tuhansia opettajia ympäri Suomea. Olet kulkenut koululta toiselle ja pitänyt opettajille oppikirjaesittelyjä. Miksi et kirjoittaisi kokemuksiasi ja tapaamisistasi? Kokemuksellinen tieto on arvossaan. Tulkinta on varsinaista tiedettä. Tutustu hermeneutiikkaan ja fenomenologiaan sekä elämäntutkimuksiin!

Olin noihin aikoihin Kustannus Oy Otavan palveluksessa ja jatkuvasti tienpäällä. Ajatukset pyörivät päässäni. Olisin pian kuusikymppinen ja tulisikohan tästä mitään?

Muutoksen tarve takaraivossani sai minut toimimaan. Yhdistin autossa istumisen ja kokemusten taltioinnin. Ajomatkoilla äänitin kokemuksiani opettajien ja rehtoreiden kanssa käydyistä keskusteluista. Kotona kirjoitin sanelut puhtaaksi.

Pääteitä ajaessani muistiin alkoi piirtyä lisää tapahtumia eri vuosilta ja vuosikymmeniltä. Joinakin hetkinä py-sähdyin tienvarteen sanelemaan. Ylpeänä saavuin puolen vuoden kuluttua tapaamaan ohjaajaani. Olin lähettänyt 300-sivuisen tutkimusaineistoni sähköisenä etukäteen.

Muuten hyvä, mutta jätä nuo huoltoaseman munkkikahvit pois tekstistäsi. Ne eivät ole tiedettä, ohjaajani neuvoi.

– Analysoi käymiäsi koulukäyntejä ja keskusteluja ja hae niistä merkitysisältöjä oppimiseen ja siihen tarvittaviin välineisiin.

– Opettajat suhtautuvat valmiiseen oppimateriaaliin nykyään hyvin eri lailla. Tästä aiheesta ei ole kirjoitettu elämäntutkimusta, joten aiheesi on mielenkiintoinen.

No ”munkin syönti” oli leikkisä huomautus proffalta ja ymmärsin viestin. Lisää teoriaa kehiin ja seuraava vaihe olikin sitten työläämpi. Aineisto vaati nyt teoreettista käsittelyä eikä se onnistunut vain autossa istumalla. Yliopiston kirjastot kävivät kevään aikana tuiksi. Tutkimukseni alkoi valmistua.

– Tämä sinun työsi nimi on aika hauska. **Oppikirjojen kulkukauppias**. Onhan siinä täsmennys eli tämä **Elämänkerrallinen tutkimus oppikirjaesittelijänä 1980-, 1990- ja 2000-luvuilla**. Hyvä! Tee vielä parit korjaukset ja työ alkaa valmistua.

Sain viimeiset kirjatentit läpi ja myös gradun hyväksyttyä kesällä 2008. – Vielä se vanhakin pystyy, kun oikein yrittää. – Oli hetki pyörähtää hermeneuttisella kehällä.

Tuli muutoksen aika ja erityisopettaja palasi takaisin kouluun. Olin toiminut viimeksi erityisopettajana 28 vuotta aiemmin. Koulumaailmassa puhalsivat isot muutokset! Olin onneksi päivittänyt osaamiseni. Teki mieli kokeilla. Siispä luokanopettaja mallia 1975 (Oulun yliopisto), erityisopettaja mallia 1978 (Jyväskylän yliopisto JY) ja tuore kasvatustieteiden maisteri 2008 (JY) haki virkaa.

Saikin ensin Muhokselta ja sitten vakinaisen laaja-alaisen erityisopettajan viran Lumijoelta keväällä 2011. Rehtori esitteli uuden vakinaisen, 61-vuotiaan, viranhaltijan opettajanhuoneessa.

– Uudeksi yläkoulun laaja-alaiseksi erityisopettajaksi meille on sivistyslautakunta valinnut Juhani. Varmaan moni teistä tuntee hänet. Onhan Juhani käynyt meillä esittelemässä oppikirjoja vuosien varrella.

Rehtorin sanat tuoreesta tulokkaasta vähän hymyilyttivät. Mikä tärkeintä: olin taas oikeissa töissä. Muistin, mitä Alajärven yläasteen koulun pihalla eräs opettaja oli minulta jo 80-luvulla kysynyt.

– Milloin sinä Juhani tulet taas oikeisiin töihin?

Näin alkoivat neljä hienoa vuotta erityisopettajana ennen eläköitymistä. Pitkästä aikaa minulla oli päivittäisiä työkavereita omien oppilaitteni lisäksi. En ollut enää ”yksinäinen ratsastaja”. Paluu opettajuuteen työurani loppupuolella olivat parhaita työvuosiani. Matka jatkuu nyt senioriopettajana. Taas minulla on mukavaa seuraa!

Teksti: **Juhani Suopanki**

Oulun seudun senioriopettajat ry, puheenjohtaja

JOULUPUKIN KULKUPELIT

Joulun lähestyessä moni lapsi ja aikuinenkin miettii, missä joulupukki asuu ja millä hän ehtii aattona eri paikkoihin lahjoja jakamaan ja lapsia tapaamaan. Joululehtien kansikuvissa ja joulukorteissa on kuvia pukin kulkupeleistä. Uskomattomia logistisia ratkaisuja on pukille keksitty matkavaivoja helpottamaan. Perinteinen pulkka tai ahkio on olosuhteiden pakosta vaihtunut uusiin keksintöihin.

Muistan äitini patistaneen minua aattoiltana verannalle pukkia väijymään. Ei kuulunut kopinaa vintillä eikä vipinää kontilla. Sitten tallin takaa tuli joku hämärä hahmo säkki selässä ja keppi kädessä. Hahmolla oli isot huopikkaat ja turkki nurin käännettynä. Oli vaikea nähdä hänen oikeaa karvaansa ja korvaansa, koska suuri karvalakki ja vanha kaasunamari peittivät hänen päätään. Tämä pukki oli arvatenkin naapurin Pekka. Hän oli tullut apostolinkyydillä eli kävelen. Hänen keppinsä oli matkasauva, jolla oli hyvä hätistellä kylän koiria. Toinen matkasauva Pekalla oli taskussa. Se tuoksahti hengityksessä ja sai nuoren miehen hiukan horjautumaan. Illan mittaan hän saattoi joutua turvautumaan jopa nelivetoon matkan pidetessä ja sauvan lyhetessä.

Toisen naapurin pieni Ville pohti, miten pukki kulkee, jos lunta ei ole porovetoisen pulkan alla. Kuorma-auton lavalla on kylmä eikä hohtoa. Junassa on tungosta. Pukin kannataisi hankkia helikopteri. Sillä kulkien lahjoja voisi kätevästi käydä jakamassa amerikkalaiseen tapaan savupiipun kautta suoraan sukkaan vaikka pukki itse olisikin hissukka.

Ilmojen halki amerikkalaisella lentokoneella tuotiin 1950–1970-luvulla lahjoja Inariin Riutulan lastenkotiin. Paikka oli Länsi-Saksassa toimineen USA:n ilmavoimien yksikön

kummikoti. Kone kävi vaaputtamassa siipiään Riutulan tavalla ja laskeutui läheiselle lentokentälle. Inarin järveen jään läpi putosi myös Neuvostoliiton ohjus idästä vuonna 1984. Avantoa kävi ihailemassa muiden mukana joulupukki. Siinä väärä mies oli oikealla asialla ja häntä yleisesti paheksuttiin. Kiskoilla kulkevia joulupukkeja on nähty Helsingin vanhalla satamaradalla, Kauppatorilla, Päärautatieasemalla ja raitiovaunussa Aleksilla ja Suurtorilla. Museojuniin joulupukki on mahtunut eri puolilla Suomea varsinkin Minkiössä. Joskus olen yllättänyt joulupukin hevosen reessä, moottoripyörän, mopon tai polkupyörän sarvissa ja kerran tavaratalon liukuportaissa. Itse olen joulupukkina kesällä kulkenut kävelysauvojen kanssa ja jakanut kolmellekymmenelle ulkomalaiselle vieraalle omat sauvansa.

Älä huoli, onhan sinulla turva kelkassa, lohdutti joulupukki muoriaan. Muori kiskoi pukkia potkurissa Korvatunturille joulukiireiden jälkeen. Joulupukin apulaisina on runsaasti pieniä kantelupukkeja eli tonttuja, jotka hiipivät varpahillaan alta sillan ja kurkkivat lasten touhuja. Tontut ovat valmiit kantelemaan ja puhuvat pukille havaitsemistaan ilkeyksistä kuten koulukiusaamisista. Tiedättehän, mistä tuntee tontun. Tontulla ei ole napaa, kun tontut ovat syntyneet kävyistä, joita pukinmuori laittaa isoon pataan kiehumään. Sieltä niitä tonttuja tulee eikä tarhasta tai koulusta.

Nyt koronaepidemian myötä on keskuuteemme ilmaantunut valelääkäreiden ja valepoliisien lisäksi valepukkeja naamarit päässään. Oikean pukin tunnistaa oikeasta parrasta ja pian kai pukkia suojataan kuljettamalla häntä lavetilla revontulten katseluun tarkoitetun läpinäkyvän iglun suojassa.

Risto Nihtilä



Kuva: Marja-Leena Hyvärinen

Vanhoilla päivillä

Sitä alkaa pohdiskella, missä kunnossa liikuntaelimet ovat. Hissittömässä kerrostalossa harjoitusportaat ovat lähellä. Kävelemään oppiminen on mainio taito, joka kehittymistä vanhemmat seurasivat kiinnostuneina. Sitä kannattaa itsekin vielä seurata, vaikka sen haltuun ottamisesta lieneekin kulunut jo ikä miinus 1 vuotta. Kävelemisen ei kannata antaa rapistua. Potkukelkka ja polkupyörä eivät sille vertoja vedä autosta puhumattakaan.

Lähetin ne kulkuneuvot vierimään alamäkeen. Niitä kun olisi pitänyt ruveta uudistamaan. Toki jalkojakin pitää huolta ja vaalia, niin kuin koko kehoa ja mieltä. Mieli uudistuu lukemisen kautta ja elämän ilmiöiden valppaasta seuraamisesta, keho liikunnasta.

Olin kovin surullinen, jopa muutaman kyöneleen vierähtin, kun jouduin muutossa luopumaan jo toisen kerran suuresta osasta kirjoja. Pölykerros kirjojen päällä tosin kertoi, että kaikki niistä eivät olleet jokapäiväisessä käytössä.

Vireänä pysyäkseen ihmisen tulee olla kiinnostunut ainakin niistä ihmisistä, jotka hän vielä tuntee. Maskit tuottavat päänsäivaa muotoilemalla ihmisten naamat melkein saman näköisiksi. Ajattelenkin tervehtiä maskiaikana lähes kaikkia, myös epävarmoja tapauksia, ja toivottaa "hyvää päivän jatkoa" aamulla ja illalla "hyvää yötä". Ystävällisyys saatua korona-aikana vahvistaa turvallisuuden tunnetta.

Mutta ihmisen pitää maskissa yrittää puhua kuuluvalla äänellä. Siten saisi vihjeen hänen henkilöllisyydestään.

Olen huomannut, että aterioiden kokkaaminen on vanhoilla päivillä alkanut innostaa vähemmän. Kun jätin koronan tähden kotiin kannetut ateriat pois, oli ryhdyttävä kokkaamaan itse. Halusin pysyä hengissä, vaikka olen padoista ja kattiloista näillä kymmenillä vähitellen vieraantunut.

Tapasin henkilön, jolla oli varma tieto siitä, että tahdistimen kantaja, ei voi käyttää induktioliettä. Minulla on molemmat. Ehdin kyllä jo kananmunat keittää, mutta sydän ei reagoinut siihen mitenkään. Sitten kysyin asian todenperäisyyden perään alan ihmisiltä. Kielto onkin vanhentunut. Sekä lieden valmistajat että lääketiede olivat jo ehtineet eliminoida vaarat. Hetken ennätin jo ilakoida, että keittiötyöt jäävät tähän. Jotain olen kuitenkin jo keitelty, kuten, nakkeja ja muniä, mutta ilman sitä huikeaa onnistumisen tunnetta, joita aiemmin olen keittiössä kokenut. Muistan valmistaneeni erilaisia kukkojakin kesäpaikkamme puu-uunissa. Kutsuimme usein ystäväperheitä kylään, järjestin syntymä- ja nimipäiväkekkereitä. Kirjahyllyssä oli laaja ruokaohje-osasto.

Keittotaitoni hukanneena luulen ymmärtäväni, miltä tuntuu iäkkäästä kaunottaresta rupsahtaminen, hiihtokuninkaasta, kun suksi ei luista tai entisestä ystäväpiiriin päivänsäteestä, joka ei saa sanaa suustaan.

Sitten tuli muutto.

Vaikka sanotaan, että jokainen muutto on pieni kuolema, niin olen siitä löytänyt innostaviakin piirtei-

tä. Muuttokuormaan keräsin tarpeelliset ja välttämättömät tavarat. Kirpputorille lähtivät kaikki ne, jotka eivät mahtuisi kolmanneksen neliöitä entisestä kodista.

Tavaroista luopuminen on ollut puhdistava kokemus. Joitakin välttämättömyyksiä oli toki lähtenyt tiehensä, mutta elämä jatkuu ilman niitäkin.

Pistäytyessäni eräässä vanhojen tavaroiden liikkeessä, myyjä kertoi tunteneensa heti erään taulun esittämän henkilön. Minun muotokuvanihan siinä katsoi vastaan. Sitä ei ollut tarkoitettu lähtemään, mutta tekevälle sattuu ja muutavalle varsinkin. Ostin sen pienellä rahalla pois ja pyytelin kuvalta anteeksi.

Vaikka muutto laihduttaa, hermostuttaa, pelottaa ja hävittää, niin se myös uudistaa ja on monella tavoin sekä loppu, että myös alku: Uusi maisema ikkunasta ja komerot ja hyllyt sekä oma pää ovat yllätyksiä täynnä.

Arja Saarikoski

arjasaarikoski@gmail.com





Tänä jouluna tarjoan kinkun tilalla kalkkunaa. Sen laittaminen on helppoa: kalkkunafilee vaan avaamattomassa pakkausksessaan 150 asteiseen uuniin ja kahden tunnin päästä paisti ja kastike ovat valmiita syötäväksi. Filee on tosi mureaa. Jälkiruoaksi sopii hyvin jouluinen Juustokakku, joka saa puolukasta pirteää raikkautta.

Toivotan palstani lukijoille lämminhenkistä joulua ja parempaa tulevaa vuotta! Jospa tuo koronakin jo menisi ohi. Otan mielelläni vastaan ehdotuksia ja palautetta.



Riitta Ristola

Kalkkunafilee ja mandariinikastike

Irrota pakkauksen etiketti. Laita pelti, jolla on kalkkunafilee uunin alatasolle. Kypsennä fileetä 2 tuntia. Pakkaus avautuu osittain paiston aikana, jotta lihan pinta ruskistuu. Ota pakkaus varovasti pois uunista ja anna sen vetäytyä 15 minuuttia. Avaa pakkaus varovasti kuumaa nestettä varoen. Nosta liha viipaloitavaksi toiseen astiaan ja käytä paistoliemi kastikkeen tekoon tai viipaloi liha suoraan paistoliemeen.

Mandariinikastike

3 mandariinia tai satsumaa
1 dl valmista majoneesia
1 prk kermaviiliä
suolaa, pippuria, kurkumaa, rakuunaa

Purista mandariineista mehut. Sekoita majoneesi ja kermaviili. Lisää mandariinimehu ja mausteet. Laita jääkaappiin ja anna kastikkeen maustua 1–2 tuntia.



Joulukakku

150 g keksejä esim.
Digestive, kaurakeksejä,
piparkakkuja tai
mitä kaapista löytyy
50 g voita

Täyte

200 g vaniljatuorejuustoa
200 g kinuskituorejuustoa
200 g vaniljarahkaa
2 dl kermaa
1,5 dl puolukkasurvosta
0,5 dl sokeria
5 liivatelehteä

Päällys

2 dl kermaa
1,5 dl fariinisokeria
2 liivatelehteä

Koristeeksi

Puolukoita ja
puolukan varpuja (jos löydät)

Pohja

Murena keksit monitoimikoneessa tai murskaa ne muovipussissa kaulimella taiseksi murumassaksi. Lisää muruihin sulatettu ja jäädytetty voi. Laita irtopohjavuon pohjalle leivinpapieria, kiinnitä reunus ja repäise paperi ulkoreunoilta pois. Irtopohjavuoka voi olla 20, 22 tai 23 cm, riippuen siitä haluatko korkeamman vai matalamman kakun. Taputtele keksi-voisula-seos vuon pohjalle.



Täyte

Laita 5 liivatelehteä likoamaan kylmään veteen. Sekoita täyteen aineet yhteen. Purista liivateista vesi. Mittaa pieneen kattilaan 2 rkl vettä. Kiehauta vesi ja sulata liivateet siihen. Nosta kattila levyllä. Yhdistä liivateet, tuorejuustot, rahka, kerma ja sokeri puolukkasurvokseen samalla sekoittaen. Kaada täyte vuokaan keksimuroseoksen päälle.

Päällys

Keitä päällykseksi kinuski. Mittaa kinuskin aineet (kerma ja fariinisokeri) kattilaan. Kuumenna hitaasti samalla sekoittaen kiehumapisteeseen. Anna kinuskin

kiehua hiljalleen, kunnes se on sopivan sakeaa ja kauniin ruskeaa. Kinuski valmistuu noin 20–30 minuutissa. Laita 2 liivatelehteä likoamaan niin, että voit sulattaa ne kinuskin joukkoon, kun kinuski on vähän jäähtynyt ja kaada seos täyteen päälle vuokaan. Siirrä vuoka jääkaappiin ja koristele jäähtyneenä puolukoilla ja puolukanvarvuilla.

Senioriopettajien kuntoloma Tanhuvaarassa 8.3.–12.3.2021 (ma–pe)

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

Hinta 4 vrk (ma–pe), täysihoito:
315 €/hlö 2 hh (aveceilta sama hinta)
Yhden hengen huonelisä 35 €/vrk.

Ilmoittautumiset 1.2.2021 mennessä Tanhuvaaraan
puh. 044 715 0400 tai myynti@tanhuvaara.fi.

Tanhuvaaran Urheiluopisto,
Moinsalmentie 1042, 57230 Savonlinna,
puh. 015 582 0000,
info@tanhuvaara.fi

Senioriopettajien virkistysviikko Kuortaneella 15.3.–19.3.

Vietä virkistävää ja voimaannuttava Senioriopettajien virkistysviikko Kuortaneen Urheiluopistolla, upeissa maisemissa puhtaan luonnon keskellä. Viikon aikana ohjelmasta vastaavat ammattitaitoiset ohjaajat ja luennoitsijat. Ohjelmassa on monipuolista liikuntaa, luentoja ja iltahjelmaa. Tulopäivänä on tarjolla tulokahvit ja noutopöytäruokailuista nautitaan tulopäivän päivällisestä lähtöpäivän lounaaseen. Virkistysviikkoon kuuluu myös kokonaisvaltainen rentoutuminen ja hyvä olo. Tervetuloa viettämään unohdettua viikkoa Kuortaneenjärven rannalle maaliskuussa!

Hinta 4 vrk (ma–pe), täysihoito
305 €/ hlö 2 hh liikuntahotellissa
Yhden hengen huonelisä 30 € /yö

Hintaan sisältyy majoitus liikuntahotellissa (2 hh) sekä virkistysviikon ohjelma ruokailuineen.

Ilmoittautumiset ja majoitusvaraukset 12.2.2021 mennessä, taru.lansikallio@kuortane.com tai puh. 06 5166 202.

Elämäniloa liikunnasta

Senioriopettajille tarjoutui mahdollisuus viettää liikuntaviikkoa Varalan Urheiluopistossa Tampereella 26.–30.10.2020. Liikunnan iloihin osallistui 17 senioriopettajaa. Ohjelma muodostui monipuolisista liikuntasessioista: tasapainoa, lihaskuntaa, liikkuvuutta, kestävyyttä ja nopeutta. Lisäksi raikkaassa syysäässä tutustuimme kävellen Varalan vaihtelevaan lähimaastoon ja sen historiaan. Opimmepa muutamien tamperelaisen muresanankin.

Sauvakävelyllä saimme ihastella Pyynikin ja Pispalan perinteikästä rakennuskulttuuria. Voin vain todeta, että auton jarrut pitää olla kunnossa, sen verran maastossa oli korkeuseroja.

Fyysisten treenien lisäksi tutustuimme Tampereen taidemuseon ja Hiekan taidemuseon näyttelyihin. Nautimme samalla reissulla piristävät päiväkahvit historiallisessa Amurin käsityöläiskorttelissa. Pyynikin vesitornin maankuulut munkkikahvit jätimme väliin koronavarotoimenpiteenä.

Saunaillassa niin vetäjät kuin vireät senioritkin esittivät ilot pintaan nostavaa ohjelmaa. Ihailtavaa oli nuorten liikuntaneuvojaopiskelijoiden kunnioi-



Osallistujat kehittämässä tasapainoaan Balance-tunnilla.

tus ja kiinnostus meitä senioreita kohtaan. Saunasta rohkeimmat pulahtivat vilvoittelemaan Pyhäjärven syyskoleaan veteen.

Koronaturvallisuuden otimme huomioon fyysisenä etäisyytenä, käsihygieniana ja välineiden huoltamisessa. Lisäksi meidät oli jaettu osassa ohjelmia kahteen eri ryhmään turvavälien takaamiseksi.

Kokonaisuutena Varalan viikko antoi voimaa ja pirteyttä pimeään syksyyn. Päätöspäivänä innolla kyselimme, milloin toteutuu seuraava liikuntaviikko Varalassa. Meille lupailtiin jo mahdollisesti ensi keväälle uutta kurssia, mutta ainakin syysksi 2021. Suosittelen osallistumista! Tampereelle on imua!

Sirkka-Liisa Karttunen



LOMAKKEESSA
ILMAN KESKIVIIKKOA

↓

kuri

KU-
KISSA

tuottaa ruokaa
joulupöytäänkin

LAPISSA MYÖS K
EDESSÄ

Kokko-
sen ni-
misiä

KAPI-
SIA?

↓

YLÖS
SAAPU-
MINEN

PAMPA

1

Lieksassa
tätä ti-
kustakin

Downing
Street 10

MU-
REK-
KEITA

↓

2

PÄÄTÖN
KOIRA-
TARHA

-halke-
ama

KIPPARI-
KALLEN
KAMU

nyt
rypyssä?

PAIN

3

KARKEA

SUKUA
YHDIS-
TÄVIÄ

ALUTON
HOPO
sanaton

4

posti-
myynti-
firma

tarmok-
kaassa
tätä

Baker

ILVES
inhot-
tujakin

5

HYLÄT-
TYJÄ

↓

YLLÄ-
PITO

μ

6

METSÄN PEITTÄMÄ
KORKEA MÄKI

elokuva
USEIN
LIHALLE

7

tarkastus
VIITTA

apet

SARVI-

he-
nille

nava-
koita

EI
SAANUT
HILLEVIÄ

8

he-
nille

YLLÄT-
TÄÄ

vajaa vuo-
denaika
AQUITA

9

HEH-
KUVA

voivat
nivelet

apet

10

HEH-
KUVA

PUINTI-
JÄTETTÄ

LASKEE
PERÄ-
MEREEN

10

HEH-
KUVA

LAPSELLE
LASKETeltu

LIITTO
NURIN
tahmeita

10

HEH-
KUVA

rasva

10

HEH-
KUVA

PALA-
PELI

SOMER-
JOK

10

HEH-
KUVA

erään
sokean
kaimoja

10

HEH-
KUVA

HETKI
MINUN
KERA

10

HEH-
KUVA

Kun olet ratkaissut ristikon, poimi numeroilla merkityistä ruuduista kirjaimet numerojärjestyksessä ja kirjoita niistä muodostunut sana **postikorttiin**, jonka lähetät **13.1. 2021** mennessä osoitteella Anneli Rajaniemi, Kytöpolku 33, 00740 Helsinki.

Kerro ratkaisun yhteydessä nimesi, puhelinnumerosi ja/

tai sähköpostiosoitteesi sekä kotiosoitteesi mahdollisen palkinnon lähettämistä varten. Oikein vastanneiden kesken arvotaan pikku palkintoja kolmelle oikean vastauksen lähettäneille.

Oikea ratkaisu ja voittaneiden nimet julkaistaan lehden numerossa **2/2021**. Ristikon on laatinut Brigitta Kalpa.

LUMOAVA CORNWALL 12.–16.5.2021

Senioriopettaja-lehden lukijamatka

Englannin eteläisin kärki Cornwall hurmaa upeilla maisemilla ja historiallisilla kohteilla.

*Tutustumme matkan aikana alueen mielenkiintoisiin kaupunkikohteisiin ja tuttujen tv-sarjojen maisemiin. Matkalla on mukana suosittu asiantuntija-oppaamme **Jari Keinänen**.*

12.5. keskiviikko – Bath ja Exeter

Finnairin aamulento Helsingistä Lontooseen klo 8.00–9.10. Lähdemme tilausajobussilla kohti idyllistä ja kaunista Bathin kaupunkia, jossa teemme kävelykierroksen. Tämä Avon-joen varrella sijaitseva kaupunki on yksi saarivaltion vierailuimpia kohteita ja siellä asui myös Jane Austen. Omatoiminen lounastauko. Matkamme jatkuu kohti etelää ja Exeterin kaupunkia, jossa teemme kävelykierroksen. Tämä kaunis yliopistokaupunki Devonin maakunnassa oli Charles Dickensin mukaan yksi maan kauneimpia alueita. Vanhalla satama-alueella kuvattiin 1970-luvun TV-sarjaa 'Merilinja'. Majoittuminen Best Western Lord Haldon Country Hotel ja yhteinen illallinen.

13.5. torstai – Exeter ja Tintagel

Vierailemme Cathedral of Exeter-katedraalissa, joka on yksi Englannin kauneimmista ja vanhimista katedraaleista. Tintagenin keskiaikaisella linnoitukselta näemme upeat maisemat merelle ja Cornwallin karulle pohjoisrannikolle. Aikaa tutustua Tintagelin kylään ja nauttia lounasta. Ennen hotelliin menoa pysähdymme kauniissa Port Isaacin kylässä. Tämä pieni kalastajakylä on tullut suosituksi Doc Martin tv-sarjan kuvauspaikkana. Majoittuminen The Cornwall Hotel Spa & Estate, yhteinen illallinen.

14.5. perjantai – Eden Project puutarha ja Charlestownin satama

Päivän ensimmäinen tutustumiskohde on yksi maan merkittävimmistä puutarhoista, Eden Project. Tämä kasvitieteellinen, kansainvälistäkin mainetta nauttanut puutarha on rakennettu vanhan savikaivoksen paikalle ja sen kasvihuoneissa on valtava määrä eri ilmastojen kasveja. Omatoiminen lounastauko Charlestownin viehättävässä satamassa, joka on Poldark sarjassa Falmouthin satama. Paluu takaisin hotelliimme, jossa aikaa nauttia sen palveluista. Yhteinen illallinen hotellissa.

15.5. lauantai – Buckfast Abbey ja Torquay

Suuntaamme kohti Dartmoorin luonnonpuistoa ja vierailemme Buckfast Abbeyn benediktiinimunkkiluostarissa. Luostarikirkko sijaitsee suuressa puistossa, jota ympäröi munkkien ylläpitämä kirjasto, pieni metodistikirkko, laventeli- ja ruusutarhat, kokouskeskus ja matkamuistomyymälä. Täältä jatkamme Torquayn kaupunkiin, joka on mm. Miss Marple ja Hercule Poirotin luojan Agatha Christie kotikaupunki. Palmujen ja valkoisten villojen Torquay on ollut 1800-luvulta asti suosittu rantalomakohde. Teemme kierrok-

sen ja tutustumme Christien suosikkipaikkoihin kuten Anstey's Cove ja Beacon Quay. Päivän aikana omatoiminen lounas. Päivän päätteeksi majoittuminen, yhteinen illallinen.

16.5. sunnuntai – Lacock, Windsor, kotimatka

Paluumatkalla tutustumme Lacockin idylliseen kylään, joka on ollut suosittu elokuvien ja sarjojen kuvauspaikka, esim. Downton Abbey ja Harry Potter. Vapaata aikaa tutustua kylään ja nauttia lounasta. Ennen lentokentälle menoa teemme vielä pysähdyksen ja kävelykierroksen Windsorin kylässä. Täällä sijaitsee mm. maailman suurin yhä edelleen asuttu Windsorin linna. Finnairin paluulento Helsinkiin klo 18.10–23.00.

Majoitus

12.–13.5. Best Western Lord Haldon Country Hotel

13.–15.5. The Cornwall Hotel, Spa & Estate

15.–16.5. Best Western Leigh Park Hotel

Huom, matkalla on paljon kävelyosuuksia, joten se ei sovellu liikuntaesteisille.

Matkan kokonaishinta 1390 €/hlö, kun ryhmässä on minimi 20 lähtijää

Matkan hintaan sisältyy: suora lento Helsinki–Lontoo–Helsinki lentoveroineen, majoitus jaetussa 2-hengen huoneessa aamiaisineen, suomalainen asiantuntijaopas kohteessa koko matkan ajan, ohjelman mukaiset kuljetukset tilausajobussilla, retket ja sisäänpääsy, ateriat: 4 illallista, palvelu- ja toimistomaksut
Lisämaksusta: yhden hengen huone 210 €, etukäteen varatut istumapaikat lennoille, ruokajuomat, muut palvelut

Varauksen ja lisätiedot: Kon-Tiki Tours/MatkaSeniorit sähköpostitse ilmoittautumiset@kontiki.fi tai verkkokaupassa www.kontiki.fi

Pidätämme oikeudet mahdollisiin hinta-, aikataulu- ja ohjelma-muutoksiin. Vastuullinen matkanjärjestäjä on kotimainen Oy Kon-Tiki Tours Ltd, joka kuuluu Kilpailu- ja kuluttajaviraston ylläpitämään matkanjärjestäjärekisteriin (1929/00/Mj Mv, SMAL 39610) noudattaen kaikkia matkailualan yleisiä valmismatkaehtoja.



Tervolan Pahtis

Rakas paikka -juttusarjassa OSJ:n jäsenet kertovat heille merkityksellisestä paikasta. Nyt tutustumme Harjavallassa asuvaan Sinikka Kajavaan, joka kertoo "Pahtiksesta".

KERRO ITSESTÄSI:

Synnyin Ruotsissa ja kävin kolme ensimmäistä luokkaa kansakoulua Kiirunassa. Vuonna 1964 perheemme muutti Ruotsista Tervolaan, Pahtaojan kylään. Päätin jo lapsena, että minusta tulee opettaja. Valmistuin aikanaan englannin ja ruotsinopettajaksi. Opettajana olen toiminut Oulussa ja pisimmän ajan Harjavallassa, mistä jäin sitten eläkkeelle vuonna 2017.



MIKÄ ON SINULLE ERITYISEN RAKAS PAIKKA?

Rakkain paikka on aina siellä, missä rakkaat ihmisetkin ovat. Jos jonkun nimeän, niin se on Pahtis. Se on lyhenne tästä minun vanhasta kotipaikastani, lapsuudenkodistani, Pahtaojan kylässä.

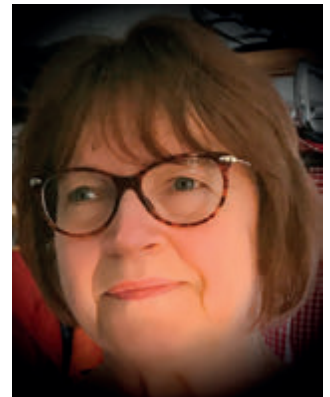
MIKÄ TEKEE PAIKASTA MERKITYKSELLISEN?

Pahtikseen ollaan aina kesäisin tultu. "Ennen vanhaan", kun vanhempani vielä elivät, tänne kokoontui sukulaisia runsain joukoin. Ennen kävimme Pahtiksessa talvellakin. Tämä on eräänlainen keskuspaikka, josta voi sitten piipahtaa vierailulle sukulaisiin, lapsuuden ja nuoruuden ystävien luo.

Tästä on Haaparannalle Ruotsiinkin vain noin 60 kilometriä. Ruotsissa käyn normaalikesinä shoppailemassa ja sukuloimassa. Ja käyvät Ruotsin serkut Pahtiksessa vastavierailuilla; tänä kesänä vierailuja ei juuri ollut koronan vuoksi.

Teksti: **Sinikka Kajava & Henna Tarjanne-Lekola**

Kuvat: **Sinikka Kajavan kotialbumi**



Lapsena nimesimme saunakamarin Saluunaksi, nimi on yhä käytössä. Vanhassa riittää aina korjattavaa.

KUNTOILUN KULMAKIVET:

- Aloita verrytellen – lopeta venytellen
- Käytä lihaksiasi – tarvitset niitä
- Harjoita sydäntäsi – 3 x 30 minuuttia viikossa riittää
- Kuntoile – hikoile ja hengästy



Viikossa on 336 puolituntista – käytä niistä 3 kuntoiluun

Kuntosuorituksesi riittää puolen tunnin liikuntasuoritus päivää kohden.

Merkintälyhennyksiä:

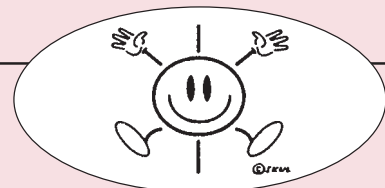
Hiihto = H	Palloilu = P	Juoksu = J	Suunnistus = SU
Luistelu = L	Soutu = S	Pyöräily = PY	Kuntoliikunta ryhmässä = KR
Uinti = U	Voimistelu = V	Kävely = K	Kuntosali = KU
			Muu = M

Kortti on voimassa vuoden 2021 loppuun.

Palauta täytetty kuntokortti tammikuun 2022 loppuun mennessä osoitteeseen Opetusalan Seniorijärjestö OSJ, Rautatieläisenkatu 6, 00520 Helsinki.

Kuoreen merkintä "Kuntokortti".

Kuntokortti osallistuu OSJ:n palkintojen arvontoihin.



**KUNTOKORTTI
2021**

Nimi _____

Osoite _____

Länsi-Uudenmaan Senioriopettajat ry
– Västra Nylands Seniorlärare rf

Yhdistyksemme vuosikokous pidetään **torstaina 11. helmikuuta 2021 klo 14.00 Punakanelin kokoustiloissa, Suurlohjankatu 21-23 Lohja**. Esillä sääntöjen 7 §:n mukaiset asiat. Kahvitarjoilun järjestämiseksi ilmoittautumiset Tuula Laineelle 5. helmikuuta mennessä.

Hallitus

Helsingin seudun ammatilliset senioriopettajat HASO ry

sääntömääräinen VUOSIKOKOUS 2.2.2021 klo 13.30. Ennen kokouksen alkua jäsenkahvit klo 13.00. Kokouksessa käsitellään sääntöjen 7 §:n mukaiset asiat. Paikka: **Malmitalo, Ala-Malmin tori 1, Malmi 00700 Helsinki 2. kerros, tila 2.** Jos viranomaismääräyksistä johtuen kokous joudutaan järjestämään etäyhteyksin, siitä tulee ohjeet nettisivuillemme www.hasory.net. Tilanteesta voi myös tiedustella puheenjohtajalta Pentti Länneltä puh. 0400 571 828 ja mieluummin pentti.lanne@gmail.com **Hallitus**

Hallitus

RISTIKON OIKEIN RATKAISSEET

[illegible]

Seniориopettajan numerossa **4/2020** olleeseen ristikkoon Brasilian satoa tuli kaikkiaan 157 vastausta, joista vain yksi oli väärä. Oikea ratkaisusana oli KISAAMISIA. Oikein vastanneiden joukosta arpajonni suosi seuraavia kolmea:

Marja Jouhi, Lohja;
Riitta Fränti, Helsinki ja
Kaisa Huuhtanen, Lempäälä.

Senioriöpettajien numerossa **5/2020** oli ristikko "Ahtaassa paikassa", jonka ratkaisusanan MÖK-KISAUNA lähetti 196 henkilöä. Yksi vastauksista oli väärin. Oikein vastanneiden joukosta arvottiin kolme voittajaa:

Päivi Ojakangas, Järvenpää;
Anita Makkonen, Keuruu;
Mauri Reponen, Salo.

**Onnittelut kummankin ristikon voittajille.
Heille on lähetetty pikku palkinnot.**

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.

VUOKRALLE ANNETAAN

Vuokralle annetaan **Holiday Clubin viikko-osake Onninpyhä vko 8 Pelkosenniemen Pyhänturilla** 750 €/vko. Varustus: Rivitalohuoneisto, jossa olohuone, keittiö, parvi, kylpyhuone, sauna ja wc. Vuodepaikat neljälle parvella ja lisävuoteet kahdelle. Lemmikkimaksu 35 €/viipymä. Vuodevaatteet ja pyyhkeet. Koneellistettu keittiö, astiasto kuudelle, pyykinpesukone ja kuivauskaappi, pölynimuri, tv, dvd, radio. Sähköpistoke autolle. Kylmä ulkovarasto. Soita puh. 045 144 8102.

Muonion Jerisjärvellä, Jeriskylässä hyvin varustettu, siisti ja kodikas **saunamökki** sekä upeat hiihto- ja ulkoilureitit kutsuvat. Vuokrataan 1.2.2021 asti edullisesti. (joulua uuvuosi vuorattu) Mm. Pallakselle vain 12 km. Hotelleille 300 m. Rannassa mm. savusauna. Soita ja kysy lisää! Pia Syrjänen 050 323 3725.

Majoitusta loma-ajaksi. **Vuokralle tarjotaan Muoniossa, Särkijärvellä, valoisa ja tilava omakotitalo** kaikilla mukavuuksilla. Kolme makuuhuonetta, takkahuone, sauna, leivinuuni. Hiihtoladut lähtevät pihasta. Pallakselle 20 km, Olokselle 6 km ja Leville 40 km. Hyvät marjamaastot ja hienot patikointimaisemat. Tiedustelut Eero Vilamaa p. 040 567 6036.

MYYTÄVÄNÄ

Myydään **lomaosake Sallan kelorinteessä** 37 m²; viikko 11, vuodepaikkoja 4 sekä vuodesohva, astiasto kuudelle, sauna, kh, kuivauskaappi sekä jääkaappikaastin. Asunto sijaitsee rinteiden ja latujen välittömässä läheisyydessä. Hintapyyntö 8000 €. Yhteydenotot 040 758 4986/arja.eskelinen277@gmail.com

Myydään **Tampereella 5 tähden kylpyläosakkeen viikko 8.** Vuodepaikat ja liinavaatteet 4:lle. Täysin varusteltu keittiö, sauna, TV. Hyvät bussiyhteydet Tampereelle. Mahd. vaihtaa RCI:n kautta myös ulkomaan kohteisiin. Osakkeen omistajilla mahdollisuus varata vuoden aikana kylpyläomaa esim. 2 vrk 40 €, norm. 400 €. Hinta 3900 €. Tiedustelut 050 523 0115/Kaarina

Myydään kirja. **Erkki Huhta: Opettajan muisteluksia.** Hinta 20 € plus postikulut. Tilaus tekstiviestillä 044 291 0706.

KK	PÄIVÄ																															Pist.	VUOSI:	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31			
1																																		Talvijakso 1.1.–30.4.
2																																		
3																																		
4																																		
5																																		Kesäjakso 1.5.–31.8.
6																																		
7																																		
8																																		
9																																		Syysjakso 1.9.–31.12.
10																																		
11																																		
12																																		
																																	Yht.	

DIANO MARINA JA ITALIAN KUKKAISRIVIERA 2.–8.10.2021

Tutustutaan Italian kukkaisrivieran ihastuttaviin kaupunkeihin, maistellaan paikallisia herkuja ja majoitutaan meren äärellä viehättävässä Diano Marinan kaupungissa, jonka kävelykatuja koristavat mandariinipuut ja viihtyisät kahvilat. Lisämaksusta retki Monacon ruhtinaskuntaan.

Asiantuntijaopas Timo Hakola

1. päivä

Lento Nizzaan ja noin tunnin ajomatka Rivieralle Diano Marinaan. Majoittuminen ja illallinen hotellissa.

2. päivä Diano Marina

Aamiaisen jälkeen kävelykierros. Perekäytään kauniin kaupungin historiaan ja nykypäivään, piipahdetaan Antonius Suurelle omistetussa kirkossa ja maistellaan paikallisia erikoisuuksia. Iltapäivä vapaa, illallinen hotellissa.

3. päivä San Remo ja Nervian jokilaakso

Aamiaisen jälkeen tutustutaan kävellen kukkaisrivieran pääkaupunkiin San Remoon, joka tunnetaan myös Villa Nobel -huvilasta, jossa Alfred Nobel vietti viimeiset vuotensa. Omatoiminen kahvitauko. Jatketaan matkaa Nervian laaksoon Bordigheran tyylikkään huvilakorttelin kautta ja vieraillaan keskiaikaisessa Pignan vuoristokylässä. Kevyt lounas ja viininmaistajaiset Isolabonassa. Iltapäivällä tutustutaan maalaukselliseen Dolceacquaan kylään, jonka ”aasinselkäsillan” taiteilija Monet ikuisti teokseensa. Illallinen hotellissa.

4. päivä Cervo, Albenga ja Imperian oliivimuseo

Aamiaisen jälkeen suunnataan kohti pittoreskia Cervon kylää. Kävellään San Giovanni Battistan kirkolle, joka edustaa ligurialaista barokkia parhaimmillaan. Jatketaan palmujen Rivieran puolelle Albengaan ja tutustutaan keskiaikaiseen kaupunginosaan. Lounas omatoimisesti. Iltapäivällä vieraillaan oliivimuseossa Imperiassa ja nautitaan lasillinen proseccoä sekä paikallisia herkuja. Illallinen hotellissa.

5. päivä Vapaapäivä tai lisämaksullinen retki Monacoon

Aamiaisen jälkeen vapaa-aikaa tai lisämaksullinen retki Monacon ruhtinaskuntaan. Tutustutaan kahteen aivan erilaiseen Monacoon: keskiaikaiseen pääkaupunkiin Monaco-Villeen ja kasinostaan kuuluisaan moderniin Monte Carloon. Lounas omatoimisesti. Illallinen hotellissa.



6. päivä Valloria, ”maalattujen ovien kylä”

Aamiaisen jälkeen ajetaan Vallorian vuoristokylään, joka tunnetaan italialaisten taiteilijoiden maalaamista ovista ja onkin varsinainen ulkoilmamuseo! Kylässä on runsaasti portaita ja korkeuseroja. Iltapäivä vapaa, illallinen hotellissa.

7. päivä

Aamiaisen jälkeen ajo Nizzan lentokentälle ja lento Suomeen.

Senioriopettajien nopean varaajan etuhinta 1 196 € (Normaalihinta 1 296)

Varaukset tunnuksella SENIORI 31.12.2020 mennessä, paikkoja rajoitetusti.

Hintaan sisältyy

• reittilennot turistiluokassa • majoitus kahden hengen parvekkeellisessa huoneessa • 6 x aamiaisen, 1 x kevyt lounas, 6 x illallinen • ohjelman mukaiset kuljetukset, retket ja sisäänpääsymaksut • suomalaisen asiantuntijaoppaan palvelut.

VIELÄ EHDIT:

Senioriopettajien risteily Kirkkoniemestä Bergeniin 12.–19.5.2021 alk. 2 058 €/hlö

Lisätiedot ja varaukset

Lomalinja Oy
p. 010 289 8100
www.lomalinja.fi/senioriopettaja-lehti

Senioriopettaja-lehti
kiittää lukijoitaan ja
yhteistyökumppaneitaan
kuluneesta vuodesta
sekä toivottaa

*Hyvää joulua
ja onnellista
uutta vuotta!*

Opetusalan Seniorijärjestö OSJ
ei lähetä tänä vuonna joulukortteja.
Sen sijaan järjestö on lahjoittanut
joulu muistamisrahat
Hyvä joulumieli -keräykseen.

